

津波の情報に注意！状況に応じた避難を

地震発生後に迫る津波から命を守るには、一刻も早く高所や遠方への避難が不可欠です。

最近では、日本から遠く離れた場所で発生した地震（遠地地震）による津波情報（津波注意報や津波警報など）が発表される事例が増えてきています。

1960年や2010年に発生したチリ地震による津波のように、遠地地震の場合でも大きな被害をもたらす場合もあるため、津波情報が発表された場合は、遠地地震であっても油断せずに避難行動をとるようにしましょう。津波情報は、一度発表されると長時間解除されません。状況に応じた避難の方法を、平時から考えておいてください。

ただちに避難

（原則）

震源地が近い地震

による津波の場合

（南海トラフ地震など）



地震が発生したら、その場で頭を守るなど安全確保を行い、揺れがおさまったら津波から命を守るため、ただちに屋外の高台（指定津波避難場所やまちで決めた避難場所など）へ避難してください。

津波情報が発表された場合は、**市からの呼びかけを待たずにただちに避難**してください。

地震後の建物内への避難は、建物の倒壊や建物内部の崩落が想定されるため、建物の安全が確認されるまでは避けるべきです。

十分に備えて避難

（津波到達時間に余裕がある場合）

震源地が遠い地震（遠地地震）

による津波の場合

（チリ地震、フィリピン付近の地震、カムチャツカ半島付近の地震など）



市内で揺れを感じていなくても、津波情報が発表された場合は、津波情報が解除されるまでは、避難行動をとり続けてください。

遠地地震による津波は、到達するまでに時間的猶予がある場合があります。津波の情報をしっかり確認して、非常用持ち出し袋など、十分に準備をして行動するようにしてください。

遠地地震の場合、断水や停電、建物被害がないので、暑さ寒さ対策のため、津波の浸水が想定されない建物内への避難も有効です。

一人一人が備えて！
防災力UP！鳥羽



vol.158

TEL 25-1118

総務課防災危機管理室

とばびと
活躍
プロジェクト

トバゴト

Vol.41



トバゴトQRコード

健康福祉課長寿介護係

（生活支援コーディネーター 杉浦徹）

TEL 25-11186

キーワード
#有償ボランティア
#ほっとスマイルサービス

鳥羽市には、高齢者を支える公的な介護・福祉サービスがさまざまなあり、日々の暮らしをサポートしてくれま。一方で、これらのサービスは、一定の基準を満たした場合のみ利用できるという側面があり、「そこまでではないけれど、ちょっと困っている」などの場合には利用ができません。「買物に付き添ってもらいたい」「洗濯をちょっとだけ手伝って欲しい」「一人で病院に行くのは不安」など、日々の暮らしの中での困りごとは、誰かのちょっとした手助け（互助）があれば解決できることも少なくありません。だからこそ、そのような時に利用できるサービスが鳥羽市にはあります。鳥羽市社会福祉協議会が運営する「ほっとスマイルサービス」は、住民同士が「利用会員」と「協力会員」になるこ

とで、困りごとをお互いに支え合う仕組みです。この仕組みは、無償のボランティアではなく、30分300円という有償ボランティアサービスです。安価でも有償であることで、利用会員は気兼ねなく依頼ができ、協力会員は地域の支え手として、やりがいや役割を持って活動することができます。現在、ほっとスマイルサービスには、26人の協力会員（離島を含む）が登録しており、「誰かの力になる」ために準備をしてくれています。ほっとスマイルサービスの仕組みが、鳥羽市の中で活発になることは、鳥羽市での暮らしの安心にもつながっていきます。利用会員・協力会員のどちらでも、もし興味を持っていたら、ぜひ鳥羽市社会福祉協議会に相談してみてください。

