



## 地震のとき

日本は地震が多い国です。多数の尊い生命と財産を一瞬にして奪った 1995 年の阪神・淡路大震災を貴重な教訓とし、今後、いつ、どこで震災が起きても、被害を最小限にとどめる事ができるように、普段から食料品や生活必需品を備えるとともに、ご近所の方とあいさつを交わし自治会などが行う防災訓練に参加しましょう。

### ○日頃の対策

- (1) 家の中で一番安全な場所を確認しておく。
- (2) 一人一日 3 リットルを目安に飲料水を確保しておく。
- (3) リュック、あるいは非常持ち出し袋を用意し、家族全員が知っている場所に置く。その中に必要な物を入れておく。

例えば：

- a 懐中電灯、乾電池    b 飲料水、食糧    c 携帯ラジオ    d 現金（10 円硬貨は公衆電話に便利）  
 e 身分証明書の写し、パスポート、預金通帳などの貴重品    f 卓上コンロ、ライターやろうそく  
 g 救急セット（持病がある人は常備薬を忘れずに）    h ヘルメット、あるいは頭巾  
 i 軍手、衣類及びタオル    j 防寒着    k 保温シート    l ポリタンク    m 充電器など



- (4) 家具を転倒防止用の器具で固定する。
- (5) 窓、食器棚や本棚などのガラスに飛散防止用フィルムを貼る。
- (6) 緊急用の電話番号や言葉が通じる相手の連絡先をメモしておく。
- (7) 最寄りの避難所とその経路を確認しておく。

問い合わせ先

- ・西宮市役所地域防災支援課            0798-35-3092
- ・西宮市内の避難所の検索

●[https://webgis.nishi.or.jp/index.php?controller=index&action=sendnext&next\\_page=searchhinanjoindex&map\\_gid=9&map\\_id=15](https://webgis.nishi.or.jp/index.php?controller=index&action=sendnext&next_page=searchhinanjoindex&map_gid=9&map_id=15)

参考サイト

[https://webgis.nishi.or.jp/index.php?controller=index&action=sendnext&next\\_page=searchhinanjoindex&map\\_gid=9&map\\_id=15](https://webgis.nishi.or.jp/index.php?controller=index&action=sendnext&next_page=searchhinanjoindex&map_gid=9&map_id=15)（地理情報システム防災情報）

<https://www.nishi.or.jp/kurashi/anshin/bosaijoho/index.html>（西宮市防災情報）

<https://www.nishinomiya-bousai.jp/>（西宮市防災ポータル）

### ○地震が発生したら

- (1) まず身の安全をはかる。
- (2) 部屋や玄関のドアを開け、逃げ道を確認する。
- (3) 慌てて建物から飛び出さず、地震がひとまず落ち着いてから非常持ち出し袋を取り出し、ヘルメットな

どで頭を保護する。

- (4) 使用中のガス、ガスコンロの火を消す。他の調理器具や暖房器具等出火の原因になりそうなものはすべて切る。出火していれば、ただちに手近な消火器で消す。
- (5) 最寄りの安全な場所に避難する。
- (6) テレビ、ラジオ、電話などで震災情報を随時把握するように努める。
- (7) 家族や近所の人からはぐれないよう、お互いを確認しながら速やかに避難所へ移動する。
- (8) 自動車の運転中であれば急ブレーキを避け、ゆっくり減速しながら左側路肩に寄せる。ガソリンスタンドや高圧ガス施設のそば、歩道橋の下などには停車しない。
- (9) 歩行中は、広い道なら中央へ、繁華街では看板、電柱や窓ガラスなどの落下物に気を付ける。

## ○地震の後は

余震や津波の危険があります。テレビやラジオ等でできるかぎり正しい情報を集めます。大きな地震で自宅に戻れない状態になった時は、家族の安否と避難先を自分の国の在日大使館や領事館、所属している会社や学校等に速やかに連絡しましょう。

西宮市では災害時に市民の皆さんからの通報や問合せを受ける災害時専用の電話として 0798-35-3456（災害対策本部）を設置します。

災害時の通報、問い合わせ先

- ・西宮市災害対策本部 0798-35-3456（災害時のみ）

## ○津波に対する心構え

海底で地震が起こると、その揺れが海水に伝わって陸地へ押し寄せてきます。これを津波と言います。津波は地震発生に伴い、突発的に襲ってくるため、海の近くにいるときどのような行動が必要かを知っておくことは、自分の家族の命を守るためにも非常に大切なことです。

以下のように、平常時から「津波に対する心構え」を持ち、津波による被害から身を守りましょう。

- (1) 海岸・河川敷周辺にいて、強い地震や長い時間（1分間以上）の揺れを感じたら、すぐに避難する。
- (2) テレビやラジオの情報をもとに、すぐ避難する。
- (3) 市役所職員・消防職員・警察官からの指示や、防災スピーカー・サイレン・広報車による避難情報があったら、すぐに避難する。
- (4) 津波から避難する場合は、次のいずれかの行動をとる。
  - ・鳴尾御影線(市道)より北側へ避難する。
  - ・海岸・河川から離れて、高い建物の“3階以上”へ避難する。
  - ・鉄筋コンクリート造などの“3階以上”に居る場合は、その場にとどまる。
- (5) 自動車はやめて、歩いて避難する。
- (6) 津波は、繰り返し襲ってくるので、津波警報や注意報が解除されるまで、海岸や河川敷に近づかない。
- (7) 正しい情報をラジオ・テレビ・広報車などを通じて入手して、冷静に行動する。

「津波ハザードマップ」にて南海地震による津波が襲来してきた場合の浸水予想区域が確認できます。  
津波ハザードマップ

[https://www.nishi.or.jp/kurashi/anshin/bosai\\_joho/kakushumap/tsunami-map/2019tsunamihazard.html](https://www.nishi.or.jp/kurashi/anshin/bosai_joho/kakushumap/tsunami-map/2019tsunamihazard.html)

「にしのみやWebGIS」から津波避難ビルを確認できます。

[https://webgis.nishi.or.jp/index.php?controller=index&action=sendnext&next\\_page=searchhinanjo\\_index&map\\_gid=9&map\\_id=15](https://webgis.nishi.or.jp/index.php?controller=index&action=sendnext&next_page=searchhinanjo_index&map_gid=9&map_id=15)

参考サイト

[https://webgis.nishi.or.jp/index.php?controller=index&action=sendnext&next\\_page=searchhinanjo\\_i#map\\_gname\\_9](https://webgis.nishi.or.jp/index.php?controller=index&action=sendnext&next_page=searchhinanjo_i#map_gname_9) (地理情報システム)

## ○災害用伝言ダイヤル(電話番号は171)

災害が発生すると、被災地への電話がかかりにくくなります。そのようなとき、「災害用伝言ダイヤル」をご利用ください。被災地にいる人が録音した、安否などに関する情報を、ほかの地域にいる人が聞ける、声の伝言板です。被災地にいる人へ、メッセージを送ることもできます。

NTTが災害用伝言ダイヤルサービスを始めるときは、テレビ、ラジオ、インターネット等でお知らせします。使い方は、電話番号171をダイヤルし、日本語の利用ガイダンスに従って、伝言の録音、再生をおこないます。

参考サイト

<https://www.hyogo-ip.or.jp/torikumi/tabunkakyose/guidemap.html>

(公財) 兵庫県国際交流協会 子どもと親の防災ガイドブック

## ○災害時に役立つ外国語の表示シート集

大地震のような大きな災害が発生したときに、地域の避難所で掲示される案内や、情報を翻訳したシート集が、下記のホームページにおいて、公開されています。(データはPDF形式)。52種類の文章や用語が、英語、中国語(簡体字、繁体字)、韓国・朝鮮語、スペイン語、ポルトガル語、タガログ語、の7種類に翻訳されています。

(財)自治体国際化協会「災害時 多言語情報作成ツール 多言語表示シート サンプル版」

<https://www.clair.or.jp/j/multiculture/tagengo/sheet.html>

※注 詳しくは、日本語がわかる人を介してお問い合わせください。

## ○罹災証明

地震の被害にあつて、税金や保険料の減免など、各種支援制度の適用を受ける場合には「罹災証明」が必要です。被害状況がわかる写真を撮影しておいてください。

問い合わせ先

西宮市罹災証明受付担当

0798-35-3282

※注 詳しくは、日本語がわかる人を介してお問い合わせください。