



この冊子は「命のパスポート」名刺サイズ（静岡県発行）を
イラスト入りで解説したものです。

地震から あなたと家族を守る



の パスポート 〈解説版〉

静岡大学防災総合センター
静岡県危機管理部

いつもの生活…



0

秒

このあと、何が起きるだろう？

①



あなたが今、
するべきことは？



②

地震だ!!!!



3

落ち
着け!

秒

身を守れ!!

意識しよう!
火元と脱出口確保



うろたえるな!!

揺れがおさまった...



1~2
分

火元を確認!



家族は大丈夫か?!



靴をはく!



非常持ち出し品を!

津波・
山・がけ崩れが
予想される地域は
すぐ避難!!



津波!



山・がけ
崩れ!



それ以外の地域は…



様子を見ろ!

近所は?!
みんな無事か??



3分



火だ!!!

大声で
知らせろ!



近くに火は?!

消火器を使え!



バケツリレーだ!



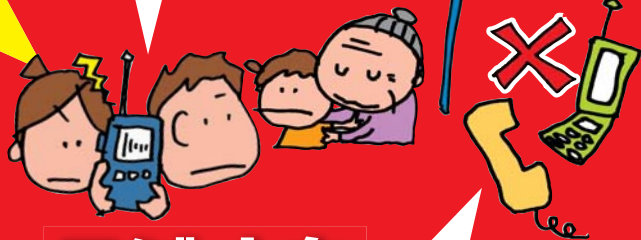
余震に注意!!

デマに
惑わされるな!!

5~10
分



市町、自主防の
情報を確認!



ラジオを
つける!

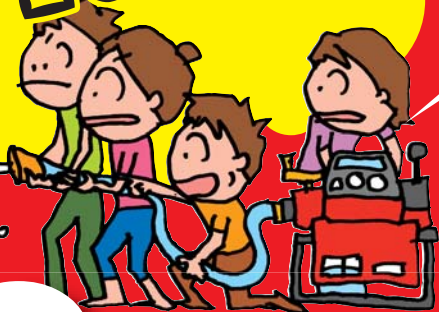
電話はなるべく
使わない!

緊急連絡を優先

安否確認は
伝言ダイヤル **171** を!



みんなで
助け合おう!



10分～数時間

みんなで
消火活動!



みんなで
救出活動!

消火・救出が難しいときは
消防署等へ連絡!

簡単な手当では
自分で!



避難をする場合は…



車で逃げるな!

ガス栓を閉めろ!
ブレーカーを切れ!



ブロック塀の崩壊、
自動販売機の転倒、
看板やガラスの落下、
がれきに注意!



行き先メモを
玄関に!



子どもを
学校等へ迎えに!



避難生活になったら…

がまん、
たすけあい。

～3日

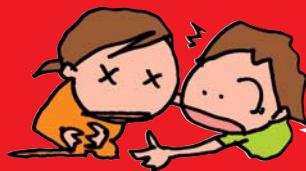


こわれた家に入
るな！

市町広報に注意！

生活必需品は
備蓄でまかなえ！

水・食料・
ラジオ・ライト・
常備薬等



がんばり
すぎるな!!

自宅が無事なら、
避難の必要は
ありません。

倒壊の危険がない場合



家の中で
落ち着いて
過ごしてね

倒壊した場合、または倒壊の危険がある場合



非常持ち出し
品をもって
避難所へ!

避難生活になったら…



自主防を中心に!

ルールを守れ!

助け合おう!

災害時要援護者に
心づかい



東海地震を予知するための観測網が整備されており、異常が検出されたときには、気象庁は情報を出して注意を呼びかけます。危険度に応じた以下の3段階の情報が決められています。

東海地震観測情報

特別な対策はとられません。

家庭では…

テレビ、ラジオなどの情報に注意し、
平常通り生活しよう。



危険度アップ

東海地震注意情報

救助部隊の派遣準備などがはじまります。児童・生徒なども帰宅することになります。

家庭では…

引き続き正確な情報を集めよう。
地震発生に備えて、家の中や外を点検しよう。
備蓄品や非常持ち出し品の再点検も忘れずに。



危険度アップ

東海地震予知情報

「警戒宣言」が発令され、鉄道やバスなどは運行を停止します。道路の通行も制限されます。デパートなどは営業をとりやめます。

家庭では…

東海地震の発生に警戒しよう。
津波や山・がけ崩れの危険予想地域内であれば、すみやかに指定避難地に避難しよう。

警戒宣言



あなたの家は、 避難の必要な 地域ですか？



▼ 危険の種類 (該当するものにレ点)

- 津波危険予想地域
- 山・がけ崩れ危険予想地域



我が家の避難場所

名称

所在地

電話番号

わからない場合は、市役所・町役場(防災担当部署)へ問い合わせよう。

- 避難が必要でない地域

家の内外の安全な場所で地震に備えて過ごそう。

我が家の行動表

警戒宣言が出た時や
地震が発生した時

名前	いつも居る可能性の高い場所

家族の集合場所

避難先



家族の連絡先



名前	連絡先

家族・知人の安否確認に



NTT災害用 伝言ダイヤル

171

伝言の録音(被災地優先)



171 をダイヤル

録音の場合 **1** をダイヤル

市外局番から

(0xx)xxx-xxxx

自宅(被災地内)の
電話番号をダイヤル

伝言の再生



171 をダイヤル

再生の場合 **2** をダイヤル

市外局番から

(0xx)xxx-xxxx

被災地の方の
電話番号をダイヤル

携帯電話の災害用伝言板も使えます!

耐震補強 して ますか?

耐震性の高い家が
家族の命を守ります。
家が無事なら
地震後の生活も
安心です!!



まずは
耐震診断
を!

制作/静岡大学防災総合センター 林 能成
静岡県危機管理部

イラスト・デザイン/たかやまみほ

2010年9月1日発行

