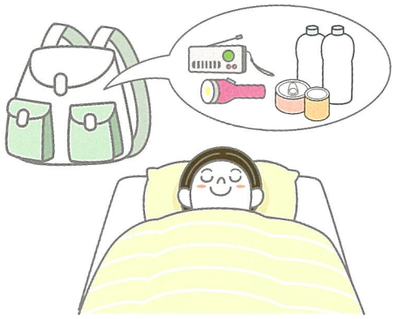
津波からの避難の手引き

●この手引きは、東日本大震災により津波被害を受けた後の、現時点での地形等において、津波の危険がある区域と避難場所、速やかな避難のために必要な事項をまとめてあります。

●あなたやご家族が、普段過ごしている場所を確認し、大きな揺れや長い揺れを感じたり、津波情報を得た場合は、直ちに避難ができるように備えてください。

暫定版
第3版　平成27年3月　仙台市
平成23年10月発行の第1版、平成25年4月発行の第2版をお持ちの方は、避難場所の内容が異なりますので、破棄してください。(紙へリサイクルできますので、雑がみとして分別してください。)

❶ 日頃から備えましょう



- 非常用持ち出し品として、懐中電灯、携帯ラジオ、非常食、水などを常備し、ひとつにまとめて持ち出せるようにしておきましょう。
- 寝室や出入口付近の家具を固定するなど、外に通じるルートを確保しておきましょう。

❷ 津波から避難する場所を決め、現地を確認しておきましょう

- とっさに行動できるよう、日頃から避難する場所を決めておき、避難ルートや昇り口などを事前に確認しておきましょう。
- 自宅以外でも、学校、勤務先などからの避難場所も確認しておきましょう。
- 避難訓練などの防災訓練に毎年参加しましょう。

❸ 大きな揺れや長い揺れを感じたら、すぐ避難しましょう

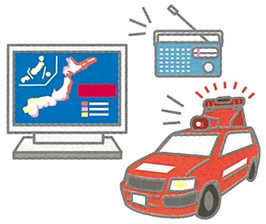
- 津波情報を待たずに避難しましょう。
- 津波避難エリアより内陸側、または近くの避難場所へ、直ちに避難しましょう。
- 想定にとらわれず、可能な限り、より早く、より高く、より遠くへ避難しましょう。

- 海や河川には近づかないでください。
- **原則、徒歩で避難しましょう。**
  (車を使うと、事故や渋滞に巻き込まれる危険性があります。)
- 「津波が来るぞー！」「逃げるぞー！」などと大声で呼びかけながら、率先して避難しましょう。

◆この手引きは、東北大学災害科学国際研究所の指導の下に作成しています。

問い合わせ
危機管理室　防災都市推進課　☎ 022-214-3047
危機管理室　減災推進課　☎ 022-214-3049
宮城野区役所　区民生活課　☎ 022-291-2111(代)
若林区役所　区民生活課　☎ 022-282-1111(代)
太白区役所　区民生活課　☎ 022-247-1111(代)

❹ 積極的に情報を収集しましょう



津波情報伝達システム(屋外拡声装置)や広報車などの情報のほか、**テレビ**や**ラジオ**などから積極的に情報を収集しましょう。

▲屋外拡声装置

●津波情報伝達システム(屋外拡声装置)
津波避難エリア等に設置した屋外拡声装置や戸別受信装置から、迅速にサイレンや音声で、津波情報や避難情報などを一斉に伝達します。

●杜の都防災メール
携帯電話等に津波情報を配信します。
事前登録が必要です。 詳しくはこちら→

杜の都防災メール
津波情報
2014年04月03日
03時00分発表
宮城県に 津波注意報が発表されました。
海岸線や河口から離れてください。
また、テレビ・ラジオなどの今後の情報に注意してください。
▲杜の都防災メール

●緊急速報メール
各携帯電話会社を通じ、津波警報や大津波警報発表時に、避難情報が配信されます。

●仙台市危機管理室ツイッター
「仙台市危機管理室」または「@sendai.kiki」を検索・登録すると、各種防災情報を閲覧できます。 詳しくはこちら→

※詳細や登録方法などは市ホームページ(防災・緊急情報)をご覧ください。
(http://www.city.sendai.jp/bosai/index.html)

❺ 津波警報等が解除されるまで安全な場所から離れないでください

- 津波警報等が解除されるまで、気を緩めずに、安全な場所から離れないようにしましょう。
- 津波が発生した場合は、繰り返し到達し、第1波より第2波以降が大きい可能性もあります。

遠地津波(チリなど、遠地での地震による津波)の場合も、同様に情報収集を行い、避難してください。