

# 防范海啸灾害!

咨询：危机管理课 ☎054-221-1248

为了在海啸发生时保护自身安全，一旦感觉到地震晃动，应立即远离海边和河边，马上开始避难。

为了在紧急情况下能够迅速行动，请事先确认避难地点和避难路线，并准备好应急携带物品。

## 关于海啸的信息

当地震发生并预计可能引发海啸灾害时，日本气象厅会根据预测的海啸高度发布以下信息：「大海啸警报」「海啸警报」「海啸注意报」。

类型	预测的海啸高度		警报方式 (通过同报无线播放)
	巨大地震时发表※	发表数值	
大海啸警报	巨大	10米以上	3秒警报·间隔2秒
		5米以上~10米以下	
		3米以上~5米以下	
海啸警报	较高	1米以上~3米以下	5秒警报·间隔6秒
海啸注意报	不标示	1米以下	10秒警报·间隔2秒

※发生巨大地震时，在最初发布的海啸警报（第一报）中，会用「巨大」「较高」等词语来表示预测高度，以传达紧急危险状态。

当发布海啸警报或注意报时…

### 避难要点

#### 远离海边和河边

绝对不要去海或河流。发布海啸警报时，不要靠近危险区域，也不要返回。

#### 立即避难

当感觉到强烈晃动，或即使是较弱但持续时间较长的晃动时，请立刻开始避难。

#### 海啸会反复发生

海啸可能在较长时间内反复来袭，请持续避难，直到警报解除。

#### 前往更高处

不要认为“这里应该安全”，要尽量向更高的地方避难。

#### 不要使用汽车

开车容易遇到堵车或事故，反而会延误避难，原则上请步行避难。



## 为长时间避难做好准备

在海啸警报解除之前，可能需要半天到一天左右的时间。

此外，也可能在烈日或严寒中，长时间停留在室外避难设施。

因此，请准备好以下物品，并放在随时可带走的地方：

保温毯、水和食物、便携式厕所、移动电源等，以应对高温或低温环境。

## 3 / 1 (日) 10:00 海啸避难训练

津波避難施設 ▶ <https://www.city.shizuoka.lg.jp/s4268/s000362.html>

通过海啸避难训练，事先确认海啸紧急避难场所、海啸避难大楼、避难路线及所需时间，有助于在实际灾害中采取更安全的行动。

### ●训练对象区域（海啸淹水预测区域）

【骏河区】中岛、大里东、宫竹、大谷、久能、长田南、川原

【清水区】辻、江尻、入江、滨田、冈、清水、不二见、驹越、折戸、三保、袖师、兴津、蒲原、由比

※居住在训练区域的居民，请积极参加训练。

### ●训练流程

将通过同报无线、紧急信息防灾广播、市防灾邮件进行通知。

10:00 发生地震

10:03 发布大海啸警报，警报器鸣响

- 确认自身安全后，请立即前往安全地点避难
- 前往海啸紧急避难场所或海啸避难大楼等处避难
- 对难以独自迅速避难的人，请在社区内互相协助

※演练的日期和时间因地区而异，请您所在地区的自主防灾组织确认。



翻 译

静冈市 国际交流课

摘录：静冈气分3月号