

# うるま市 防災だより No.4

## 津波から身を守る 避難3原則

災害は、いつどんな時に起こるかわかりません。釣りや潮干狩りなどで海岸付近にいる場合は、いつでも情報がキャッチできるようにラジオを携帯するなど注意しましょう。

津波警報が発表されたら、すぐに高台に避難してください。津波注意報が発表されたら、あるいは注意報が発表されていなくても、海岸付近で地震を感じたらすぐに海岸付近から離れてください。



「避難3原則」は家族を守るために必要なことです。迷わず実行できるよう家族で話し合っておきましょう。

### ◆その1 『想定にとらわれるな』

- 予想以上の災害が起こることがあります。
- 「ここまでは津波がこない」という想定にとらわれず、逃げること。

### ◆その2 『最善を尽くせ』

- 「自分は大丈夫」「ここまで来ればもう大丈夫」ではなく、そのときできる最善の対応行動をとりましょう。
- できるだけ早く、高いところに逃げる。

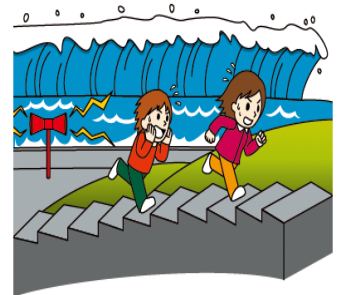
### ◆その3 『率先避難者たれ』

- いざというときには、まず自分が率先して避難すること。
- 率先して逃げる姿をみて、他の人も避難するようになり、結果的に多くの人を救うことにつながります。

◆東日本大震災では、この「避難3原則」を実践した岩手県釜石市の小・中学生が、ほぼ全員無事に避難できました。

## 【津波からにげるポイント】 . . . . .

- とにかく高いところへ  
→平地であれば、頑強な5階建て以上の建物へ
- 海から遠いところでも要注意  
→津波は川をかけ上がってきたり、低いところにきます
- 地震がおきたら、すぐに行動  
→早めに行動しないと逃げ遅れてしまいます
- 一度高いところに避難したら、おりてこない  
→津波はくりかえし何度もやってきます
- ◎家族と津波避難場所をよく相談しておく  
→家族が心配しないように、ちゃんと津波避難場所を相談しておこう



～津波てんでんこ（東北地方の防災標語）：自分の命は自分の責任で守れ！～