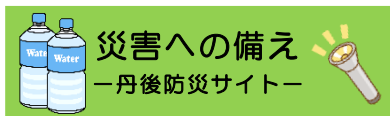


～毎月1日は、防災について考える日～

災害対策NEWS

No.3



災害への備え
—丹後防災サイト—

京都府丹後保健所
HPバナー

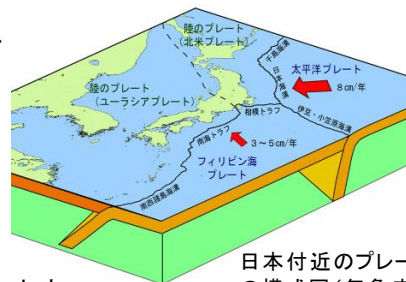
編集/発行 (京都府丹後保健所)
災害対策ワーキングチーム

<事務局>

京都府丹後保健所(丹後広域振興局健康福祉部)
〒627-8570 京都府京丹後市峰山町丹波855
TEL.0772-62-4312 FAX.0772-62-4368

南海トラフとは？

南海トラフとは、駿河湾から遠州灘、熊野灘、紀伊半島の南側の海域及び土佐湾を経て日向灘沖にかけての海底の溝状の地形を指します。



日本付近のプレートの模式図(気象庁)

海底が細長い(水深 6,000m 以上)溝状の地形は海溝と呼びます。海溝より浅く(水深 6,000m 未満)幅の広い溝状のものをトラフと呼びます。

南海トラフは、フィリピン海プレートがユーラシアプレートの下に沈み込み形成されたものです。

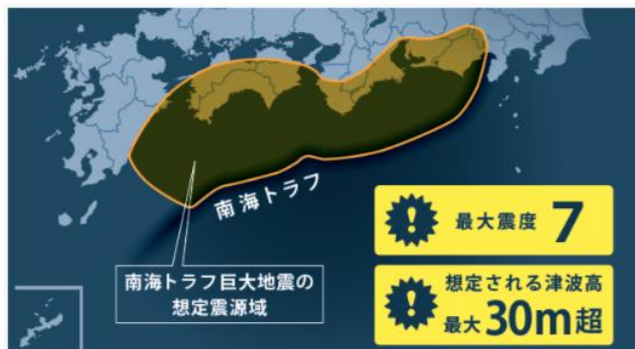
南海トラフ沿いでは、概ね 100～150 年間で、津波を伴う大規模地震が発生しています。



南海トラフ地震に備える



◆南海トラフ巨大地震の被害想定◆



南海トラフ巨大地震の想定震源域(気象庁)

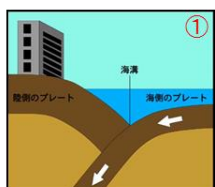
科学的に想定される最大クラスの南海トラフ地震が「南海トラフ巨大地震」です。

政府の中央防災会議の被害想定(令和7年3月公表)では、左図のオレンジ色の領域全体が震源域となり、静岡県から宮崎県にかけての一部では震度7、隣接する周辺地域では震度6強から6弱と想定されています。また、関東から九州地方にかけての太平洋沿岸の広い地域では10mを超える大津波が想定されています。

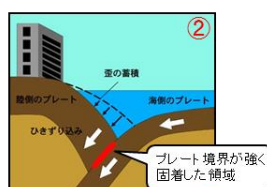
※南海トラフ巨大地震は、千年に一度あるいはそれよりも発生頻度が低く、次に発生する南海トラフ地震を予測したものではありません。

<南海トラフ地震の発生機序>

南海トラフ沿いの陸側のプレートが引きずり込みに耐えられなくなり跳ね上がることで発生する地震のことを「南海トラフ地震」と呼んでいます。①→②→③が繰り返されるため、南海トラフ地震は繰り返し発生します。



南海トラフ地震発生メカニズムの模式図(気象庁)



南海トラフ地震による京都府内の被害想定 — 内閣府被害想定結果(2025) —

- 最大予測震度(6強)
- 人的被害 死者数(約1,600人)
負傷者数(約16,000人)
要救助者数(約3,600人)
短期避難者数(約289,000人)
- 建物被害 全壊(約15,000棟)
半壊・一部半壊(約77,000棟)
消失建物(約49,000棟)

丹後の被害想定は、最大予測震度5強、建物全壊1,740棟です。阪神・淡路大震災では、亡くなった8割以上の人々が家具などの下敷きが原因と報告されています。遠く離れた丹後でも耐震補強や家具の固定など備えが必要です。

※内閣府のデータを基にした京都府被害想定(2014)

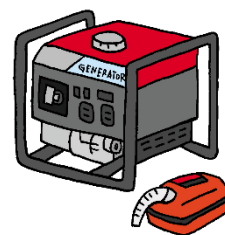
出典: 気象庁 HP

大阪管区気象台 HP

京都府 HP(京都府における地震・津波による被害想定)

◆◆◆ 要配慮者の防災訓練報告 ◆◆◆

在宅で人工呼吸器や酸素濃縮器、吸引機などをお使いの方は、災害による長時間の停電に備え、非常用電源の準備が必要となります。



R7年5月、丹後保健所では、電源が必要な医療的処置がある管内の難病患者さんの自宅において、停電を想定した発電機の訓練を実施しました。

訓練では、①家庭で所持されている発電機の稼働

②稼働した発電機と酸素濃縮器の接続 を主に行いました。

訓練には、訪問看護ステーションをはじめ、介護支援専門員、自治会長、民生児童委員、地域包括支援センター職員、医療機器メーカーなど、患者に関わる多くの支援者にお集りいただき、日頃からの災害に備えた確認をすることができました。

電源依存のある医療的処置（人工呼吸器、酸素濃縮器、吸引機など）のある方は、停電がおこることで生命維持が難しくなる場合があります。日頃から有事に備え外部バッテリーの有無や使用方法、バッテリーの稼働時間などを確認しておくことが大切です。



訓練の様子

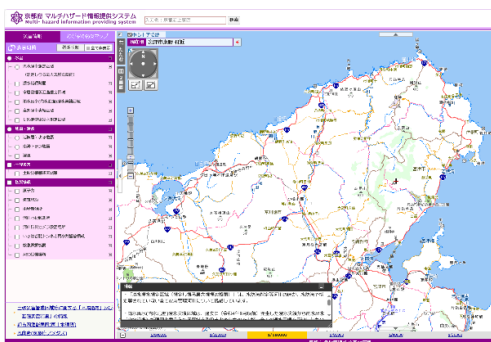
丹後保健所では、在宅で医療機器を使用する難病患者さん向けに「停電時の非常用電源の確保について」というチラシを作っています。日頃からの備えにご活用ください。



停電時の非常用電源の確保はこちら

京都府マルチハザード情報提供システム

住所を入力すれば、洪水時の想定浸水深や土砂災害警戒区域などを知ることができるシステムです。自宅から避難所までの道順を事前に確認しておけば、災害時の迅速な行動にもつながります。



自宅や学校、職場など日常生活圏のリスクを事前に確認しておきましょう。

システム画面はこちら



【災害用語紹介】

JMAT とは…

日本医師会災害医療チームで、被災者の生命及び健康を守り、被災地の公衆衛生を回復し、地域医療の再生を支援することを目的とされています。

主な活動内容は、災害急性期以降における避難所・救護所等での医療や健康管理、被災地の病院・診療所への支援（災害前からの医療の継続）です。

出典：JMAT本部 公益社団法人 日本医師会



備えて安心 防災日記

昨年度、日本栄養士会災害支援チームの災害支援活動に関する報告会に参加しました。

栄養が偏りがちな災害時にどのように栄養士チームが活動していたかや、災害時の衛生管理の過酷さなど多岐にわたる活動報告を受け、災害時であっても栄養管理をすることの重要性を改めて感じる機会となりました。

報告会では備蓄食の試食があり、おにぎりやバウムクーヘン、トマトリゾットなど様々な種類を味見しました。備蓄食は美味しくない…というイメージを持っていましたが、食べてみると意外と美味しいことがわかりました。

最近は、備蓄食も様々な種類があるらしく、平時から色々な味や種類を試してみようと思います。

さて、南海トラフ地震の影響を大きく受けると予想されている地域の1つとして和歌山県があります。実は、私、和歌山県出身で、家族は現在も和歌山県在住です。もし大地震が起こってしまうと…想像するだけで胸が苦しくなります。

もしもに備えて家族に備蓄を促すとともに、丹後に住む自分自身も他人事と思わず、備えることを大切にしたいです。

(ゆづ)

