

「地震・津波」編

「南海トラフ」大地震発生が心配される！
 ～地震発生後 最短 18 分で津波到達
 ～予想される橿地区津波高約 5m～10m

①【地震が発生したら、まずその場で「身の安全確保」】

室内	屋外	車の運転中
机にもぐるなど 落下物や転倒物 から頭を守る。	ブロック塀や 自販機から離れ 頭を守る。	スピードを落とし 左側に停車。状況 によっては車から 出る。

②【津波の恐れがある場合は、安全な場所へ避難 原則「歩いてすぐ避難」「遠くよりも高いところ」】

- ・津波情報収集(テレビ、ラジオ、スマホ等)
(スマホは、事前に防災関係アプリの登録が必要)
- ・「津波注意報」「津波警報」「大津波警報」が発表
されたら避難行動をおこす。
- ・避難する場合は、ブレーカーを落としガスの元栓
を締める。

分類	巨大地震時表現	発表基準
大津波警報	「巨大」	5m、10m、10m 超
津波警報	「高い」	3m
津波注意報	表記しない	1m

←『津波避難ビルマーク』建物壁表示
 ○橿児童センター周辺の津波避難ビル
 (右地図 ●)
 (橿地区 62 箇所、吉村町 19 箇所)

- ### ③自宅等には、警報や注意報が解除されてからもどる。
- ・津波は何度も繰り返して押し寄せるため、解除
されるまではもどらない。海岸に近づかない。

「風水害・台風」編

○洪水ハザードマップ等で、普段から、大雨や洪水発生
時の自宅周辺の浸水や土砂災害の危険度を確認してお
きましょう。

○風水害の対策の基本は、『情報収集』です。
テレビやラジオ等で、最新の気象情報
をこまめに入手しましょう。



災害時の避難

【避難情報】警戒レベルは5段階(下表は2～4)

警戒 レベル	状況	避難情報	住民がとるべき 行動
4	災害のお それ高い	避難指示	危険な場所から 全員避難
3	災害のお それあり	高齢者等避難	危険な場所から 高齢者等は避難
2	気象状況 悪化	大雨・洪水・ 高潮注意報	自らの避難行動 を確認

【災害の状況に応じた避難行動】

災害の状況に応じて適切な避難行動をとりましょう。

立ち退き避難 (水平避難)	土砂災害、2 階建て以上浸水のおそれ
	公園などの指定緊急避難場所や指定 避難所、安全な親戚・友人宅へ
屋内安全確保 (垂直避難)	夜や急な降雨で避難路上の危険性が 分かりにくい場合
	自宅等の建物内にとどまり、より高い 場所などに移動し安全確保

ハザードン【アプリ】

- ・防災情報をプッシュ
通知で受け取ること
ができます。
- ・ハザードマップ、避難
所の確認ができます。



橿児童センター周辺の「津波避難ビル」と「指定避難所」



NO	避難所：施設名	スロ ープ	障がい者 トイレ
①	市総合体育館	○	○(オスト)(マン)
②	中央公民館	○	○(オスト)
③	宮崎学園中学校・高校	×	×
④	橿小学校	○	○
⑤	橿公民館	○	○(オスト)
⑥	橿中学校	○	×(マン)
⑦	日向学院	○	○(オスト)
⑧	宮崎県体育館	○	○(オスト)
⑨	男女共同参画センター	○	○
⑩	北中自治公民館【△】	×	×
⑪	橿児童センター	○	○

- ・△(風水害時のみ避難所)
- ・オスト(オストメイト対応トイレ)
- ・マン(マンホールトイレ)



憶児童センター避難所開設 Q&A

Q1. 憶児童センターは、災害時すぐに開設するの？

災害の規模や被害の状況に応じて、開設する避難所が決定されるため、全ての避難所が一斉に開設されるわけではありません。憶児童センターが開設しているかどうか、また、どこの避難所が開設しているかはTVやスマホ等で確認できます。



Q2. 避難所になったら、誰が開けるの？

避難所開設が決定したら、市の配備職員が鍵を開け対応されます。

Q3. 憶児童センターに備蓄品はあるの？

備蓄品はありません。避難する場合、必要な物はそれぞれ各個人で持ってくるようになります。避難が長引く場合は、物資や食料などが配付されると思います。

Q4. 憶児童センターの収容人数は何人？

1階と2階合わせて、140人です。

Q5. ペットと一緒に避難所に行ってもいいの？

宮崎市では、ペット受け入れ可能な避難所が9カ所決まっています。ペットと避難する場合は、受け入れ可能な避難所を事前に調べておく必要があります。

備蓄品 例

(ローリングストック法)



【ローリングストック法】使いながら備蓄する。

備蓄品を日常生活の中で使い、使った分を買い足す方法（非常食の賞味期限による廃棄を無くすため）

【備蓄品】最低3日分、できれば1週間分。

- ・飲料水(大人1人1日3ℓ) ・非常食 ・簡易食器
- ・簡易トイレ ・カセットコンロ ・ラップ、アルミホイル
- ・トイレトーパー、ティッシュ
- ・毛布、タオルケット ・おむつ(乳幼児は1サイズ大を)

避難所への避難までの流れ

災害のおそれがある場合
TVやスマホ等で情報収集

危険な場所にいる場合、「避難準備」
・開設避難所の確認 (TV・スマホ等)
・非常持ち出し品の確認

避難所へ避難(なるべく徒歩で)

避難所

【避難所での注意事項】

- ①必要なものを持参しましょう。
- ②所持品には名前を書き、適切に管理しましょう。
- ③こまめな水分補給をしましょう。
- ④衛生管理に注意しましょう。



【避難所でのルール】

避難所では、限られた空間で多くの方が共同生活をします。共同施設は清潔に利用し良好な環境を保ち、お互いのプライバシーを尊重しながらマナーやルールを守り、譲り合いの心をもって生活しましょう。

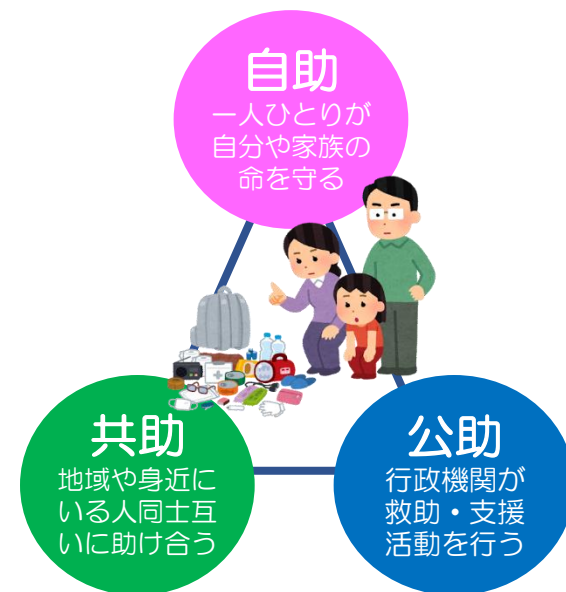
また、避難所では様々な方が生活しています。乳幼児、要介護者、妊婦といった要配慮者の方々への心配りも心掛けましょう。

非常持出品 例 (家庭状況によって必要なものは違う)

- ・飲料水(500ml 3本以上) ・非常食 ・救急用品
- ・貴重品 ・携帯トイレ ・簡易食器 ・懐中電灯
- ・ウェットティッシュ ・感染症対策用品 ・ポリ袋
- ・携帯電話充電器、バッテリー ・大きなハンカチ

2024

防災リーフレット



憶児童センター

※参考資料

- ・宮崎市「津波・洪水」ハザードマップ
- ・宮崎市「防災ハンドブック」