

もし、地震が起きたら・・・

まずは身の安全を確保！

- 屋内ならピアノやタンス、冷蔵庫などの高い家具や家電、屋外ならガラス窓やブロック塀から離れ、安全な場所へ。
- ダンゴムシの姿勢＝体を丸め、頭の上、少し離れたところで靴や座布団を持ち、落下物から身を守る。
- 揺れが収まったら、コンロの火を消し、ドアを開けて避難経路を確保する。ヤケドの要因になるので、揺れている最中に無理に消そうとしない（コンロは自動消火するものも多い）。
- 集合住宅の場合は、浴槽にできるだけ水を溜める。
- ガラスが割れたら室内でも靴を履く。



落ち着いて避難する

- 停電している場合は通電火災を防ぐためにブレーカーを落とす。
- 避難するときに車は絶対使わない。
- 南海地震発生後、津波が到達するまでの時間は90～120分。
- 冠水時は、長靴ではなく丈夫で底が厚く、締められる靴を履き、足元のマンホールや側溝を確認しながらロープ伝いに連なって避難する。
- 歩ける深さは50～70cm。水深が腰までであるときは高所で救助を待つ。
- 狭い道、橋や川べり、崖、看板、自動販売機、ブロック塀、窓ガラスの多いビルのある道避ける。

状況は端的に発信！

- 電話回線は直後であればつながる場合がある。遠方にいる友人や親戚に無事のみを伝え、そこから伝えてもらう。
- 電話がつかないようであれば何度もかけ直さず潔く諦め、災害用伝言ダイヤルが使えるようになるまで待つ。
- メール、ブログ、mixiやtwitterなどに自分の状況を発信する。

災害用伝言ダイヤル

録音：171+1+被災者の電話番号
再生：171+2+被災者の電話番号
※1件あたり30秒、48時間保存
※毎月1・15日に体験利用できる

災害用ブロードバンド伝言板（web171）

<https://www.web171.jp>

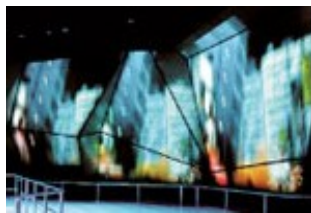
災害や防災について学べる施設

人と防災未来センター 防災未来館

阪神大震災の記録や教訓が集約された施設です。3階には震災の記憶が刻まれた資料が数多く展示され、語り部の方が体験談や、震災から得た教訓（家族構成を近所同士で共有するという「地域力」が大事、など）を教えてください。2階のワークショップでは非常時持ち出し品が展示され（内容の多さに驚き、実際に持ち出せるか不安を感じました）、実験やゲームを通して防災・減災に役立つ知識や資料を得ることができます。



▲震災直後の街のジオラマ模型では、倒壊家屋の物干にかけられたベビー服に胸を打たれる



▲逃げ出したくなるほど大迫力の音と映像で1.17の破壊力を表現

震災で挫滅した阪神高速橋脚の鉄筋や、南海・東南海地震で想定される津波高（15m）も展示されています。特に後者では、その高さをさらに超えたという今回の津波の恐ろしさに改めて圧倒され、言葉を失いました。

神戸市中央区脇浜海岸通1-5-2 HAT 神戸内
078-262-5050 Pあり（有料）
9:30～17:30（季節・曜日によって延長）
大人600円 小・中学生および資料室は無料
月曜（祝日なら翌平日）・年末年始休館
<http://www.dri.ne.jp/index.html>
※見学には2時間弱かかり、飽きっぽい乳幼児を連れて、じっくり展示資料を読み込むのは難しい

野島断層保存 北淡震災記念公園

阪神大震災で動き、地表に現れた野島断層、戦争と震災に耐えた「神戸の壁」、活断層の隣でも破壊されなかったメモリアルハウスが保存、展示されています。



▲野島断層

淡路市小倉177
0799-82-3020 Pあり
9:30～17:00 年末年始休館
大人700円 未就学児無料
<http://www.nojima-danso.co.jp/>

大阪市立阿部野防災センター

自宅での地震発生、初期消火（自助）、倒壊した町中を避難し、救出活動（共助）を行うという災害後の一連の流れを、細部まで作り込まれたリアルなジオラマセットで体験できる、充実した施設です。



▲震度7を体験できる装置

大阪市阿倍野区阿倍野筋3-13-23
あべのフォルサ3階 06-6643-1031
10:00～18:00 入館無料 Pあり
水曜・毎月最終木曜・年末年始休館
<http://www.abeno-bosai-c.city.osaka.jp/>
地震災害体験ガイドツアー（30・60・80・100分の4コース/随時開催・要申込）あり
※ジオラマには遊び心のある小ネタもちらほら

津波・高潮ステーション

正面・左右側面・床面の4面に投影される大迫力の映像と音で、近い将来に必ず起こる南海・東南海地震の後、阪神間平野部を襲うであろう津波災害を体感できます。3/11の東日本大震災に関する資料の展示も充実しており、ぜひ子どもたちと訪れてほしい施設です。



▲海面より低い街を実感

大阪市西区江之子島2-1-64
06-6541-7799 地下鉄阿波座駅すぐ
10:00～16:00 入館無料 Pあり（4台）
月曜（祝日なら翌平日）・年末年始休館
<http://www.pref.osaka.jp/nishiosaka/tsunami/index.html>

各施設の詳細は「市民防災ラボ」サイト内「防災体験館体験レポート（<http://bosailabo.jp/report/museum/index.htm>）」もご参照ください

尼崎市防災情報（避難場所・防災マニュアル・ハザードマップなど）
http://www.city.amagasaki.hyogo.jp/bosai_syobo/index.html

兵庫県 地域の風水害対策情報（CGハザードマップ）
<http://www.hazardmap.pref.hyogo.jp/>
※ひょうご防災ネット（<http://bosai.net/>）から自分に関連する地域の防災情報が配信されるよう登録しておきましょう

阪神大震災以降、日本は1,000年に1度の地震活動期に入ったとも言われています。高台のない尼崎では、水門と防潮堤、避難ビルが市民の命を守る砦。大きな揺れの直後でも水門はきちんと閉められるのか、人口に見合った避難ビルの指定と周知徹底、帰宅難民の親をもつ子を預かる園や学校の行動指針と、保護者との連絡手段の構築など、市には“想定外”も含めた万全の対策を望みます。