

津波避難 — タイムライン

津波災害の要因となる地震発生から避難までの行動のポイントを時系列にタイムラインとしてまとめました。いつ・どのタイミングでどのような行動を取ったら良いか確認しましょう。



行動のポイント



地震発生



発生から
0分

▶身の安全を確保しましょう!

強い揺れや長い揺れを感じたときは、すぐに身を守る行動をとりましょう。



まず低く



頭を守り



動かない



発生から
~3分

▶落ち着いて状況を把握しましょう!

- 落ち着いてブレーカを落とし、ガスの元栓を締める。
- 警報等の発表を待たずにすぐに避難する。
- 避難の際は、ガラスや瓦などの落下物に注意する。
- 海へ様子を見に行くことはやめましょう。津波が見えてからでは逃げられません。

- 海岸や河川からできるだけ遠くへ避難。



- より早く、高く、遠くへ避難。



▶津波警報、大津波警報、または注意報の発令 / 避難指示の発令

揺れを感じなくても、警報が発表されたり、町からの避難指示が発令されたらすぐ避難!



発生から
3分~

▶より安全な場所へ避難しましょう!

- 率先して避難する。
- やむを得ず建物に避難する場合は、津波避難ビル等の頑丈な建物の上階へ避難する。
- 避難をしてから安否確認をする。
- 災害情報を確認する。



! 30cmの津波でも危険

津波の浸水深が30cm程度でも流れが速いと足をとられてしまいます。気象庁は20cm以上の津波が予想された場合は津波注意報を発表します。津波注意報が発表されたら速やかに海岸から離れてください。

