

LINEで手軽に防災対策

簡単  
設定

無料

広島県LINE公式アカウント「わが家の避難計画」を設定して災害に備えましょう。

平時

灾害リスク、避難場所を  
住所情報だけで自動表示



災害時

お住まいの地区の  
避難情報や避難場所を  
ひと目で確認できる



お住まいの地区的避難情  
報をお知らせ



設定方法

まずは県LINE公式アカウントを友だち追加

設定はコチラから



1 スマホのカメラで  
二次元コードを画面  
におさめて読み取る

2 広島県 LINE  
公式アカウント  
を友だち追加

3 「防災メニュー」  
をタップ

4 「作る」をタップ

5 「自宅用」を選択  
※離れて暮らす家族用に代理  
で作る場合は「別宅家族用」  
を選択

設定は簡単3ステップ

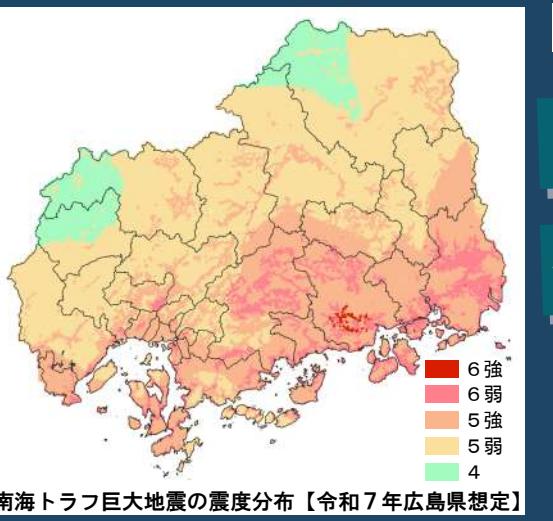


広島県から大切なお知らせ

# 南海トラフ巨大地震

## 広島県の被害想定調査結果のご報告

12年ぶりに地震被害想定調査を行い、最新の結果が判明しました。



南海トラフ巨大地震が発生すると、大きな被害が想定されています。

最大震度6強

建物被害  
(全壊焼失) 最大9万棟

津波最高水位4m

死者数最大1万4千人  
うち津波による死者数1万3千人

※津波からの早期避難率が低い場合



←詳しい地震の被害については  
こちらをご覧ください。

地震・津波のVR動画で疑似体験  
して、災害について知りましょう→



一人ひとりが地震への対策を行うことで被害は軽減することができます。  
命を守るために、日頃から備えておきましょう。

地震の揺れ・津波から命を守りましょう

地震が発生したら、身の安全を守る！低い姿勢・頭や体を守って・じっとする

●屋内にいる場合

大きな揺れを感じたら、まず揺れによる落下物から頭を守る。  
丈夫な机やテーブルなどに身をかくし、揺れがおさまるまで待つ。  
揺れを感じたら台所やストーブなどの火をすばやく消す。ただし、無理に消そう  
とすると、かえって自分の身が危険になるため、あまり無理をせず、揺れがおさま  
ってから火を消す。

●外出している場合

建物の近くにいると、看板や壁、さらには窓ガラスが落ちてくる恐れがある。  
壊れやすいものや倒れやすいものから離れ、バッグやカバンなどで頭を保護する。

津波の恐があるときは、安全な高い場所へ

- 海辺や川沿いから離れ、"遠く"ではなく、すぐに"より高い"安全な場所へ避難。  
高台のほか、丈夫な高い建物へ避難。津波の避難場所を確認しておきましょう。
- 渋滞に巻き込まれ逃げ遅れる恐があるため、原則徒歩で避難。
- 津波は繰り返し襲ってくる恐があるため、津波警報等が解除されるまでは、  
絶対に戻らない。



## 地震の揺れがおさまったら

### 揺れがおさまったら

- ・閉じ込められないように、出入り口を確保
- ・落ち着いて火の元を確認する
- ・転倒・落下した家具類や ガラスの破片等に注意



まずは周囲を確認して、身の安全を確保しましょう。  
落ち着いて行動することを心がけましょう。

### 正確な情報把握・避難の判断

- ・大きな地震が発生したあとは、うわさやデマ情報が多く流れる恐れがある。ラジオやテレビ、防災無線などから、最新の正確な情報を入手する。
- ・自宅や身の周辺に危険が迫っていると判断した場合は、ためらうことなく避難。



自宅から離れる時は、電気のブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めましょう。

## 家屋の倒壊や家具類の転倒から あなたと家族の命を守るために

### 住まいの耐震化

住んでいる家の強さを知ろう！  
(昭和56(1981)年5月以前の住宅)



耐震性能がないと、震度5強でも建築物は倒壊する可能性がある。

住宅が倒壊すると、命の危険があるだけでなく、津波や火災等からの避難ができなくなる恐れがある。

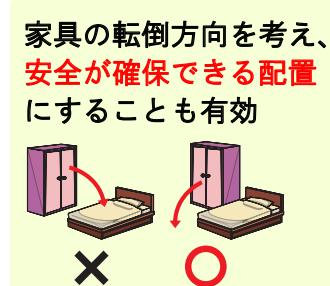
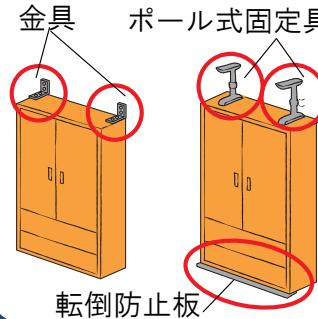
詳しくはこちら  
住宅耐震化の補助制度をご活用ください。



### 家具類の転倒防止対策

建物が無事でも、家具の転倒により下敷きになって怪我をしたり、逃げ遅れに繋がる恐れがある。

寝る場所、よくいる場所、避難の経路・出入口付近の家具類を固定・倒れそうな家具を減らしましょう。



家具の転倒方向を考え、  
安全が確保できる配置  
にすることも有効

## 助かった命をつなげるために

### 健康を維持する

災害時にライフライン(電気・水道・ガス・通信)が断絶すると日常生活に制限がかかる。

体調を崩さないよう、食品・生活環境の衛生、感染症の予防、口腔ケア、暑さ・寒さなどに注意。  
アレルギーのある人、疾患のある人、高齢の方、妊産婦などにあわせて必要な物を準備する。



防災グッズ一覧↑

### 非常時持出品・備蓄品

チェックして  
みましょ

飲料水 (3日分以上)	食料 (3日分以上)	簡易トイレ	懐中電灯	ラジオ	軍手
<input checked="" type="checkbox"/>					
ホイッスル	救急箱・常備薬	下着・靴下・衣類	予備の電池	衛生・感染症対策	ティッシュ・タオル
<input checked="" type="checkbox"/>					
ポリ袋	防寒着・毛布・アルミシート	熱中症対策	モバイルバッテリー	カセットコンロ	歯ブラシ・マウスウォッシュ
<input checked="" type="checkbox"/>					

### 家族構成や世帯事情に応じて、追加で必要な物を備えましょう

#### 乳幼児・妊産婦

- 離乳食
- 粉ミルク・液体ミルク
- おむつ・おしりふき
- 母子健康手帳
- 妊産婦用衣類 など



#### 女性

- 生理用品
- サニタリーショーツ
- 中身の見えないゴミ袋
- 防犯ブザー
- 女性用下着 など



#### 高齢者

- 入れ歯・洗浄液
- 介護食
- 大人用おむつ
- 杖 など



#### 疾患のある方

- 主治医連絡先
- 持病薬
- お薬手帳 など



#### ペット

- ペットフード・水
- キャリーバッグ・ケージ
- リード
- トイレ用品 など



#### その他

- メガネ
- コンタクトレンズ
- 補聴器
- アレルギー対応品
- 宗教上の理由で必要な物 など



### 家族との連絡手段を確認

- ・災害発生直後は電話が通じにくくなる恐れがあるため、電話のほか、災害用伝言ダイヤル(171)、災害用伝言板(web171)、SNSなど複数の連絡手段を決めておく。

### 災害時の帰宅困難に備えて

- ・大規模災害後は、公共交通機関の運行停止などに伴い、外出先にいる人は帰宅が困難になることが予想される。多くの人が一斉に帰宅を始めると、駅周辺では大混雑が発生するおそれがある。
- ・職場、学校、一時滞在施設などに留まることも家族と話し合っておく。