

発行日	令和6年2月29日
発行元	災害対策課
所属長	森本 仁信
電話	06-6489-6165

防災対策情報便

防災



令和6年2月号

1 家庭内備蓄のススメ

一緒に住んでいる人の人数や性別、年齢などによって備えておくべき食料や日用品は**異なります**。出来るところから取り組んでみましょう。

▼備えておくべき量について

最低3日分、**大規模災害の発生時に備えては7日分**が望ましいとされています。

(参考)

東日本大震災の場合

①電力:3日目で約80%復旧②水道:約1か月で約90%が復旧③ガス:約2か月で完全復旧

▼備蓄の内容について(例示)

～日頃からの備え～

※ライフラインが停止した際には、**市からの充電スポットや応急給水の情報に留意**してください。

水・食料等

- 飲料水
- 給水タンク・給水袋
- アルファ化米
- 缶詰・レトルト食品
- カセットコンロ（ガスボンベ含む）
- IH調理器具
- 紙皿・紙コップ・割りばし

生活用品

- 🔦 携帯ラジオ（手回し式など）
- 🔦 ポータブル充電機（スマホ用等）
- 🔦 携帯充電用ケーブル
- 🔦 懐中電灯
- 🔦 LEDランタン
- 🔦 乾電池
- 🔦 マッチ・ライター
- 万能ナイフ

雨がっぱ

- 軍手
- ビニール袋
- 眼鏡・コンタクトレンズ

薬・救急用品

- 常備薬
- 救急セット
- お薬手帳

衛生用品

- 簡易トイレ
- ティッシュ、トイレトペーパー
- 歯む歯磨き・歯磨きセット
- ドライシャンプー
- ウエットティッシュ
- 生理用品
- マスク
- アルコール消毒液

高齢者用品

- 補聴器
- 入れ歯
- 介護用品

乳幼児用品

- 離乳食・粉ミルク
- 哺乳瓶
- おむつ・お尻ふき

衣類・防寒具

- 毛布・アルミブランケット
- 下着・着替え
- 使い捨てカイロ

貴重品等

- 現金（小銭含む）
- 健康保険証
- 身分証明書



▼あればより便利な備蓄(※1人分)



分類：食品 **野菜ジュース**

必要な数量： **7本**

ジュースで野菜不足を解消。ミネラルやビタミンが摂取できます。



分類：食品 **無洗米**

必要な数量： **3kg**

災害時に水を節約するために、米を洗う必要のない無洗米は便利な食糧です。ローリングストックしておくとも便利です。



分類：工具類 **布製ガムテープ**

必要な数量： **2巻**

傷口に清潔な布を当てた上でガムテープを巻けば止血ができます。また骨折時の添え木の固定にも。壁などに貼り伝言を書けば、家族などへの連絡メモとしても活用できます。



分類：断水（節水・衛生対策） **ラップ**

必要な数量： **1本**

断水時、食器に被せれば汚れを防ぎ、洗わずに済みます。また、三角巾や包帯代わりにも使え、体に巻けば保温効果も期待できます。



分類：トイレ/停電・ガス停止（防寒） **新聞紙**

必要な数量： **適宜**

新聞紙には保温効果があるため、体に巻いて温めることが可能です。水分を良く吸い、防臭効果もあるため、断水時のトイレ処理にも活用できます。

それぞれの家庭の状況によって、どういうものを備えるべきが変わってきます。今一度、災害に備えて備蓄を見直しましょう。また、**年に1度決まった日**(例えば9月1日防災の日)に**備蓄内容の確認や災害時の行動を家族で話し合う**習慣をつけましょう。



2 南海トラフ地震への備え

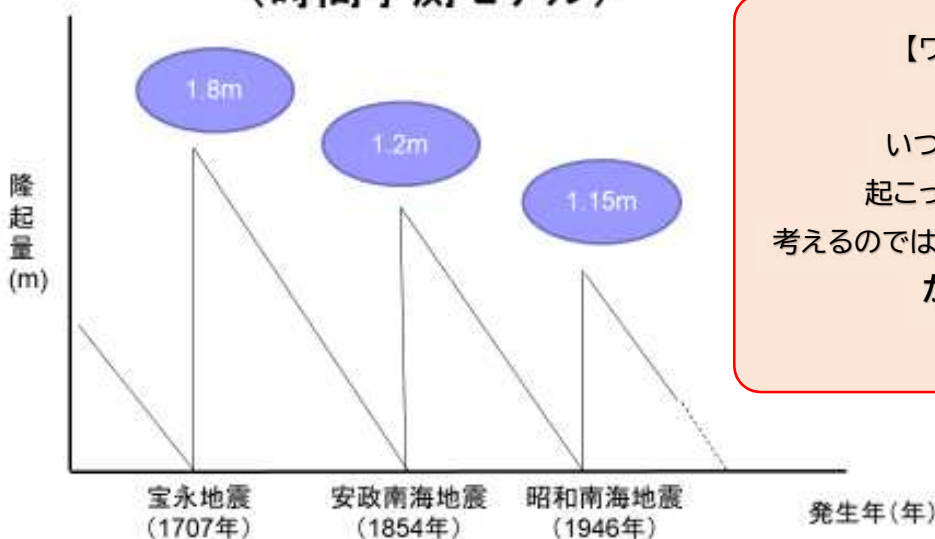
▼発生確率(時間予測モデル)

30年以内に発生する確率⇒70～80%、40年以内に発生する確率⇒90%

南海トラフ地震は、今後かなり高い確率で発生するとされていますが、この確率は「時間予測モデル」で算出されたものとなります。

このモデルは、高知県の室津港における過去の地震による隆起量と過去に発生した地震の間隔から今後発生が見込まれる南海トラフ地震の発生確率を算出しています。

地面の隆起と地震の間隔との関係性
(時間予測モデル)



【ワンポイントアドバイス】
特に地震は、
いつ起こるかわかりません。
起こってから「何ができるか」を
考えるのではなく、起こる前に「何ができる
か」を考えることが
重要です。

地震調査委員会資料から作成

▼尼崎市における被害想定などについて

兵庫県の想定※によると、尼崎市における被害想定はつぎのとおりです。

なお、被害想定における建物被害や人的被害については、冬の早朝 5 時、夏の昼間 12 時、冬の夕方 18 時のうちの最大値を掲載しています。

最大震度		震度 6 強(マグニチュード 9)	
被害の原因と種類(被害が最大となる季節・時刻)		被害	
津波	浸水被害	最高津波水位	4.0m
		+1m の津波到達時間	117分
		浸水面積	981ha
揺れ	建物被害(夏の昼間 12 時)	全半壊棟数	13,923 棟
	人的被害(夏の昼間 12 時)	死傷者数	12,082 人
揺れ	建物被害(夏の昼間 12 時)	全半壊棟数	10,631 人
	人的被害(冬の早朝 5 時)	死傷者数	2,357 人
液状化による建物被害(夏の昼間 12 時)		全半壊棟数	8,989 人
避難者数(1 週間後)		38,817 人	

※兵庫県南海トラフ巨大地震津波被害想定 (平成 26 年 6 月 3 日公開)

兵庫県南海トラフ巨大地震津波浸水想定図 阪神地区 (平成 25 年 12 月 24 日公開)

▼地震から身を守るための行動

災害はいつ起こるか分かりません。周囲の状況により具体的な行動は異なります。日頃からいざという時の行動を考えておきましょう。

●家庭で屋内にいるとき

- 家具の移動や落下物から身を守るため、頭を保護しながら大きな家具から離れ、丈夫な机の下などに隠れる
- 慌てて外に飛び出さない
- 料理や暖房などで火を使っている場合、その場で火を消せるときは火の始末、火元から離れているときは無理に火を消しに行かない
- 扉を開けて避難路を確保する



【ワンポイントアドバイス】
左の絵の状況にならないように、普段から家具の固定や壊れると危険なもの(花瓶やガラス)は固定もしくは、置かないようにしましょう。

●人が大勢いる施設（大規模店舗などの集客施設）にいるとき

- 慌てずに施設の係員や従業員などの指示に従う
- 従業員などから指示がない場合は、その場で頭を保護し、揺れに備えて安全な姿勢をとる
- 吊り下がっている照明などの下から退避する
- 慌てて出口や階段に殺到しない



【ワンポイントアドバイス】
大規模店舗や屋外にいる時に地震が起きた場合は、上から物が落下してくる可能性があります。かばんや買い物かごなどで頭を守る行動をとしましょう。

●自動車運転中

- 後続の運転手が緊急地震速報を聞いているとは限らないため、自動車運転中は、慌てて急ハンドルや急ブレーキをかけず緩やかに速度を落とす
- ハザードランプを点灯して周りの車に注意を促し、道路の左側に停止する

