

津波からの避難の手引き (第6版)

津波からの避難の手引き

●この手引きは、宮城県が公表した「津波浸水想定」を基本に、津波の河川氾濫を考慮して作成しており、津波の危険がある区域と避難場所、速やかな避難のために必要な事項をまとめています。

●あなたやご家族が、普段過ごしている場所を確認し、大きな揺れや長い揺れを感じたり、津波情報を得た場合は、直ちに避難ができるように備えてください。

第6版 令和4年11月 仙台市

① 日頃から備えましょう

- 非常用持ち出し品として、懐中電灯、携帯電話、非常食、水、手洗い用せっけん、マスク、体温計などを常備し、ひとつにまとめて持ち出せるようにしておきましょう。
- 寝室や出入口付近の家具を固定するなど、外に揺れるルートを確保しておきましょう。
- 寒い時期の避難に備え、防寒着、毛布、カイロ等も用意しましょう。



② 積極的に情報を収集しましょう

●津波情報伝達システム(屋外拡声装置)や広報車などの情報のほか、テレビやラジオなどから積極的に情報を収集しましょう。

●津波情報伝達システム(屋外拡声装置)
津波避難エリア等に設置した屋外拡声装置や戸別受信装置から、迅速にサイレンや音声で、津波情報や避難情報などを一斉に放送します。

●市の防災メール
携帯電話等に津波情報を配信します。事前登録が必要です。

●緊急避難メール
各携帯電話会社を通じ、津波注意報や津波警報、大津波警報発表時に、避難情報が配信されます。

●危機管理局ツイッター
「仙台市危機管理局」または「@sendai_kiki」を検索・登録すると、各種防災情報等を閲覧できます。

●仙台市避難情報ウェブサイト
スマートフォン、パソコン、携帯電話などからの簡単な操作で、地域に発表されている避難情報や避難所を確認することができます。

●せんだい避難情報サービス
携帯電話やスマートフォンを持たない世帯の固定電話へ、災害などの発生時に、避難情報を自動音声により配信します。事前登録が必要です。
お問い合わせ: 危機管理局危機対策課 ☎022-214-3049

※詳細や登録方法などは仙台市ホームページ(防災・緊急情報)をご覧ください。
(<https://www.city.sendai.jp/kikikanri/krushi/zenen/saigaitaisaku/sonaete/joho/index.html>)

③ 津波から避難する場所を決め、現地を確認しておきましょう

- とっさに行動できるよう、日頃から避難する場所を決めておき、避難ルートや昇り口などを事前に確認しておきましょう。
- 自宅以外でも、学校、勤務先などからの避難場所も確認しておきましょう。
- 避難訓練などの防災訓練に毎年参加しましょう。



④ 大きな揺れや長い揺れを感じたら、すぐ避難しましょう

- 津波情報を受けたまま避難しましょう。
- 津波避難エリアより内陸側、または近くの避難場所へ、直ちに避難しましょう。
- 想定にとらわれず、可能な限り、より早く、より高く、より遠くへ避難しましょう。



⑤ 大きな揺れや長い揺れを感じたら、すぐ避難しましょう

- 海や河川には近づかないでください。
- 原則、徒歩で避難しましょう。
(車を使うと、事故や渋滞に巻き込まれる危険性があります。)
- 「津波が来るぞー」「逃げろぞー」などと大声で呼びかけながら、率先して避難しましょう。



●この手引きは、東北大学災害科学国際研究所(津波工学)の監修の下で作成しています。

●危機管理局 防災推進課 ☎022-261-1111 内線200
●危機管理局 防災推進課 ☎022-291-2111 内線200
●危機管理局 防災推進課 ☎022-282-1111 内線200
●危機管理局 防災推進課 ☎022-247-1111 内線200



※ マップに掲載している避難施設・場所は、令和4年11月時点のものです。
最新の避難施設・場所については、仙台市ホームページ及びせんだいくらしのマップでご確認ください。



仙台市
ホームページ



せんだい
くらしのマップ