

# 南海トラフ地震に備えよう



問 防災安全課 (☎内線165)

概ね100〜150年間で繰り返し発生してきた大規模地震。中津川市は内閣府「南海トラフ地震防災対策推進地域」に指定されており、最大震度6弱、建物被害約3600棟、死傷者約3700人の被害が想定されています。国の地震調査委員会では南海トラフ地震が今後30年以内起きる確率について、80%程度と公表しています。



## 備蓄品を確認しましょう

南海トラフ地震が発生した場合、太平洋沿岸の広範囲で大きな被害が発生するため、岐阜県などの内陸部に対する国の支援は到着が遅くなる可能性があります。また、発災後から2、3日は市の物資も届かない場合があるため、今一度、家庭で災害時の備蓄について見直しましょう。

指定避難所など、安全な場所へ移動することを想定した最小限の生活必需品。あらかじめリュックなどに準備して、避難時にすぐに持ち出せる場所(玄関など)に置いておきましょう。

## 非常持出品



## 非常備蓄品

在宅避難を行う場合として、最低3日分、可能な限り1週間分の準備をしておきましょう。

**飲料水**  
3 (リットル) × 3 (日)  
×世帯人数

**簡易トイレ**  
5 (回) × 3 (日)  
×世帯人数

**食料**

主食：パックご飯、カップ麺、アルファ米  
主菜：缶詰(肉、魚、野菜類)、レトルト食品  
副菜：缶詰(果物類)、野菜ジュース

## 「少しならできそう」その気持ちが大事



市消防本部は、坂本中学校2年生を対象に、応急手当講習会を実施した後、救急隊と連携した実践的な訓練をしました。

代表生徒が119番通報と応急手当を実施し、救急隊に引き継ぎ、一部補助に入りながら救命処置の様子を見学。参加した代表生徒から「少しは応急手当ができるようになったと思う」と感想を述べると、隊員からは「その少しの気持ちが大事」と自分ができることをすることの大切さを伝えました。

問 西消防署 (☎68-5119)

## 災害が起きた時、どこへ避難する？

複数の避難先の想定を

避難先の選択肢を複数確保することは、自身や家族の命を守ることに繋がります。避難指示などが出た際や大きな地震が発生した際に備え、友人・親戚宅や地域の集会所、自宅の2階など、複数の避難先を想定し準備しておく必要があります。避難先やその経路を確認する際はハザードマップをぜひご活用ください。



## 分散避難システムの活用にご協力ください

「分散避難システム」とは、災害時に市町村が開設した避難所以外に避難している方の情報を把握し、安否確認するシステムです。

特に避難生活が長期化する大規模災害では、避難所に避難していない避難者の人数や支援ニーズの把握が必要で、災害時に避難所以外へ避難される際は、安全を確保した上で、お手持ちのスマートフォンなどから避難状況の報告にご協力ください。詳しくは二次元コードからご覧ください。



## 地域防災リーダー育成講座

市では、防災・減災に関する知識・技術を身につけ、地域の防災リーダーを育成しています。

とき 10月26日(日)、11月16日(日)、30日(日) (全3回)

※最終日に防災士資格取得試験を実施

ところ 健康福祉会館

参加費 12,000円  
※テキスト代、防災士試験受験料、防災士登録料

申込方法 二次元コードから

申込期限 9月19日(金)

問・申込 防災安全課 (☎内線163)



## 令和7年度 中津川市総合防災訓練を実施します

今年度は、地域の自治会(自主防災会)の役員や防災人材が中心となり、自治会ごとに防災訓練を実施します。地域の実情に合わせた訓練を実施するため、各地域で参加者や訓練内容も異なります。お住まいの地域の回覧などで確認し、訓練への参加をお願いします。

とき 8月31日(日)

※午前8時に訓練開始の合図としてサイレンを吹鳴します。

※地域によっては別日または時間帯が異なる場合があります。

ところ 各地域で定めた会場

広報8月号(本号)と同時に配布する「家庭の防災訓練」を使い、防災について家族で話し合いをしてみてください。

■訓練の流れ

1. 広報8月号と同時に配布する「家庭の防災訓練」を使い、家族で防災について確認
2. サイレンを合図に、地震や風水害の発生を想定した訓練を家庭で実施
3. お住まいの地域の総合防災訓練に参加



## 災害時にできる 応急手当を学ぼう



災害時、ケガなどをしたときや、救急隊が到着するまでにできることを学ぶ機会として、消防本部では応急手当講習会を実施しています。

講習会では「どんな応急手当を学びたいか」リクエストすることができ、心肺蘇生法の他に、「骨折の可能性があるとき」「切り傷が深いとき」など、災害時に予想されるような手当てに特化した講習会を組むこともできます。防災訓練とセットで、定期的に受講する機会を作ってみてはいかがでしょうか。

※応急手当を普及する活動に携わるための講習会もあります。

問・申込 救急指令課 (☎66-2039)