災害への備え、できていますか？

今できる最善の対策を！
災害時に大切なのは、「自分の命は自分で守る」という意識と行動です。
いざ！というときにあわてなくてすむように、事前にしっかり準備しましょう。

自宅に常備しておくもの

- ☐ 食品[約7日分（レトルト食品、缶詰、調味料、スープ、みそ汁　など）]
- ☐ 水[約7日分（1人当たり1日3リットル）]
- ☐ 簡易食器[割り箸、紙皿]
- ☐ 毛布、寝袋など
- ☐ 洗面用具
- ☐ カセットコンロ、燃料（ガスボンベ）など
- ☐ 鍋、やかん
- ☐ 簡易トイレ

このほか、家族構成にあわせて準備しましょう！

ローリングストック

保存食を備蓄しておくことも、もちろん大切ですが、日常の中に食料備蓄を取り入れるという考え方もあります。

普段から、少し多めに食材や加工品を買っておき、使ったら使った分だけ新しく買い足すことで、常に一定量の食料を家に備蓄しておくことができます。非常時にも「いつも食べ慣れた味」を食べることができるので、少し安心できます。

家族防災手帳の確認

「災害に備える」と言っても、何から始めればいいかわからない、という方もいらっしゃるかもしれません。

そんな時、参考になるのが「家族防災手帳」です。家族防災手帳には「大人版」と「こども版」があり、いずれも本市の過去の災害や防災・減災の取り組み、施設、地震や風水害などが発生したときの対策、避難する際の留意点、市から発信するさまざまな防災情報の入手方法など、幅広い情報を掲載してあります。自然災害から命を守る対応を確認し、家族の避難計画を考えてみましょう。

簡易トイレを準備しよう

大地震が発生すると、断水や排水管の損傷により、自宅のトイレで水を流せない、また避難先のトイレが使用できない恐れがあります。トイレを我慢するために水を控えたりすると、健康にもかかわります。ご家庭の便器に設置し、ポリマーや粉末凝固剤などで吸収・固めて処理できる簡易トイレが市販されています。家族構成等、どんなタイプのトイレの準備が必要か考えてみましょう。

発災から１週間程度対応できるよう準備しておきましょう。

停電対策

昨年度は、台風21号の影響により、市内でも広い範囲で長時間の停電が発生しました。停電が起きてからお店に走っても、ろうそく・懐中電灯や電池などが売り切れてしまっている場合もあります。台風シーズンに備え、早めに準備をしておきましょう。

また、停電時にテレビが使えない場合、スマートフォンなどで情報収集する場面もあるかもしれません。スマートフォンなどの充電に使用できる「モバイルバッテリー」なども、いざというときに役立ちます。

家族防災手帳の内容は
こちらでチェック→

当協議会の前会長としてご尽力いただきました朝妻 泰孝様が、先日ご逝去されました。生前のご尽力に対し感謝申し上げるとともに、慎んで哀悼の意を表します。

つながる防災隊

No.13
令和元年７月20日　発行
発行人：四日市市地区防災組織連絡協議会
会長　里中　俊雄

目次

1. 協議会活動の報告 …… 1P
2. 各地区での取り組み …… 2P
3. 防災情報 …… 4P

今回は、令和元年度総会や各地区の防災への取り組みを中心にご紹介します。

四日市市地区防災組織連絡協議会総会を開催しました

四日市市地区防災組織連絡協議会　会長　里中　俊雄

令和元年5月14日(火)、四日市市総合会館で、四日市市地区防災組織連絡協議会総会を開催しました。

協議会が発足して8年目となった今回の総会では、平成30年度の地区防災組織の活動実績や令和元年度の活動目標を確認しました。また、今年度は2年に一度の役員改正の時期にあたり、新役員の選出を行いました。

今年度も、PDCAサイクルを取り入れた評価型・課題発見型の防災訓練に女性や要配慮者の視点を織り込み、地域での防災啓発活動を通じ、防災力の向上を図ります。また、四日市市防災マップ改訂のためのワークショップなどへも、積極的に参画していきます。

地区防災組織連絡協議会総会のようす

鈴鹿川水系ハザードマップが完成しました

ワークショップのようす

平成27年に水防法が改正され、国・県が管理している河川について、想定し得る最大規模の降雨に対応した浸水想定区域や浸水継続時間などが順次公表されています。このため、市では公表された内容に対応したハザードマップの作成に着手しており、昨年度は鈴鹿川・内部川水系の5地区（楠・塩浜・内部・河原田・日永）のみなさんとともに、3回のワークショップを開催し、地域の危険箇所や過去の災害発生箇所の情報をもとに、「気づきマップ」や「逃げどきマップ」を作成し、「防災カルテ」の作成に取り組みました。

今年度は、朝明川水系のマップの作成を予定していますので、関係地区のみなさまは、ご協力のほどよろしくお願いします。

下野地区の防災活動の取り組みについて

下野地区防災協議会　会長　下田　修

平成31年2月23日（土）に、みえ減災啓発支援ネットの方々を講師に迎え、防災マップを活かした「防災を考える講座」を実施し、「身近な視点で防災について考える」をテーマに自治会を中心に22名が参加しました。

防災マップを用いて、現在いる場所から身近な範囲における災害時の危険個所の想定や、防災関連施設等について改めて確認し、平常時から避難経路や避難計画を考えておくことの重要性を認識する機会となりました。また、各町（丁）民が防災マップを用いて、町（丁）内の危険個所や防災関連施設等の確認と避難経路や避難計画を備える方策など、災害時の実際的な対応について学び、地域の防災力の向上を図ることができました。

防災マップ作りをキッカケとして、防災についてどう対応するかを考える機会となりました。

防災マップを用いた危険箇所の確認

防災を考える講座

浜田地区防災訓練での若い力の育成

浜田地区自主防災組織連絡協議会　会長　山路　和良

平成29年より、港中学校土曜授業（平成30年は土曜活動日）の中学生を巻き込んで、浜田地区防災訓練を実施しています。2・3年生は自分が訓練で体験したことから『地域における中学生の力の重要性』の再確認、1年生は初めての訓練で、『地域の中で何ができるかを考える契機』として訓練に参加してもらいました。

今年度も土曜活動日に訓練を予定しており、1年生からの3年間で違った訓練を経験できるように、訓練内容を3年サイクルで計画しています。今年の3年生が1年生の時に訓練で体験した事をどのように発展させるのかをみていきたいと考えています。

体力、精神力が向上するさなかの中学生が、地域での役割を自ら考え、行動することで人間性を養い、将来の浜田地区を担う人材の育成を目指しています。

リヤカーに乗って避難

救出救護訓練

南海トラフ巨大地震　臨時情報

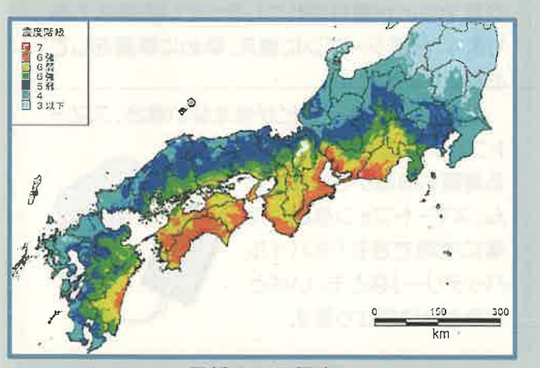
南海トラフ沿いの地域においては、マグニチュード8～9クラスの地震が今後30年以内に発生する確率は70～80％（平成31年1月1日現在）とされており、大規模地震発生の切迫性が指摘されています。

平成31年3月、国から地方公共団体・企業等の防災対応に活かすため、南海トラフ巨大地震の防災対応ガイドラインが公表されました。以下の3つの現象の場合、気象庁から臨時情報が発表されます。

【南海トラフ地震とは…】

駿河湾から日向灘沖までのプレート境界を震源とする大規模地震で、おおむね 100～150 年間隔で繰り返し発生しています。

前回の昭和東南海・南海地震からすでに 70 年以上が経過し、次の地震がいつ起こってもおかしくないと言われています。



予想される震度

半割れ（大規模地震M8.0以上）/被害甚大ケース

<評価基準>
南海トラフの想定震源域内のプレート境界おいてM8.0以上の地震が発生した場合

南海トラフ東側で大規模地震（M8クラス）が発生

7日以内に発生する頻度は十数回に1回程度
（7事例/103事例）
通常の100倍程度の確率
※通常「30年以内に70～80%」の確率を7日以内に換算すると千年に1回程度

一部割れ（前震可能性地震M7.0以上8.0未満）/被害限定ケース

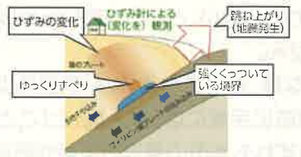
<評価基準>
南海トラフの想定震源域及びその周辺においてM7.0以上の地震が発生した場合（半割れケースの場合を除く）

南海トラフ東側で地震（M7クラス）が発生

7日以内に発生する頻度は数百回に1回程度
（6事例/1437事例）
通常の数倍程度の確率

ゆっくりすべり/被害なし

<評価基準>
ひずみ計等で有意な変化として捉えられる、短い期間にプレート境界の固着状態が明らかに変化しているような通常とは異なるゆっくりすべりが観測された場合



また、地震発生時期を予測するのは困難であるため、日頃から突発地震に備えた事前対策を進めることが重要となります。

日頃からの地震への備えの再確認（例）

避難場所・避難経路の確認、家族との安否確認手段の確認、家具の固定の確認、非常持出品の確認

（「南海トラフ地震の多様な発生形態に備えた防災対応検討ガイドライン（第1版）」の概要を参考に作成）

災害時の避難情報が変わりました

平成31年3月に、国（内閣府）の「避難勧告等に関するガイドライン」が改訂されたことに伴い、本市においても災害時の避難情報が変わりました。

市では、災害発生の恐れがある場合、「四日市市安全安心防災メール」や「防災行政無線」「エリアメール」など、さまざまな方法で市民の皆さんに避難情報を提供します。

最新の情報に注意し、地域の皆さんで声をかけあって、安全かつ確実に避難しましょう。

危険度 高 → 低

	警戒レベル	提供する情報	市民のみなさんがとるべき行動
四日市市が発令	警戒レベル5	災害発生情報	すでに災害が発生している状況であり、命を守るための最善の行動をとってください。
	警戒レベル4	避難勧告 避難指示（緊急）	災害が発生するおそれがきわめて高い状況になっています。 最寄の指定避難場所等への避難を開始してください。
	警戒レベル3	避難準備・ 高齢者等避難開始	高齢者等、避難に時間がかかる方は、避難を開始してください。その他の人も、いつでも避難できるよう準備をしてください。
気象庁が発表	警戒レベル2	注意報	避難に備え、ハザードマップ等により、災害リスク・避難場所や避難経路・避難のタイミング等を再確認してください。
	警戒レベル1	警報級の可能性	最新の防災気象情報に注意し、災害への心構えをしましょう。

四日市市では、防災情報などを携帯電話やパソコンにメールでお届けする、無料の「安全安心防災メール」の登録を受付けています。

まだ登録されていない方は、ぜひご登録ください。

【携帯電話・スマートフォンから登録する場合】

登録方法1

カメラ機能付き携帯電話で、右のQRコードを読み取り、サイトに接続後、手順に従って登録をしてください。

登録方法2

下記メールアドレスに空メールを送り、返信されたメールに記載されている手順に従って登録をしてください。

t-yokkaichi-city@sg-m.jp

注意）登録料は無料です。ただし、メールの受信にかかる通信料は利用者のご負担となります。

神前地区の防災活動 ～神前女性防災の会「アイリス」の設立～

神前地区自主防災協議会　会長　佐藤　房雄

パッククッキング

視察研修

神前地区は四日市市の中央部に位置し、三滝川中流部北側に広がる自然豊かな土地です。しかし、河川氾濫やがけ崩れ等の災害リスクも内在しています。そんな中、地域の女性たちが、「自分の家族は自分たちで守る」を合言葉に、防災セミナーや防災視察研修を行ってきました。セミナーでは、「災害時に温かい料理を」ということでパッククッキングを実施し、災害用備蓄では普段の収納がとても大切だと学びました。視察研修では災害の疑似体験を通して、災害に備える意欲を盛り上げました。

そして、昨年、来るべき南海トラフ巨大地震などの大災害に備えるため、女性目線で防災活動に積極的に参加することを目指して、神前女性防災の会「アイリス」が設立されました。今後は、老若男女すべての住民が、全員で地域防災に取り組む町づくりを目指していこうと考えています。

塩浜地区の防災活動

塩浜地区自主防災協議会　事務局長　伊藤　賢三

塩浜地区は、地名のとおり海に面した地区で、海抜は1m程と低く、鈴鹿川の河口に面した場所で地盤も弱いところです。また、第一コンビナートに囲まれており、近年は人口の減少も著しく、高齢化率も高くなっています。

地震・津波・洪水の危険性が高く、コンビナートが関係する二次災害の危険性もあります。こういった災害に備えるためには、高台である日永地区泊山方面への避難が有効ですが、高齢者が多く難しいため、指定避難所への避難が必要となります。避難所での生活が長期化する場合に備えて、塩浜小学校・塩浜中学校にかまどベンチを作り、設備と備品の充実を行っています。

塩浜小学校も中学校も、鈴鹿川の堤防下にある為、中学校では毎年3年生を対象にHUG訓練を実施しており、今年で4年目になります。小学校では今年から、3年生の生徒と保護者を対象に防災ノートを活用した勉強会を6月に実施し、起震車体験もしました。

中学生は、HUG訓練に熱心に取り組んでくれ、いざという時には大人と同じ戦力になると期待できます。住民一人一人が危機感を持ち、防災訓練を実施しています。今後は、コンビナート企業と地元住民が一緒に参加する防災訓練の実施を目指します。

塩浜中学校HUG訓練

かまどベンチ