

平成23年3月11日に八戸市を襲った東日本大震災から、まもなく12年が経過します。この機会に3.11を振り返り、地震・津波災害から自分や家族の命を守るため、今できることから始めましょう。



3・11を忘れない

## 東日本大震災の市内の被災状況を撮影した写真などを展示します

- **日時** 3月8日(水)～15日(水)8時15分～17時(15日(水)は15時まで)
- **場所** 市庁本館1階 市民ホール、市庁別館1階 市民ホール

## 「非常持出品」と「備蓄品」を点検しましょう

避難する際は、非常持出品を持って避難できるように、リュックサックなどにまとめておきましょう。感染対策品をお忘れなく。また、電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から少なくとも家族で3日間(可能であれば一週間)過ごせる程度の飲料水や保存の効く食料などを備蓄したり、自家用車などのガソリンを常日頃から早めに給油するようにしましょう。

☞市ホームページ内で「非常持出品」を検索

## 自宅の危険箇所を減らしましょう

地震などで、多くの方が負傷する大きな原因は「家具の転倒や落下」です。家具や家電を固定したり、窓ガラス飛散防止フィルムを貼るなどして、避難時のけがを防止しましょう。市では、地震発生時における家具転倒による事故を防止するため、ひとり暮らしの高齢者などを対象に、家具を固定する器具の取り付け作業をボランティアで実施しています。

☞市ホームページ内で「家具転倒防止ボランティア」を検索

## 災害時に必要な情報を得られるようにしましょう

ほっとスルメール(安全・安心情報メール配信サービス)に登録すると、地震・気象・火災・防犯などの地域の安全・安心情報を、携帯電話などで受け取ることができます。

- **携帯電話用** QRコードを読み取り、空メールを送信し、返信メールに従い登録してください。  
※迷惑メール設定をしている場合は、ドメイン「anshin.city.hachinohe.aomori.jp」のメールを受信できるように設定してください。

- **アプリ(iOS版 Android版)**

アプリ検索サイトで「ほっとスルメール」と検索し、インストールしてください。



## 津波発生時の警報・注意報の種類を覚え、取るべき行動を確認しましょう

気象庁は、地震が発生した際、地震の規模や位置をすぐに推定し、沿岸で予想される津波の高さを求め、地震が発生してから約3分で大津波警報、津波警報または津波注意報を発表します。津波は沿岸の地形などの影響により、局所的に予想より高くなる場合があります。「ここなら安心」と思わず、より高い場所を目指してただちに避難しましょう。

種類	予想される津波の高さ		とるべき行動
	数値での発表	巨大地震の場合の発表	
大津波警報 (特別警報に位置付け)	10m超(10m<予想高さ)	巨大	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台など安全な場所へ避難する。</li> <li>● 津波は繰り返し襲ってくるので、津波警報が解除されるまで安全な場所への避難を続ける。</li> </ul>
	10m(5m<予想高さ≤10m)		
	5m(3m<予想高さ≤5m)		
津波警報	3m(1m<予想高さ≤3m)	高い	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 海の中にいる人は、ただちに海から上がって、海岸から離れる。</li> <li>● 津波注意報が解除されるまで海に入ったり、海岸に近づいたりしない。</li> </ul>
津波注意報	1m(0.2m≤予想高さ≤1m)	— (表記しない)	

## 自主防災組織の活動 ☞市ホームページ内で「自主防災組織」を検索

災害による被害を最小限に抑えるための取り組みの一つとして、地区の自主防災組織など、地域ぐるみでの活動が重要となっています。

吹上・中居林地区の自主防災組織などによる避難所開設・運営訓練の様子



家庭で備える

行動の確認をする

地域で備える