

# 火災

1人で消せるだろうと考えず、隣近所に火事を知らせ、すみやかに119通報をしましょう。  
初期消火で火事を消せなかったら、すばやく避難しましょう。

## 1 早く知らせる

- 「火事だ」と大声を出し、隣近所に援助を求める。  
声が出なければやかんなどを叩き、異変を知らせる。
- 小さな火でも119番に通報する。  
当事者は消火に当たり、近くの人に通報を頼む。



## 2 早く消火する

- 消火ができる限度は、出火から3分以内。
- 水や消火器だけで消そうと思わず、座布団で火を叩く、毛布で覆うなど手近なものを活用する。



### 火元別初期消火のコツ

#### 油なべ

あわてて水をかけるのは厳禁。消火器がなければ濡らした大きめのタオルやシーツを手前からかけ、空気を遮断して消火を行う。

#### 衣類

着衣に火がついたら転げまわって消す方法もある。髪の毛の場合なら衣類(化繊は避ける)やタオルなどを頭からかぶる。

#### 電気製品

いきなり水をかけると感電の危険がある。まずコードをコンセントから抜いて(できればブレーカーも切る)消火を行う。

#### ストーブ

消火器は直接火元に向けて噴射する。石油ストーブの場合は粉末消火器を使用する。消火器がない場合は、水にぬらした毛布などを手前からすべらせるようにかぶせ、空気を遮断する。

#### 風呂場

風呂場からの出火に気づいても、いきなり戸を開けるのは禁物。空気が室内に供給されて火勢が強まる危険がある。ガスの元栓を締め、徐々に戸を開けて一気に消火を行う。

#### カーテン・ふすま

カーテンやふすまなど、立ち上がり面に火が燃え広がったら、もう余裕はない。引きちぎり蹴り倒して火元を天井から遠ざけ、その上で消火を行う。

## 3 早く逃げる

- 天井に火が燃え移った場合は、速やかに避難する。
- 避難するときは、燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を絶つ。

### 消火器の使い方 粉末・強化液消火器の場合



安全ピンに指をかけた上に引き抜く。



ホースをはずして火元に向ける。



レバーを強く握って噴射する。



#### 消火器のかまえ方

- 風上に回り風上から消す。炎にはまともに正対しないように。
- やや腰を落して姿勢をなるべく低く。熱や煙を避けるように構える。
- 燃え上がる炎や煙にまどわされず、燃えているものにノズルを向け、火の根元を掃くように左右に振る。

# 地震による災害

大地震が起きると「振動(揺れ)」「液状化」「土砂災害」「地震災害」「津波」などがほぼ同時に起こり、大きな被害が生じる恐れがあります。周囲の状況を判断して、まず自分自身の身の安全を確保し、消防署員及び消防団員、警察官などの指示に従って近所の人と一緒に徒歩(原則)で避難所等安全な場所に避難しましょう。

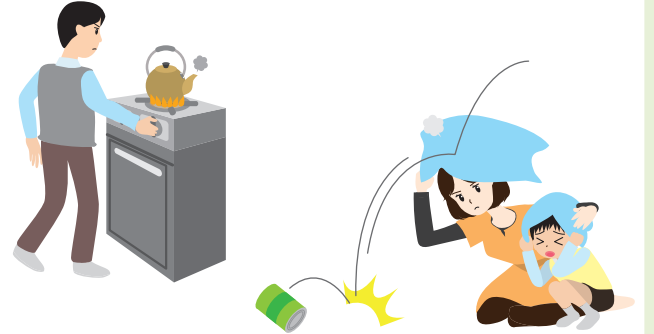
## 地震発生時の時間経過別行動マニュアル

### 地震発生

1~2分

#### 最初の大きな揺れは約1分間

- まず、身を守る安全確保 手近な座布団などで頭を保護
- すばやく火の確認 ガスの元栓、コンセント
- 大きな揺れの場合は、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所に一時避難する。



#### 揺れがおさまったら

- 火元を確認 火が出たら、落ち着いて初期消火
- 家族の安全を確認 倒れた家具の下敷きになっていないか確認
- 靴をはく 家の中はガラスの破片が散乱。靴や厚手のスリッパをはく
- 避難するときは、屋根瓦・ブロック塀・自動販売機等に注意
- 津波などの危険が予想される地域はすぐ避難



#### みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ

隣近所に  
声をかけよう

出火防止  
初期消火

- 要配慮者の安全確保 隣近所で助け合う
- 行方不明者はいないか ●ケガ人はいないか
- 初期消火 消火器を使う バケツリレー 風呂の水はため置きをしておく
- 漏電・ガス漏れに注意 ●電気のブレーカーを下ろす・ガスの元栓を閉める
- 余震に注意

3分

5分

#### ラジオなどで正しい情報を得る

- 大声で知らせる ●救出・救護を求める ●防災機関、自主防災組織の情報を確認
- デマにまどわされない ●避難時に車は極力使用しない ●電話は緊急連絡を優先する

#### 協力して消火活動、救出・救護活動

- 水、食料は蓄えているものでまかなう ●災害・被害情報の収集
- 無理はやめよう ●助け合いの心が大切 ●壊れた家に入らない



10分

数時間

3日

## 屋内にいた場合

### 家の中

- 揺れを感じたら、身の安全を確保しすばやく屋外の安全な場所へ避難する。
- 火の確認はすみやかに行き、コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに行う。
- 乳幼児や病人、高齢者など要配慮者の安全を確保する。
- ガラスの破片などでケガをするため、裸足で歩き回らない。

### デパート・スーパー

- カバンなどで頭を保護し、ショーウィンドウや商品などから離れる。柱や壁ぎわに身を寄せ、係員の指示を聞き落ち着いた行動をとる。

### 劇場・ホール

- カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し係員の指示を聞く。
- あわてずに冷静な行動をとる。

### 集合住宅

- 避難にエレベーターは絶対に使用しない。炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難する。



## 屋外にいた場合

### 路上

- その場に立ち止まらず、窓ガラス、看板などの落下物から、頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などに避難する。
- 近くに空き地などが無いときは、周囲の状況を冷静に判断し、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。
- ブロック塀や自動販売機などに近づかない。
- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意する。

### 車を運転中

- ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落とし、緊急車両などの通行スペースを確保し、道路の左側に止め、エンジンを切る。
- 揺れがおさまるまで、冷静に周囲の状況を確認してカーラジオで情報を収集する。
- 避難が必要な時はキーをつけたままドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難する。

### 海岸付近

- 高台へ避難し、津波情報をよく聞く。注意報・警報が解除されるまでは、海岸に近づかない。

### 電車などの車内

- つり革や手すりに両手でしっかりとつかまる。
- 途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。
- 乗務員の指示に従って、落ち着いた行動をとる。

# 雲仙岳の噴火警戒レベル

## 火山災害から身を守るために

種別	名称	対象範囲	レベル (キーワード)	火山活動の状況	住民等の行動及び登山者・入山者等への対応	
特別 警報	噴火警報 又は 噴火警報(居住地域)	それより火口側 居住地域及び 火口側	5 (避難)		居住地域に重大な被害を及ぼす噴火が発生、あるいは切迫している状態にある。	(住民等) 危険な居住地域からの避難等。
			4 (避難準備)		居住地域に重大な被害を及ぼす噴火が発生すると予想される(可能性が高まっている)。	(住民等) 警戒が必要な居住地域での避難の準備、要配慮者の避難等。
警報	火口周辺警報 又は 噴火警報(火口周辺)	火口から 居住地域 近くまで	3 (入山規制)		居住地域の近くまで重大な影響を及ぼす(この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ)噴火が発生、あるいは発生すると予想される。	(登山者等) 登山禁止・入山規制等、危険な地域への立入規制等。 (住民等) 住民は通常的生活。 状況に応じて要配慮者の避難準備等。
		火口周辺	2 (火口周辺規制)		火口周辺に影響を及ぼす(この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ)噴火が発生、あるいは発生すると予想される。	(登山者等) 火口周辺への立入規制等。 (住民等) 住民は通常的生活。
予報	噴火予報	火口内等	1 (活火山であることに留意)		火山活動は静穏。 火山活動の状態によって、火口内で火山灰の噴出等が見られる(この範囲に入った場合には生命に危険が及ぶ)。	(登山者等) 状況に応じて火口内への立入規制。

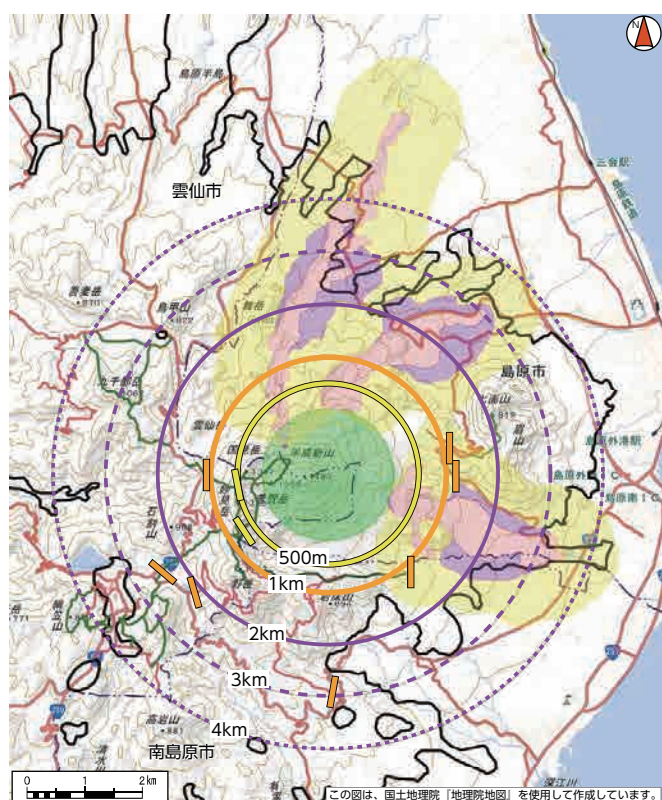
注1)各レベルにおける警戒が必要な範囲は、想定火口縁からの距離としている。火口の位置が限定された場合には、その火口縁を起点とした警戒が必要な範囲を設定する。

注2)想定火口外で噴火が発生した場合は、噴火した場所や大きな噴石等の影響範囲を記述した噴火警報を発表する。

●各レベルにおける具体的な規制範囲等については、地域防災計画等で定められていますので、詳細については長崎県、南島原市にお問い合わせください。

●最新の噴火警戒レベルは気象庁ホームページでもご覧になれます。 <https://www.jma.go.jp/jma/index.html>

## 雲仙岳 噴火警戒レベルに対応した規制範囲



●噴火警戒レベルに応じて下記のような防災対応が住民、観光客、登山者・入山者及び自治体等の防災機関に求められます。

- レベル5(避難):  
危険な居住地域からの避難等
- レベル4(避難準備):  
警戒が必要な居住地域からの避難準備、要配慮者の避難等
- レベル3(入山規制):  
想定火口縁から概ね1km以内の立入規制○の範囲内
- レベル2(火口周辺規制):  
想定火口縁から概ね500m以内の立入規制◎の範囲内
- レベル1(活火山であることに留意):  
状況に応じて火口内への立入規制

大きな噴石に警戒が必要な範囲は、火山活動の状況により、想定火口縁から概ね500m◎、概ね1km○、概ね2km○、概ね3km○、概ね4km○となります。

- : 想定火口
- : 居住地域
- : 溶岩流
- : 火砕流
- : 火砕サージ
- : 一般道
- : 登山道
- : レベル3の規制箇所
- : レベル2の規制箇所

※噴火警戒レベルが対象とする火山現象は、大きな噴石、溶岩流及び火砕流です。溶岩ドームの崩落や土石流などについては、自治体等が発表する情報に留意してください。

●この図は、噴火シナリオに基づき、雲仙岳火山防災協議会と調整して作成しています。

●各レベルにおける具体的な規制範囲等については、地域防災計画等で定められていますので、詳細については長崎県、南島原市にお問い合わせください。

資料元:気象庁ホームページ引用

# 津波

気象庁では、津波による災害の発生が予想される場合に、地震が発生してから約3分後を目途に津波警報(大津波、津波)または津波注意報を発表します。

## 津波警報・注意報の種類

※大津波警報は、特別警報に位置づけられています。

種類	発表基準	発表される津波の高さ		想定される被害と取るべき行動
		数値での発表 (津波の高さ予想の区分)	巨大地震の 場合の発表	
大津波 警報	予想される津波の高さが高い ところで3mを超える場合。	10m超 (10m<予想高さ)	巨大	木造家屋が全壊・流失し、人は津波による 流れに巻き込まれます。 沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高 台や避難ビルなど安全な場所へ避難し てください。
		10m (5m<予想高さ≤10m)		
		5m (3m<予想高さ≤5m)		
津波警報	予想される津波の高さが高い ところで1mを超え、3m以下 の場合。	3m (1m<予想高さ≤3m)	高い	標高の低いところでは津波が襲い、浸水 被害が発生します。人は津波による流れ に巻き込まれます。 沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高 台や避難ビルなど安全な場所へ避難し てください。
津波 注意報	予想される津波の高さが高い ところで0.2m以上、1m以下 の場合であって、津波による 災害のおそれがある場合。	1m (0.2m≤予想高さ≤1m)	(表記しない)	海の中では人は速い流れに巻き込まれ、 また、養殖いかだが流失し小型船舶が転 覆します。 海の中にいる人はただちに海から上 がって、海岸から離れてください。

### 高い場所へ速やかに避難する

より高い場所へ、より海から遠い場所へ速やかに避難しましょう。



### なるべく徒歩で避難する

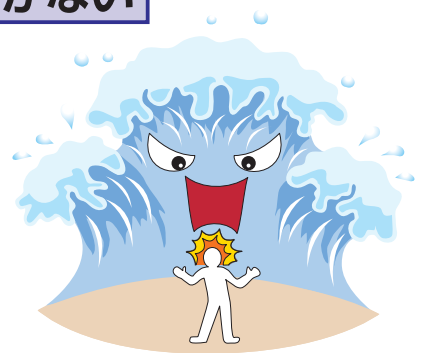
避難方法は原則徒歩による避難を行きましょう。  
なお、車の使用がやむを得ない場合は、周囲の状況に十分配慮して安全な行動を心がけてください。

### 正しい情報を入手する

防災行政無線やテレビ、ラジオなどから正しい情報を入手しましょう。

### 河川や海岸には近づかない

地震の発生や、警報・注意報が発表された場合、海岸や河川は危険ですので、釣りや海水浴を行っている方は、速やかに海岸から離れ、高い場所へ避難しましょう。



### 避難指示に従う

避難指示が発令されたらただちに指示に従い、安全で高い場所に速やかに避難しましょう。



# 防災対策&チェック

事前に準備出来ているか、チェック☑しましょう。

## 家の中の安全対策

### 家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる

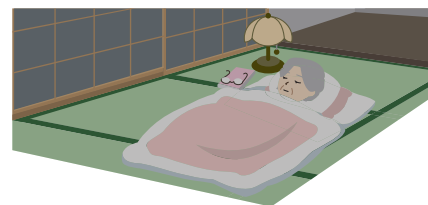
部屋がいくつもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるよう配置換えする。

### 寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には家具を置かない

就寝中に地震に襲われると危険。子どもや、お年寄り、病人などは逃げ遅れる可能性がある。

### 家具の転倒を防ぐ

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱によりかかるように固定する。また、金具や固定器具を使って転倒防止策を万全にする。



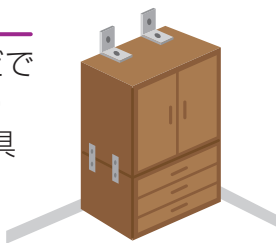
### 安全に避難するため、出入口や通路にものを置かない

玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろものを置くと、いざというときに、出入口をふさいでしまうことも。

## 家具の転倒、落下を防ぐポイント

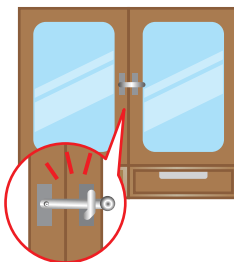
### タンス・本棚

L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合はつなぎ目を金具でしっかり連結しておく。



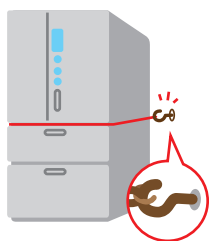
### 食器棚

L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下の方に置く。扉が開かないように止め金具をつける。



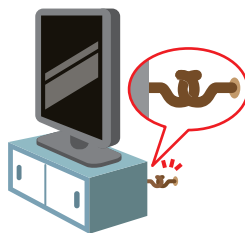
### 照明

チェーンと金具を使って数か所止める。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで止めておく。



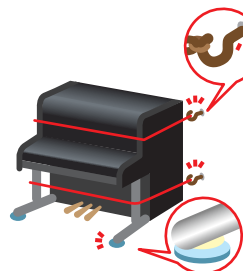
### 冷蔵庫

扉と扉の間に針金などを巻いて、金具で壁に固定する。



### テレビ

できるだけ低い位置に固定して置く(家具の上はさける)。



### ピアノ

本体にナイロンテープなどを巻きつけ、取りつけた金具などで固定する。脚には、すべり止めをつける。

## 家の周囲の安全対策

### 屋根

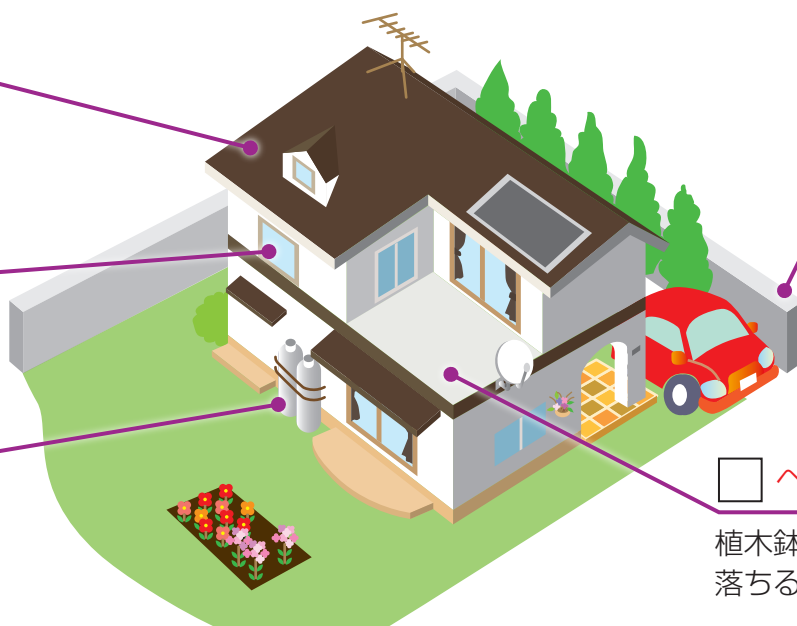
不安定な屋根のアンテナや、屋根瓦は補強しておく。

### 窓ガラス

飛散防止フィルムをはる。

### プロパンガス

ボンベを鎖で固定しておく。



### ブロック塀・門柱

土中にしっかりと基礎部分がないもの、鉄筋が入っていないものは危険なので補強する。ひび割れや鉄筋のさびも修理する。

### ベランダ

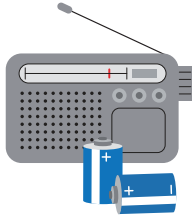
植木鉢などの整理整頓を。落ちる危険がある場所には何も置かない。

# 非常時持ち出し品の準備&チェック

## 非常時持ち出し品(例)

いざというときすぐに持ち出せるように、日ごろから準備・点検しておきましょう。事前に準備出来ているか、チェック☑しましょう。

### 携帯ラジオ



- ラジオ
- 電池(多めに用意)

### 救急医療品



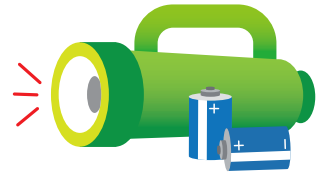
- 常備薬
- 絆創膏
- 傷薬
- 包帯
- 風邪薬
- 胃腸薬
- 鎮痛剤

### 貴重品



- 現金
- 預金通帳
- 印鑑
- 免許証
- 健康保険証
- 権利証書

### 懐中電灯



- 懐中電灯  
(できれば一人にひとつ)
- 電池(多めに用意)

### 非常食品等

火を通さなくて食べられるもの、食器など

- 非常用食品
- 缶切り
- 紙皿
- 紙コップ
- 水筒
- 缶詰
- ミネラルウォーター
- 栓抜き



### その他

- 衣類(下着・上着など)
- 生理用品
- 粉ミルク
- ウェットティッシュ
- ヘルメット
- ラップフィルム  
(止血や食器にかぶせて使う)
- 防災マップ(本書)
- ロープ
- ろうそく
- 軍手
- 応急手当て用品
- 離乳食
- ティッシュ
- ホイッスル
- ハサミ
- 筆記用具・メモ帳
- 家族の連絡先
- 安否確認方法
- タオル
- 紙おむつ
- カップ
- ライター
- 携帯電話
- 携帯電話の充電器
- ゴミ袋
- ビニールシート

## 非常時用備蓄品(例)

災害復旧までの数日間(最低3日)を生活できるようにチェック☑しましょう。

### 飲料水



- 飲料水としてペットボトルや缶入りのミネラルウォーター(1人1日3リットルを目安に)
- 貯水した防災タンクなど

### 非常食品



- お米  
(缶詰・レトルト・アルファ米も便利)
- 缶詰・レトルト食品
- 梅干し・調味料など
- ドライフーズ・チョコレート・アメ(菓子類など)

### 燃料



- 卓上コンロ
- ガスボンベ
- 固形燃料

### その他



- 生活用水(風呂・洗濯機などに貯水)
- 毛布・寝袋・洗面用具・ドライシャンプーなど
- 調理器具(なべ・やかんなど)
- バケツ・各種アウトドア用品など

## 定期点検!

いざというときに支障がないように、食品類の賞味期限や持ち出し品の不備を定期的に点検しましょう。

## 非常時持ち出し品は定期的に点検を!

### 避難生活が長引くときに便利なもの

携帯トイレ、使い捨てカイロ、裁縫セット、ガムテープ、地図、さらし、スコップなど。



### 阪神・淡路大震災で役に立ったもの

ポリタンク、ホイッスル、予備の眼鏡・補聴器、新聞紙、補助用具としてスコップ、バールやハンマー、のこぎり、車のジャッキなど。

非常時持ち出し品は、使用するとき支障のないように、定期的に点検しておきましょう。とくに食品や飲料水の賞味期限はまめにチェックし、賞味期限がせまったものから順に入れ替えておきましょう。