

厚岸町防災ハザードマップを確認しましょう

町では津波や土砂災害、洪水において被害が想定されている区域や避難場所、各災害についての情報等をまとめた防災ハザードマップを作成し、皆さんへ配布しています。

避難訓練の前には改めて防災ハザードマップを確認し、災害時に取るべき行動や避難場所を確認しましょう。

なお、防災ハザードマップの配布を希望する場合は、危機対策室までお越しください。

- 最寄りの避難場所・避難所が知りたい人／37・38ページ『避難施設一覧』
- ペットを飼っている人に読んでいただきたいページ／5ページ『ペットを飼っている皆さまへ』
- 備蓄品のチェックについて／9ページ『備蓄品および非常持ち出し品』



シェイクアウトとは

シェイクアウト(安全確保行動)とは米国カリフォルニア州で始まった訓練です。家庭や職場、外出先などにおいて、地震による揺れや落下物から身を守るための3つの行動(まず低く、頭を守り、動かない)を1分間行います。



①まず低く
強い揺れで自分が倒れる前に、まず体勢を低くして、地面に近づきましょう。



②頭を守り
テーブルなどの下に入り、頭を守りましょう。守るものがない場合は腕や荷物を使いましょう。



③動かない
揺れが止まるまで動かずじっとしていきましょう。

提供：日本シェイクアウト提唱会議
<https://www.shakeout.jp/>

避難訓練に参加できない場合も、家庭でできる防災訓練として次の項目を実施してみましょう

1 災害発生時の安全確保

例) 部屋の安全を確保する(家具転倒・落下・移動防止、ガラスの飛散防止など)

2 避難する場所とその避難方法

例) 事前に避難する場所と避難方法を家族と確認する
安否確認方法を決めておく

3 避難所での生活における最低限必要な物の確保

例) 非常持ち出し品や薬などを準備する



避難訓練を11月2日(日)に実施します

今年度の厚岸町避難訓練は、国土交通省が厚岸町のほか、北海道、釧路市、釧路町と共同で実施する「大規模津波防災総合訓練」と併せて、11月2日(日)に行います。

実際に地震が発生した時、皆さんがどこにいても身の安全が確保できるよう、訓練に参加して、避難行動を確認しましょう。

●問い合わせ／危機対策係

避難訓練のスケジュール

9時50分 訓練開始

- 9時50分 地震予測
防災行政無線で緊急地震速報を放送します。
- 9時50分 地震発生
防災行政無線で地震発生の注意喚起を放送します。

- 安全確保行動(シェイクアウト)
その場で1分間、安全確保行動を行いましょう。

- 9時51分 大津波警報発表
北海道太平洋沿岸東部に大津波警報が発表されます。

- 9時52分 避難指示発令
防災行政無線、IP告知情報端末、緊急速報メールで避難指示を発令します。
声かけをして隣近所の人と協力し、危険箇所がないか確認しながら、近くの避難場所まで避難してください。
※定期列車の運行の都合上、例年宮園地区で行っているJ R避難階段使用訓練は、10時10分頃から行います
※非常用持ち出し袋を持っている人は、実際に持って避難してください
※避難場所へ避難するときは何分で避難場所に到着するか実際に時間を測ってください
※実際に避難場所へ行くことができない人も、避難準備をして家を出るまでの時間を測ってみましょう(目安：夏期5分～7分、冬期7分～12分)

- 10時20分 避難指示解除
防災行政無線で避難指示解除を周知します。

10時20分 訓練終了

【大規模津波防災総合訓練】

大規模津波防災総合訓練は、釧路市をメイン会場、釧路町、厚岸町をサテライト会場として行います。本訓練では、大規模津波による被害軽減を目指すとともに、津波に対する知識の普及・啓発を図ることを目的に、日本海溝・千島海溝巨大地震を想定した多様な機関が連携し、陸・海・空に渡る訓練を行います。

実施内容については、同封のチラシをご参照ください。

