Ⅱ　実践編

21　津波からの避難

（1）説明のポイント

【津波からの避難】

○　地震による大きな揺れを感じたり、津波警報等や避難指示の情報を得た場合は、直ちに避難することを判断する。

○　避難する際は、①海抜５m以上の高台又は②鉄筋コンクリート若しくは鉄骨鉄筋コンクリート造の頑丈な建物の３階以上を目安に避難する。

【津波避難対策】

○　安全に避難するために、定期的に家庭や職場で、自宅などにおける避難の妨げとなる箇所の点検や、避難場所を決めるなど、地震や津波の対策について話し合うことが大切

○　素早く安全に避難できるよう地域や職場などで津波避難訓練を実施しておくことも大切

明日をひらく都市
OPEN × PIONEER
YOKOHAMA

Ⅱ　実践編

（2）説明要領　※　参考例文になりますので、適宜修正してください。

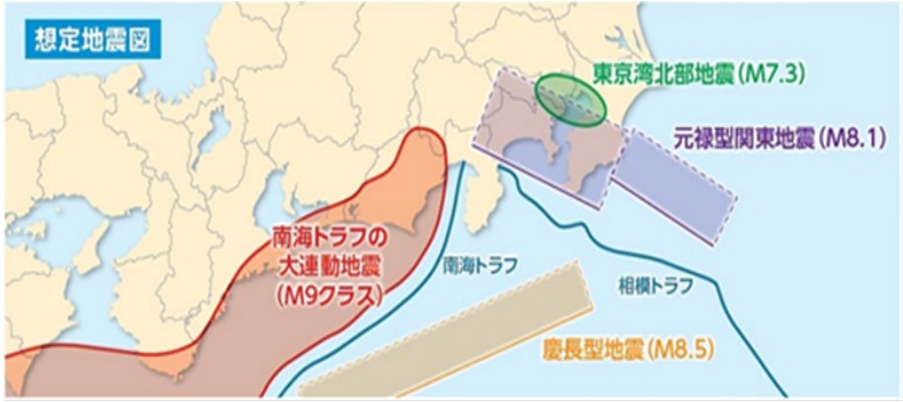
説明例文
みなさんこんにちは。〇〇消防署の〇〇と申します。これから津波からの避難についてお話ししていきます。 みなさんは地震により津波が発生した際、横浜市には何メートル位の津波が来ることが想定されていると思いますか。 ＜何名かに聞いてみるor例示して挙手してもらう＞ 本市における津波想定については、浸水面積及び浸水深が最大となる「慶長型地震」というマグニチュード8.5相当の地震による津波をモデルとしていて、最大津波高は約4.0メートル、満潮時に到達する海抜は約4.9メートルと予測しています。地震による大きな揺れを感じたり、津波警報等や避難指示の情報を得た場合は、直ちに避難することを判断し、①海抜5m以上の高台又は②鉄筋コンクリート若しくは鉄骨鉄筋コンクリート造の頑丈な建物の3階以上を目安に避難してください。 では、ここで想像していただきたいのですが、大きな地震がおき、揺れが収まったところで津波の避難指示がでました。さあ、どこに避難しましょうか。 きっと、みなさんドキドキしていて、冷静に落ち着いて判断するのは難しいのではないでしょうか。パニックになってしまう方もいらっしゃるかもしれません。だからこそ、前もって津波避難対策を考えておくことが大切です。では、〔自宅や職場などで自らできる津波避難対策〕として考えられることは何でしょうか。 ＜何名かに聞いてみる＞ 自宅などにおける避難の妨げとなる箇所を点検しておくことや、避難場所などをあらかじめ決めておけば、それぞれが安全に避難でき、大切な家族を守ることにもつながります。そのため定期的に家庭や職場で地震や津波の対策について、話し合うことが大切です。 次に、〔地域や職場における津波避難対策〕として考えられることは何でしょうか。 ＜何名かに聞いてみる＞ 実際に津波が発生した場合に、安全に避難するためには、知識だけではなく、実践的な訓練も重要です。津波からの避難の課題は何なのかを知るため、また、いつ津波が発生しても、すばやく安全に避難できるよう、地域や職場などで津波避難訓練を実施しておくことも大切です。なお、〔横浜市の津波避難対策〕として、避難者の受け入れについて御協力いただける民間施設や市立学校、市営住宅等の公共施設を津波避難施設として指定したり、海抜標示の設置、津波避難情報板の設置、沿岸付近の方々に津波に関する情報を屋外のスピーカーなどで一斉にお伝えする「津波警報伝達システム」の整備等の情報伝達手段の確保に取り組んでいます。津波からの避難については、「横浜市　津波」で検索すると、横浜市の津波避難対策について、情報がでてきますので、そちらを参考にしながら、ぜひ家族や職場の方々と津波避難対策について話し合ってみてください。 以上で説明を終わります。ありがとうございました。

Ⅱ　実践編

（3）知識

ア　本市における津波想定について

平成23年度に神奈川県が想定した津波のうち、横浜市にとって浸水面積及び浸水深が最大となる「慶長型地震」による津波をモデルとし、津波避難対策を進めています。



	慶長型地震
マグニチュード	8.5相当
予測される最大津波高	約4.0メートル
満潮時に到達する海抜注【注】	約4.9メートル

【注】満潮時（横浜港の朔（さく）望（ぼう）平均（へいきん）満潮（まんちょう）位（い）＝東京湾平均海面（T.P.）＋0.9m）に津波が到達する海抜

明日をひらく都市
OPEN × PIONEER
YOKOHAMA

Ⅱ　実践編

イ　避難指示について

本市では、原則として、東京湾内湾に津波警報又は大津波警報が発表された場合は避難指示を発令することとします。ただし、気象庁からの情報や津波の到達状況などから、津波注意報の発表でも避難指示を発令する場合があります。避難指示は、津波警報伝達システム、防災情報Eメール、緊急速報メール、サイレン、広報車、報道機関への発表、地域への連絡などあらゆる手段を活用して、市民の皆様にお知らせしますので、速やかに避難してください。

参考：横浜市防災情報メール登録方法（横浜市ホームページ）

Ⅱ　実践編

ウ　避難対象区域について

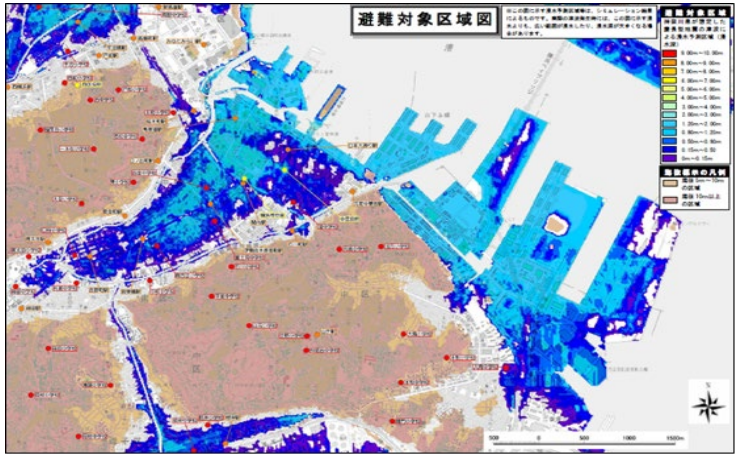
避難対象区域は次の2つの区域とします。（「避難対象区域図」参照）

① 神奈川県が想定した慶長型地震の津波による浸水予測区域

② 河川遡上による影響を詳細に把握するため、本市が実施した検証において、浸水の可能性があるとした区域

【避難対象区域図】

[避難対象区域図](#)（横浜市ホームページ）



【避難対象区域図の一例（中区、磯子区）】

明日をひらく都市
OPEN × PIONEER
YOKOHAMA

Ⅱ　実践編

エ　津波からの避難について

地震による大きな揺れを感じたり、津波警報等や避難指示の情報を得た場合は、直ちに避難することを判断し、①海抜５ｍ以上の高台又は②鉄筋コンクリート若しくは鉄骨鉄筋コンクリート造の頑丈な建物の３階以上を目安に避難してください。

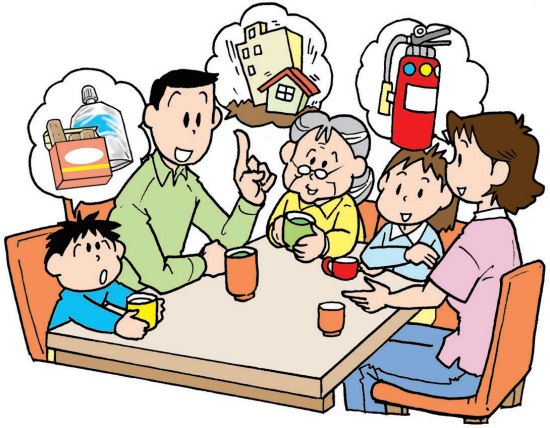
海抜5m以上の高台（海抜5m以上の地域については、「避難対象区域図」参照）

鉄筋コンクリート造等、かつ、地震の揺れによる被害のない建物で、3階以上（または床上面が地盤から5m以上）

Ⅱ　実践編

オ　自宅や職場などで自らできる津波避難対策

家族や職場の同僚など普段身近にいる人は、いざというとき頼りになります。また、自宅などにおける避難の妨げとなる箇所を点検しておくことや、避難場所などをあらかじめ決めておけば、それぞれが安全に避難でき、大切な家族を守ることにもつながります。そのため定期的に家庭や職場で地震や津波の対策について、次に挙げるテーマなどを参考に話し合うことが重要です。



Ⅱ　実践編

（ｱ）普段自分がいる場所の高さの確認

　津波から避難するためには、今自分がいる場所がどのくらいの高さであるかを知っておくことが重要です。そのため、沿岸地域を中心に設置している「海抜標示」や「避難対象区域図」、市のホームページに掲載している「わいわい防災マップ」などにより、自らの生活圏や普段よく訪れる場所などの高さを確認しておいてください。

（ｲ）避難場所の把握

　自宅や職場など、自分の生活圏にある避難に適した高台や頑丈な建物の位置を把握しておくことが重要です。また、地震による建物の倒壊や地すべりなどによる通行不能の場合も考慮し、できるだけ複数確認しておけば、より安心です。沿岸部などに、周辺の浸水予測区域や津波避難施設、海抜５メートル以上の場所などを表示した「津波避難情報板」を設置しています。詳しい設置場所等については、市ホームページをご覧ください。　【URL：津波避難情報板（横浜市ホームページ）】

Ⅱ　実践編

（ｳ）避難に必要な時間の確認避難場所を確認後、移動には実際にどのくらい時間がかかるのか、あらかじめ調べておくことで、突然の地震発生でも避難を開始しなければならない時間がわかり、冷静な判断が可能になります。また、不測の事態が発生することを考慮し、少し余裕を持った時間を考えておくことも必要です。

（ｴ）避難経路の確認

避難経路の道幅、地震により道路がふさがれる危険性、迂回路はあるか、夜間で街灯が消灯し、暗闇となっていても避難できるかなどを確認しておきます。また、大きな河川を渡る橋、土砂崩れの危険がある道路などをできるだけ避ける配意も必要です。

（ｵ）「より早く」スムーズな避難の準備いつ発生するかわからない津波から、迅速に避難するためには、日頃からの準備が重要です。実際に、東日本大震災において、一度避難したが、荷物などを取りに自宅へ戻り、被災した事例もありました。このような事態を避けるため、ご家庭では、非常持出袋を取り出しやすい場所に置いておく、職場であれば、ラジオなどで情報を得る人や非常持出品を搬出する人などのそれぞれの役割を決めておくなどの準備をしておくことが、素早い避難するためには不可欠です。

Ⅱ　実践編

（ｶ）家具などの転倒防止や危険な箇所の確認

出入口などの近くに大きな家具がある場合、家具が転倒し逃げられなくなることがあります。そのため、家具の配置の見直しや転倒防止器具の設置なども行っておきましょう。

（ｷ）安否確認方法

津波警報等や避難指示が解除された後の集合場所を決めておくことや電話会社が提供する「災害用伝言サービス」を利用するなどのルールについて話し合っておきます。

Ⅱ　実践編

カ　地域や職場における津波対策

実際に津波が発生した場合に、安全に避難するためには、知識だけではなく、実践的な訓練も重要です。津波からの避難の課題は何なのかを知るため、また、いつ津波が発生しても、すばやく安全に避難できるよう、地域や職場などで津波避難訓練を実施しましょう。

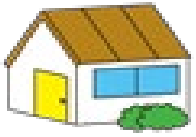
(ｱ) 図上訓練

地域や職場の人たちと、付近の地図などを見ながら、海抜５ｍ以上の高台や、頑丈で３階建て以上の高い建物の場所を確認し、「避難に適切な経路」、「避難時の注意事項」などについて、みんなで意見を出し合います。

(ｲ) まち歩き（タウンウォッチング）

「図上訓練」で話し合った避難経路や避難場所が本当に安全かどうか、海抜標示などをチェックしながら、実際に歩いて確認します。

その際、地震発生後の街を想像しながら歩くことで、課題や注意すべきことが明らかになります。



自宅や職場

街歩き

海抜表示

避難場所

明日をひらく都市
OPEN × PIONEER
YOKOHAMA

Ⅱ　実践編

（ｳ）　夜間の避難訓練等

地震や津波は夜間に発生する可能性もあります。これに備えて、夜間の避難訓練の実施や懐中電灯などの非常持ち出し品の点検をしておくことも有効です。

キ　横浜市の津波避難対策

横浜市では、東日本大震災以降、以下の取組を進めています。

URL：津波避難対策について（横浜市ホームページ）】

（ｱ）津波避難施設の指定

横浜市では、避難者の受け入れについて御協力いただける民間施設や市立学校、市営住宅等の公共施設を津波避難施設として指定しています。

（ｲ）海抜標示の設置

市民の皆様や観光客の皆様が、現在いる場所や自分の生活圏における海抜を認識し、万一の津波に備え、「より早く、より高い場所への避難」をしていただくため、海抜標示を設置しています。

Ⅱ　実践編

（ｳ）　津波避難情報板の設置

今いる場所からどこへ避難すべきかを認識し、迅速・的確な避難行動を促すために、浸水予測区域のうち多くの方が訪れる場所に設置しています。

《主な掲載内容》

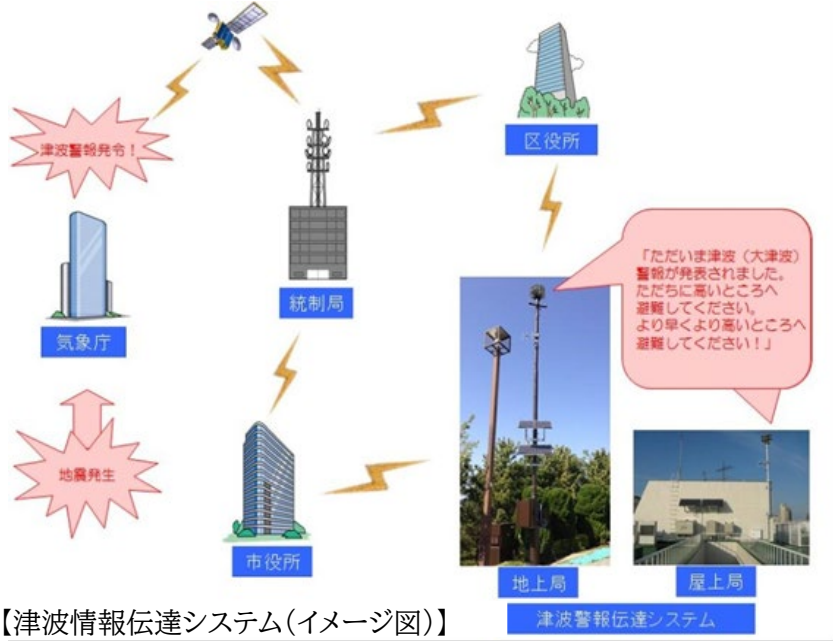
- 周辺地図
- 浸水深（神奈川県が想定した慶長型地震の津波によるものです。）
- 海抜（避難の目安となる海抜５ｍ以上の区域がわかるように表示）
- 避難の方向
- 津波避難施設

明日をひらく都市
OPEN × PIONEER
YOKOHAMA

Ⅱ　実践編

（Ⅰ）情報伝達手段の確保

　携帯電話に配信される「緊急速報メール」を導入しており、また、沿岸付近の方々に津波に関する情報を屋外のスピーカーなどで一斉にお伝えする「津波警報伝達システム」を整備しています。



【津波情報伝達システム（イメージ図）】

明日をひらく都市
OPEN × PIONEER
YOKOHAMA

Ⅱ　実践編

ク　参考資料

教材等	内容	備考
防災よこはま （横浜市ホームページ）	横浜市は、大地震や台風、土砂災害などの様々な危険にさらされています。 本冊子では、こうした様々な災害に対する市民の皆様による自助、共助の取組の参考にしていただくために作成したものです。	参考リンク：防災よこはま 上記のサイトからダウンロードできます。
よこはま防災e-パーク （外部サイト）	火災、地震、風水害など、いざという時の備えを動画やミニテスト等の充実したデジタル教材で学ぶことができます。	参考リンク：よこはま防災e-パーク 手軽に学べる3分シリーズ（地震）、学習動画一覧（地震） ※職員用ページにも掲載しています。
津波避難対策について （横浜市ホームページ）	津波災害警戒区域の指定や津波避難施設などについて記載しています。	参考リンク：津波避難対策について