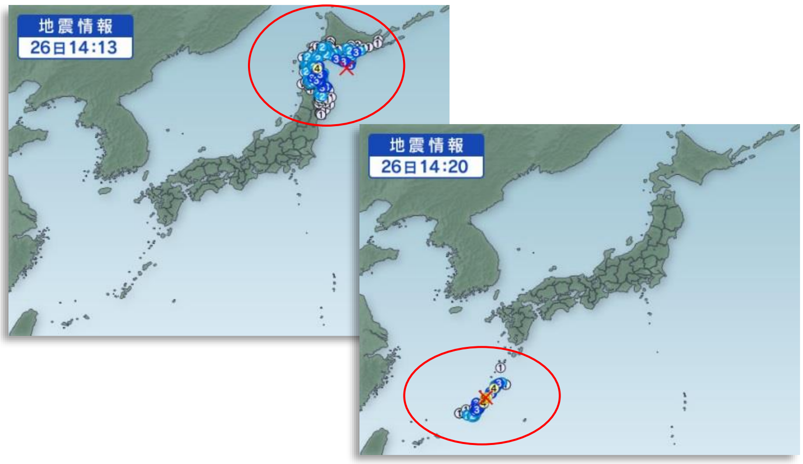
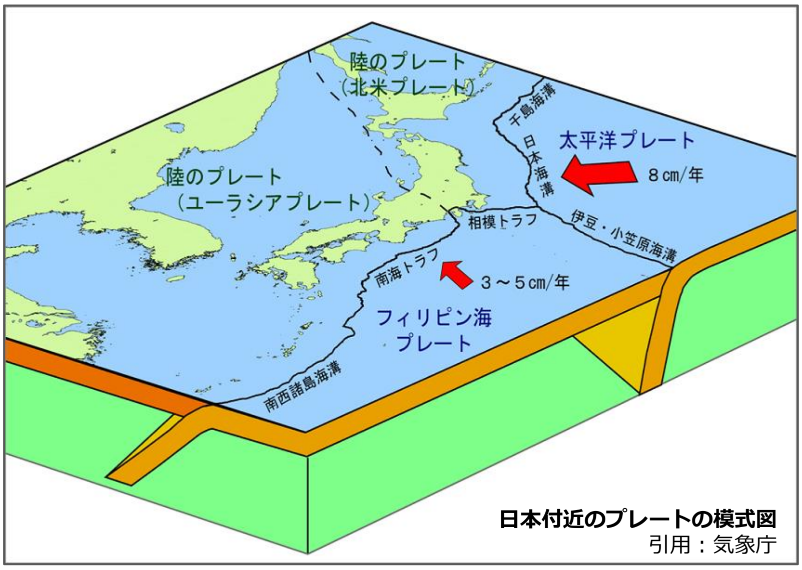
# 北海道・鹿児島での同時地震
## ～M5.5、M5.7が7分の間隔で発生～




**9月26日に発生した地震に関するマップ（赤×印は震央）**
**左：浦賀沖で発生、右：沖縄本島近海で発生**

**21日と23日にも、M6を超える地震が発生していました。**
**（この2つの地震は距離が離れていたため、観測された震度は1程度）**




**日本付近のプレートの模式図**
引用：気象庁

### ◆９月末、南北で同時地震

９月２６日、日本で２つの地震がほぼ同時刻に発生しました。その２つの地震とは、北海道と鹿児島県で発生した地震です。浦賀沖でマグニチュード５．５の地震が発生したのが１４時１３分頃、そして沖縄本島近海でマグニチュード５．７の地震が発生したのが１４時２０分頃です。

わずか７分間の間に発生したこの２つの地震には、関連性があるのでしょうか。２つの地震には関連性があると述べている元前橋工科大学教授の濱嶌良吉氏（地殻変動解析学）によると、「２つの地震は連動していると思います。４月に起きた熊本地震の２カ月後に、函館で地震が起きた現象と同じです。アーチ状の日本列島は北海道と九州で支えられています。シーソーのように、一方が動くともう一方も動く。熊本地震の時のように数カ月のタイムラグがある場合もあれば、今回のように数分で連動することもあります。」とのことです。

### ◆周期的な地震活動期の日本

今の日本列島は、地震の４００年サイクルと１２００年サイクルが重なる時期に突入していると言われています。

その一例として、青森県の十和田湖周辺で最近頻発している微小地震なども濱嶌氏が注目している地震の一つです。十和田湖は元々火山の噴火で形成された湖であり、濱嶌氏は噴火の予兆の恐れがあると見ています。

地震活動期に入ったとする意見は最近始まったことではなく、数年前から既に「日本は６回目の地震活動期に入った」と言われています。

今回の南北ほぼ同時刻に発生した地震に関して、ＳＮＳなどでも不安の声が上がっています。これまでは、大きな地震が発生した際に被災地の安否を気遣うコメントが投稿されていることは多かったのですが、今回は少し違ったコメントも目立ちました。日本の北と南で発生したということは、次は中心が危ないのでは。というものや、やはり日本全体が地震の活動期に入っているので警戒が必要だ。という内容のものが多かったように感じます。

しかし、端と端で発生したので、「振り子現象」によって次は中心部である東京で揺れが発生する、というような内容は、根拠のない情報です。惑わされないように注意して下さい。

### ◆正しい情報の見極めが肝心

ネットの発達によって便利になった世の中ですが、便利故に注意も必要です。今年４月の熊本地震の際も、コミュニケーションツール「ツイッター」によって、不確かな情報が広まってしまった結果、救助活動に支障をきたすほどの状態にまでなってしまいました。

便利なツールが増えている現代では、利用する私達自身が信じる情報を見極めるべきであるということを理解しなくてはなりません。いざという時に正しい情報を選択することができなければ、自分だけでなく周囲の人の混乱をも招いてしまう危険があります。

# 防災新聞

発行者
**関西ポラコン株式会社**
兵庫県丹波市
山南町草部448-1
電話 06-6467-8333
ホームページ
bousai-ansin.com

「いいね！」
お願いします
https://www.facebook.com/ansin.bousai/

# 進まない地震対策
## ～家具固定率上昇も半数以下～

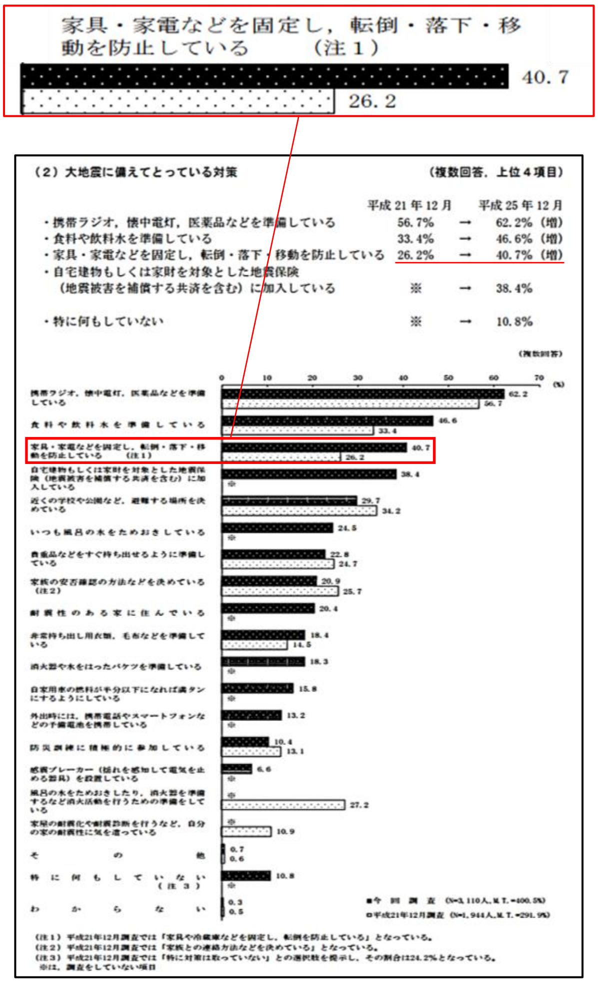


図1：大地震に備えてとっている対策

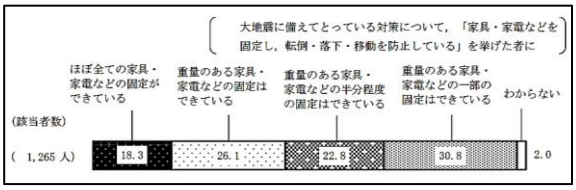


図2：家具・家電の固定実施状況

**◆家具固定率の平均**

地震対策において肝心なことは、私達ひとりひとりが当事者意識を持って対策・危機管理を行うことです。

内閣府が定期的に行っている防災に関しての調査の中に、家具固定率についてのデータ（最新版は2013年に実施、対象5000人に対して有効回答が3110人）があります。

このデータでは、大地震に備えてとっている対策のうち、家具・家電などを固定し、転倒・落下・移動を防止していると回答した人が2009年の26.2%から40.7%へ増加していました（図1）。東日本大震災後の調査ということもあり、地震対策への意識が高まっていた結果ではないでしょうか。その他にも、携帯ラジオ、懐中電灯、医薬品などを準備しているという人や食料や飲料水を準備しているという人も同じく増加しています。

さらに詳しい調査結果を見ていくと、大地震への備えとして家具・家電などを固定していると回答した人の中でも、「ほぼ全ての家具・家電などの固定ができている」という人は2割弱しかいないことがわかります（図2）。それ以外の人は、重量のある家具・家電のみ、もしくはその一部といった状態のようです。一部しか固定できていない状態の場合、大地震の際に想定外のものが飛んできたり倒れてきたりして大怪我を負ってしまう可能性が高くなります。

すべての家具を固定していたとしても、シェルターなどの空間があることで、万が一固定していた家具・家電が倒れてきた場合でも身を守ることができます。

# 防災新聞


発行者
関西ポラコン株式会社
兵庫県丹波市
山南町草部448-1
電話 06-6467-8333
ホームページ
bousai-ansin.com


「いいね！」
お願いします
https://www.facebook.com/ansin.bousai/

## 災害時の豆知識～vol.27～

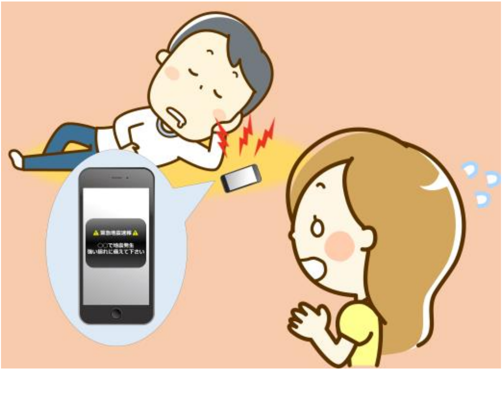
### 正常性バイアスって？

**◆緊急時の「大丈夫だろう」には理由があった！？**

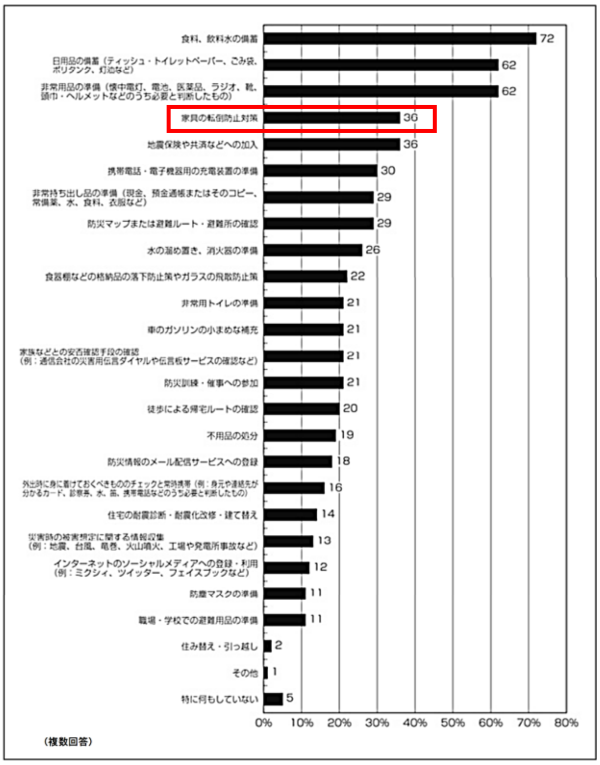
予期せぬ事態に直面した際に、「ありえない」「自分は大丈夫だろう」という心理が働くことを「正常性バイアス」と呼び、社会心理学や災害心理学、医療用語としても使われています。

突発的な災害や事故に遭った場合、この正常性バイアスが過剰に働くことによってほとんどの人が状況をとっさに判断できず、茫然として何もできないと言われています。

非常時に大切なのは落ち着いて行動することです。日頃からの準備・訓練を怠らなければ、いざという時にも、落ち着いて訓練通り行動することで身を守れる可能性がグンと上がるのです。



# 地方で異なる防災意識
## ～対策「不十分」と自覚あり～




**家具の転倒防止対策を行っていると回答したのはわずか36%**

**◆地震対策意識の現状**

先程の調査とは別に、一般社団法人経済広報センターが発表した、災害への備えと対応に関する意識・実態調査報告書（2016年5月に実施、調査対象3037人に対して有効回答が1631人）によると、3人に2人は自身の災害への備えを「不十分」であると感じているようです。

一方で、3人に1人が「東日本大震災直後は防災意識が高まり、最近は徐々に薄れていたが、熊本地震により、再度、高まった」と回答しています。

現在行っている災害対策という項目では、3人に2人「食料、飲料水の備蓄」「日用品の備蓄」「非常用品の準備」をしているという、一見地震対策をしている人が多い印象を受ける結果となっています。しかし、やはりここで注目しなければならないことは『命を守る対策』をしているわけではないという点です。食料や非常用品が役に立つ場面は命が助かった後であるため、まずは地震が発生した際に命を守ることができる対策をしているかどうかが肝心になってきます。

地震対策をしていない人の主な理由は、「何をしたら良いのかわからない」が多く、次いで「面倒だから」というものです。地震が発生した後の危険性について知っている人は日本人でもそこまで多くはないと思いますが、やはりそれはどこか他人事として捉えてしまっているからなのかもしれません。事実、この調査データでも、居住地を地方に分けて比較した際の災害対策状況では、「備えは不十分である（どちらかといえば／不十分である）」との回答は、北海道と中国地方で81％と高く、東北地方では50％と、地域によって大きな差が出ています。

**◆いつ起きても良い備えを**

命を守ることができる備えと訓練をしていればそれだけで「十分」であるとは言い切れませんが、日々各地で地震が発生しているこの日本では、いつ発生してもおかしくない大地震に対して、用心しすぎているくらいがちょうど良いのかもしれません。自分の住んでいる地域には地震は発生しないだろうと思い込むのではなく、いつどこで大地震が発生するかわからないと言う認識を持つべきです。


# 防災新聞

発行者

**関西ポラコン株式会社**

兵庫県丹波市
山南町草部448-1
電話 06-6467-8333
ホームページ
bousai-ansin.com

「いいね！」
お願いします

https://www.facebook.com/ansin.bousai/


## 災害時の豆知識～vol.28～

### 体調維持には睡眠が重要

**◆避難所での睡眠時に気になること**

震災時には、避難所での生活で身体的にも精神的にも様々な負担がかかってしまいます。そんな時に体調を崩さないようにするためには、睡眠環境を少しでも整えることが重要です。

避難所の様子をテレビなどで見たことがある人も多いかと思いますが、体育館などの床に毛布を敷いて寝ている方も少なくありません。この時に、真夏でない限りは硬く冷たい床で寝ることで体調を崩す恐れがあります。

薄い敷布団や毛布のみの場合、体の熱が下へと逃げてしまいます。
簡易エアーマットなどを非常用持ち出し袋へ準備しておくことで、避難所での睡眠環境を少しでも良くすることができます。

# もし津波が発生したら

# 防災新聞

発行者
関西ポラコン株式会社
兵庫県丹波市
山南町草部448-1
電話 06-6467-8333
ホームページ
bousai-ansin.com

「いいね！」
お願いします
https://www.facebook.com/ansin.bousai/

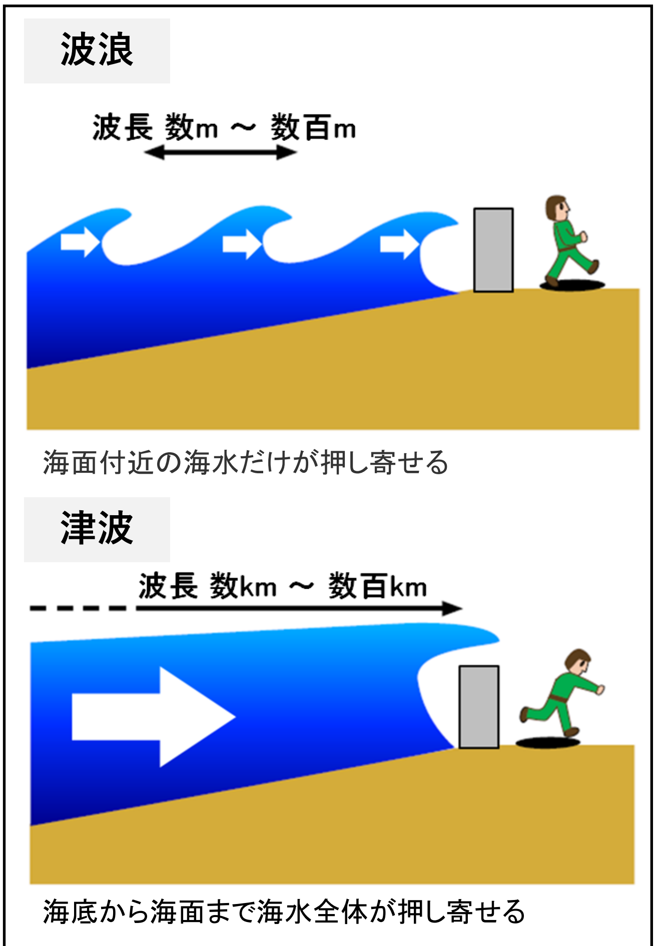
**◆常に最悪を想定した行動が必要**

揺れの大きな地震が発生した時には「津波がくる」というケースを想定して行動しなければいけません。２０１１年の東日本大震災では１５０００人以上の方が津波に飲み込まれて命を落としています。大きな地震が発生した際に津波が発生する確率は０ではありません。地震が発生したあとに起こりうる可能性のある災害に対しても知識を付けておくことで、災害時に助かる確率は上昇します。

**◆波浪と津波の違い**

そもそも津波とはどういう現象なのでしょうか。海で発生する現象は様々あります。例えば天気予報で耳にする波浪は海域で吹いている風によって生じます。波浪は海面付近の現象で、波長（波の山から山、または谷から谷の長さ）は数メートルから数百メートル程度です。

一方津波は、地震などにより海底地形が変形することで周辺の広い範囲にある海水全体が短時間に持ち上がったり下がったりし、それにより発生した海面のもり上がりまたは沈みこみによる波が周囲に広がって行く現象です。津波の波長は数キロから数百キロメートルと非常に長く、これは海底から海面までのすべての海水が巨大な水の塊となって沿岸に押し寄せることを意味しています。




〈引用：気象庁ホームページ 津波について〉

このため津波は勢いが衰えずに連続して押し寄せ、沿岸での津波の高さ以上の標高まで駆け上がります。しかも、浅い海岸付近に来ると波の高さが急激に高くなる特徴があります。また、津波が引く場合も強い力で長時間にわたり引き続けるため、破壊した家屋などの漂流物を一気に海中に引き込みます。

**◆３０センチでも危険な津波**

津波が押し寄せてくると、膝上の高さでも、人は立っていられません。津波の波長（波の山から山までの距離）は長いため、深海ほど速く伝わり、浅くなれば速度は遅くなりますが波高は高くなる性質があります。地震の発生位置（震源）や規模（マグニチュード）により、予想される到達時間や高さは違ってきます。第一波が最も大きいとは限りません。繰り返し津波は襲ってくるため、引き波で始まるとは限りません。地震発生時はラジオなどで情報を収集する必要があります。

**◆津波の脅威**

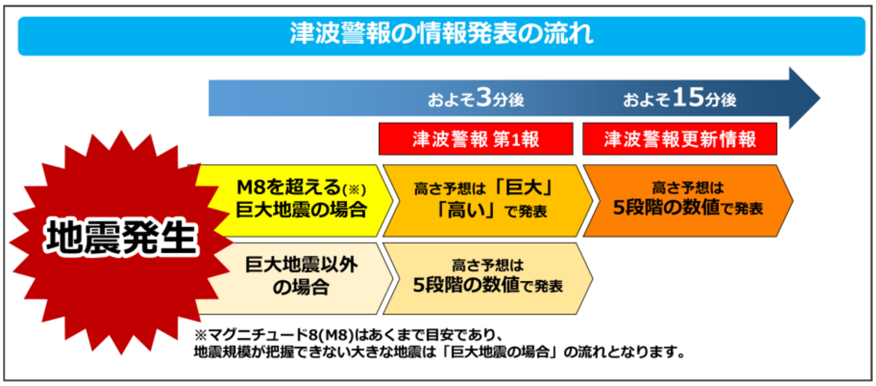
津波は川をさかのぼり溢（あふ）れることがあります。特に平野部は注意が必要です。東日本大震災では平野部で内陸に５km以上津波が遡上しています。V字湾などでは津波のエネルギーが湾の奥に集中し、波高が高くなることがあります。引き波は流れが強く、壊れた家や船などは沖に流されてしまいます。２００４年のスマトラ沖地震の際にはスリランカやインドの沿岸に押し寄せた津波が、直前に潮が引くことなく大きな波が押し寄せました。

**◆津波が発生する可能性を忘れない**

海沿いに住んでいる方は特に、地震が発生したら高台に避難するということを最優先にしなければいけません。津波の速度は水深が浅いところでも３０キロ以上のスピードで迫ってきます。数分の判断が命を左右することになります。お住いの地域の標識を確認する・避難経路を把握しておくということが大切です。もしもの状態を想定して災害に対する備えを十分にしておきましょう。

引用：高知県 南海トラフ地震に備えるポータルサイトより

# 地震に伴い発生する恐怖
## ～津波からの避難はとっさの判断が鍵～




**◆津波の情報から判断を**

地震の揺れが収まった後でも、決して安心しすぎずに津波警報などが発令されていないかを確認して避難の準備をする必要があります。

気象庁では、地震の発生に伴い津波の発生が予想される場合には津波の高さに応じて「大津波警報」「津波警報」「津波注意報」の３種類を発表します。発表される情報は、地震発生後およそ３分間で地震の規模や位置を推定し、全国を６６区域に分けた津波予報区に対して、津波警報・注意報の第１報を発表します。マグニチュード８を超えるような巨大地震の場合には、地震の規模を正確に把握するまでに時間がかかるため、第１報では予想される津波の高さを、大津波警報のときは「巨大」、津波警報のときは「高い」という簡潔な言葉で発表します。

**◆来てからでは遅い**

前頁でも述べたように、津波はスピードが遅くなったとしても、時速３６キロメートルという速さのため、近くに来てしまうと逃げ切ることはほぼ不可能です。

事前に自分が住んでいる地域が津波の被害を受ける可能性があるエリアかどうかを把握しておきましょう。

津波被害を受ける可能性があるエリアの場合は、避難できる高台の場所も確認して、たどり着くまでにどれくらいの時間が必要かどうかも確認しておいてください。津波が到着するまでに高台へ辿り着けそうにない際は、RC（鉄筋コンクリート）造、もしくはSRC（鉄筋鉄骨コンクリート）造への避難でも代用は可能です。その場合は一般人でも避難することができるかの確認は必要です。

**◆重要なことは同じ**

津波避難のための高台があったとしても無かったとしても、まずは身を守らなければ避難することもできません。事前に避難場所を確認することも含めて、地震の被害から命を守るための対策をしっかりと見直しておくことが重要です。何よりもまず優先すべきことは、命を守ることです。

### 津波警報・注意報の分類と、とるべき行動

| | 予想される津波の高さ | | とるべき行動 | 想定される被害 |
|---|---|---|---|---|
| | 巨大地震の場合の表現 | 数値での発表（発表基準） | | |
| 大津波警報 | 巨大 | 10m超（10m<高さ） | **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。津波は繰り返し襲ってくるので、津波警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。 **ここなら安心と思わず、より高い場所を目指して避難しましょう！** | 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る。 10mを超える津波により木造家屋が流失 |
| | | 10m（5m<高さ≦10m） | | |
| | | 5m（3m<高さ≦5m） | | |
| 津波警報 | 高い | 3m（1m<高さ≦3m） | 津波防災啓発ビデオ「津波からにげる」（気象庁）の1シーン | 標高の低いところでは津波が襲い、浸水被害が発生する。人は津波による流れに巻き込まれる。 写真：豊頃町提供（2003年） |
| 津波注意報 | （表記しない） | 1m（20cm≦高さ≦1m） | **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。津波注意報が解除されるまで海に入ったり海岸に近付いたりしないでください。 | 海の中では人は速い流れに巻き込まれる。養殖いかだが流失し小型船舶が転覆する。 |

津波警報・注意報の分類と、とるべき行動（引用：政府広報オンライン）

# 防災新聞

発行者
関西ポラコン株式会社
兵庫県丹波市
山南町草部448-1
電話 06-6467-8333
ホームページ
bousai-ansin.com

「いいね！」お願いします
https://www.facebook.com/ansin.bousai/

# 地震がきたら何をすべきか

## ～行動の優先順位を普段から考える～

防災新聞

発行者
関西ポラコン株式会社
兵庫県丹波市
山南町草部448-1
電話 06-6467-8333
ホームページ
bousai-ansin.com

「いいね！」
お願いします
https://www.facebook.com/ansin.bousai/

**◆まず何をすべきか**

地震が発生した際に取るべき行動については、以前からもお伝えはしていましたが、もう一度おさらいとしてご紹介しておきます。

震度7を超えるような大地震が発生した際には、とにかく動くことすらできません。その為、「まず火を消す」ということができないということを理解しておきましょう。揺れを感じたら、まずは身の安全を確保することを最優先で考えるようにして下さい。何か行動を始めるのは、自分の身を守り、揺れがおさまってからということを覚えておけば、いざ大地震が発生した際にも焦って行動して怪我をしてしまうことも防げます。まず一番最初にすることはいのちを守ることですが、その次の行動は決まっているわけではありませんので、これからご紹介する行動を参考に、できることから手順を立てるようにしましょう。

**◆命を守った後には**

大きな揺れで家具・家電が倒れてきたり飛んできたりした際に、特に大きな怪我などがなければ、焦らず慎重に行動を開始しましょう。

地震後は、食器や窓ガラスが割れて破片が床に落ちている可能性が高く、足の裏を切ってしまう危険があります。室内でも靴を履いて行動するようにしましょう。この時、玄関へ行くまでに怪我をしてしまったり、夜間の場合は靴を探している間に怪我をしてしまうことがあるので、寝室などに準備しておいても良いでしょう。

揺れが収まった後でも、焦って外に飛び出すのではなく、テレビやラジオで役場などの情報を聞き、正しい状況を把握するようにして下さい。避難指示・勧告が出ていなくても、危険だと判断したら避難を始めるようにしましょう。この時に、多くの人が家族や友人の安否確認で電話を多くかけてしまって全く電話がつながらないという事態が起こりがちです。電話はしないようにしましょう。

そして、避難をする時には通電火災を引き起こさないために、ブレーカーを落としてから避難するようにして下さい。（防災新聞10号参照）

これら以外にも、防災マニュアルなどに載っている行動を事前に把握し、家族で共有しておきましょう。そして、「構」へ潜る練習も忘れないようにしておきましょう。

## ⚠防災新聞が届いたら構-kamae-に潜る練習を！！⚠

①地震警報が鳴る
②テーブルに近い人から下に潜る
（先に潜った人は他の人をテーブルに誘導する）
③揺れが収まるまでテーブルの下で待機する
④揺れが収まれば、避難すべきかの状況判断

①地震警報が鳴る
②体を回転させ、ベッドから降りる
③中央の脚を掴み、体を引き寄せる
④揺れが収まるまで待機
⑤避難すべきかの状況判断

①地震警報が鳴る
②襖を開ける
③押し入れに入る（前向きか後ろ向きかは各自入りやすい方）
④飛来物から身を守る為、自分の体が隠れるまで襖を閉める
※完全に閉めてしまうと閉じ込められてしまう恐れあり
⑤揺れが収まるまで待機
⑥避難すべきかの状況判断