



## 津波が発生した場合の安全

津波は、一般に海底下の地震によって発生する連続した波です。近隣の海域で地震が発生すると、津波は数分で海岸に達します。また、海岸沿いでは、津波が6mから15mの高さになることがあります。

米国赤十字ベイエリア支部では、津波が発生した際に、皆様と皆様のご家族が安全を確保できるよう、次の情報を提供しています。

### プランを立てる

事前にプランを立てておくことは、津波発生に備えた準備の第一歩です。

- **連絡プランを立てる**：災害の発生後は、市内電話より市外電話の方がつながりやすくなることもあるため、市外にいる誰かに連絡の中心ポイントになってもらうとよいでしょう。この人に家族全員が連絡するようにし、情報を伝えてもらいます。市外の連絡先となる人に、家族の連絡プランを知らせておいてください。
- **避難経路を決め、落ち合う場所を選ぶ**：市、郡、地域推奨の津波避難経路を確認します。各経路で、家族の落ち合い場所を高台にあるエリアから選びます。
- **ペットのプラン**：盲導犬などの介助動物を除き、ペットを災害シェルターに同伴することはできません。このため、家族、友人、ペットホテル、獣医、ペット同伴可能なホテルなど、緊急時にペットを預けることができる場所のリストを準備しましょう。
- **個人のニーズに合わせてプランを調整する**：特別なニーズがある場合は、緊急時に隣人、友人、親戚などに自分の居所を確認してもらうよう依頼します。
- **プランを見直し、練習する**

### キットを用意する

大規模な災害キットに加え、次のものを含む、小規模の避難キットを準備します。

- 水
- スナック



- 医薬品
- 携帯NOAA気象ラジオ、電池
- 懐中電灯
- 重要な書類
- 温かい衣類

## 情報を得る

沿岸地域で、強い地震を感じが場合：

- 2階建て以上の建物にいる場合は、揺れがおさまってから上の階に移動します。
- 船に乗っている場合は、外洋にとどまります。津波は、外洋ではほとんど大きくならず、港湾に到達してから危険な海流となります。
- 地域の警察や市の職員からの情報をラジオやテレビで確認し、すぐに避難できるよう準備します。
- 自宅からの避難にヘルプが必要な場合は、ヘルプを依頼する印として、明るい色のシーツを正面玄関のドアにくくりつけます。