

지진이 다다!



지진에서 몸을 지키자!

지진이다!



지진 발생시를 상상하여, 만약의 사태에 대비합니다.

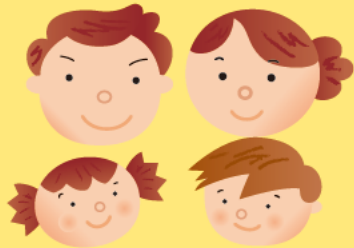
- 침착.
- 몸을 숨길 것.

3초



메기 박사

흔들림이 그쳤다.



- 해일에서 피난.
- 자동차로 피난하지 말 것.
- 화재가 발생하지 않도록 확인.
- 가족은 안전한가.
- 라디오를 켜다.
- 신발을 신는다.

3분



모두 무사한가.



- 여진에 주의.
- 주변사람들과 협력.
- 블럭벽이나 파괴된 물건에는 접근 금지.
- 누전, 가스가 새고 있지 않은지 확인.

3시간

무리 하지 말 것.



- 식수, 식료는 비촉해 놓은 것을 사용.
- 재해정보를 입수.
- 피난처를 메모하여 현관에.
- 무너져 있는 집에는 들어가지 말 것.
- 양보하는 마음을 갖자.

3일

미에현에 살고 있는 여러분들께 저는 미에현의 지진에 관한 거라면 뭐든지 알고 있는「메기박사」입니다. 이번에 갑자기 발생하는 대지진에서 몸을 지키기 위한「긴급지령」을 여러분 모두에게 보내려고 합니다. 언제 지진이 일어나더라도 침착하게 행동할 수 있도록 올바른 지식을 습득하여, 지진에서 자신의 생명을 지킵시다!

메기박사



목 차

안다

지령 1 지진의 기초지식을 배우자! P.5
미에현에서 발생한 과거 지진, 마그네트와 진도, 지진, 해일의 메카니즘(구조)에 대해
지진의식도 체크 >>> 마그네트와 진도의 차이를 안다. →P5
 지진·해일의 메카니즘(구조)을 설명할 수 있다. →P7

지령 2 내일이라도 일어날 수 있는 대지진을 예상하자! P.9
동해·동남해·남해지진이 동시에 발생할 때의 재해에 대해서....
지진의식도 체크 >>> 자신이 살고 있는 마을의 최대 진도·해일의 높이를 알고 있다. →P9
 자신이 살고 있는 건물 피해와 액정화 위험도를 알고 있다. →P10

준비한다.

지령 3 가족과 방재회의를 열자! P.11
역할분담, 집안의 위험, 가옥의 내진, 비상비출용품, 방재지도에 대해서..
지진의식도 체크 >>> 집안 지진대책이 되어 있다. →P11
 자택의 내진보강이 되어 있다. →P12
 비상용품의 준비가 되어 있다. →P13
 피난 장소·피난 경로를 파악하고 있다. →P14

지령 4 지역주민 모두가 준비하자! P.15
지역방재조직, 자주방재조직의 구성에 대해..
지진의식도 체크 >>> 지역에서 행해지는 방재 활동에 참가하고 있다. →P15
 자주방재조직이 무엇을 하는 조직인지 파악하고 있다. →P16

행동한다

지령 5 언제 어느 때라도 지진에서 몸을 지키자! P.17
건물안, 옥외에서 지진이 발생했을 때의 응급처치에 대해..
지진의식도 체크 >>> 건물 안에서 자기 몸을 지키는 방법을 이해하고 있다. →P17
 옥외에서 자기 몸을 지키는 방법을 이해하고 있다. →P19
 응급처치 방법을 알고 있다. →P21

지령 6 재해를 당한 후의 생활을 상상해보자! P.23
라이프라인(생활전선)재해, 재해후의 생활에 대해....
지진의식도 체크 >>> 라이프라인이 멈췄을 때 어떻게 대처해야 하는지 알고 있다. →P23
 재해후를 극복하는 생활지식을 가지고 있다. →P24

· 동해지진정보 P.25

· 방재카드 P.26

· 안부정보의 확인에 대해 P.28

· 라이프라인(생활전선)은 모두의 생명선 P.29

지령 ! 지진의 기초지식을 배우자!

미에현에서도
거대지진이
발생하였다!

1944년 12월 7일, 구마노난을 진원으로 한「동남해지진(마그네트 7.9)」가 발생. 심한 진동과 함께 구마노난 연안부를 중심으로 시정촌에 최대 9m의 대해일이 엄습하여, 거대한 피해를 입었습니다. (미에현의 해일피해수 : 사망자 144명, 부상자 55명, 행방불명 445명, 가옥침수 1,918동, 가옥전면파괴 832동, 가옥일부파괴 585동)

참고;미에현지역방재계획 첨부 서류부터.



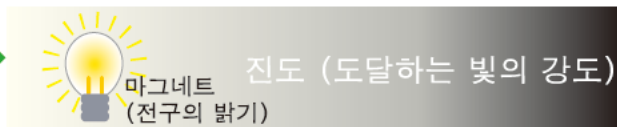
1944년 동남해지진의 해일로 변해버린 마을의 모습 (현재 오와세시) 사진제공/오모타가네노리씨

그리고, 지금 다시 무시무시한 거대한 지진이 미에현에서 일어나려고 합니다. 지진이나 해일 발생 메카니즘(조직)을 충분히 이해하여 올바른 지식을 습득하도록 합니다.

마그네트와
진도 :

지진의 강도를 표시하는 것이 마그네트이고, 어떤 지역이 어느정도 흔들리는지를 표시하는 것이 진도입니다. 예를 들어 전구를 보면, 아래 표와 같이, 진도도 이처럼 진원지에서 멀리 떨어져 있으면 떨어져 있을수록 흔들림이 적어집니다.

마그네트와 진도의 관계



◆지진의 흔들림과 피해

진도	사람	집안에서의 상황	집밖에서의 상황	내진성이 약한 목조건물	
5	약	몸의 안전을 지키려고 한다.	선반의 식기류가 떨어지는 경우가 있다.	부르크벽이 무너질수 있다	벽이나 기둥이 파손되는 경우가 있다.
	강	굉장한 공포를 느낀다. 행동에 지장을 느낀다.	무거운 가구가 넘어지는 일이 있다.	무거운 블럭벽이 무너진다. 많은 모석들이 무너진다.	벽이나 기둥이 상당히 많이 파손되거나 기울어진다.
6	약	서 있는 것이 어려워진다.	무거운 가구들이 이동, 무너진다.	꽤 많은 건물에서 벽의 타일, 유리창이 파손, 낙하된다.	무너져 파괴된다.
	강	서는 것이 불가능하고, 기어오란 움직일 수 있다.	무거운 가구가 대부분 이동되거나 무너진다. 문이 떨어져 날아가는 경우가 있다.	블럭벽의 대부분이 무너진다.	무너지고 파괴되는 것이 많다.
7	자신의 의지로 행동할 수 없다.	대부분 가구가 심하게 이동하고, 때로는 위로 떨어지는 경우가 있다.	대부분 건물에서 벽의 타일등이 파손, 낙하된다.	내진성의 높은 주택이라도 기울어지거나 파손되는 경우가 있다.	

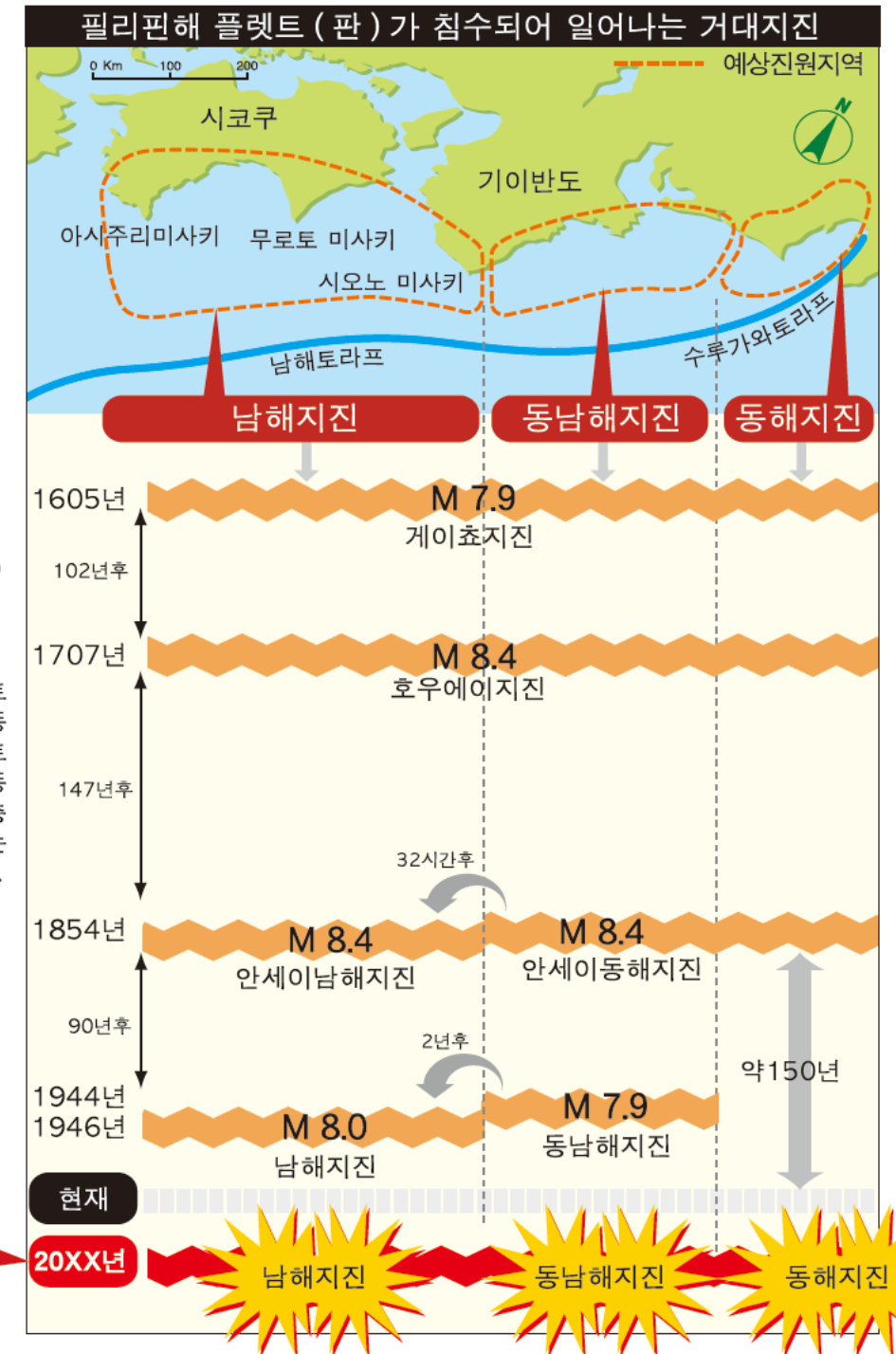
기상청 진도급 관련 해설표(초) 헤이세이8년2월

동해·동남해·남해지진은 마그네트 8이상·최대진도 6강 이상의 대지진으로 예상하고 있다.

◆지진 체험차를 사용하는 것에 대한 문의처 미에현 방재위키 관리국 방재대책실 059-224-2189

동해지진
동남해지진
남해지진

동해에서 기이반도, 시코쿠에 위치한 태평양 연안에서는 거대 해구형 지진이 종종 발생 하고 있어 이 지방에 큰 피해를 주었습니다. 이러한 지진은 역사적으로 진원지가 서로 다른 3개의 거대지진으로 분류되는데, 동해지진, 동남해지진, 남해지진이라고 불려지고 있습니다.



토라프라는 것은 깊은 해저에 있는 띠지를 말합니다.



수루가완에서 엔슈나다의 수루가토라프연안에서 일어나는 지진을 「동해지진」, 기이반도 남동쪽의 남해토라프연안에서 일어나는 지진을 「동남해지진」, 기이반도에서 시코쿠층의 남해 토라프 연안에서 일어나는 지진을 「남해지진」이라고 부릅니다.

연동해서 발생! ?
3 개의 거대지진

미에현에서는 지금을 포함한 가까운 미래에 동해지진, 동남해지진, 남해지진의 발생이 우려되고 있습니다.

발생확률과 예상 크기(마그네트)

- 동해지진.....언제 발생해도 과언이 아니다. M 8.0 미에현에서는 흔들림이 큰 곳은 진도 5 강, 해일은 높은 곳에서 5m 이상
 - 동남해지진...앞으로 30년 이내에 발생할 확률 60% M 8.1전후
 - 남해지진.....앞으로 30년 이내에 발생할 확률 50% M 8.4전후
- 동남해지진과 남해지진이 동시에 발생할 경우에 마그네트 8.6, 미에현내 연안부는 진도 6 강 이상, 해일은 높은 곳에서 약 9m로 추정되고 있습니다.

상기 3개의 지진이 동시에 발생할 가능성도 있다고 예상되고 있습니다. 이때의 마그네트는 8.7, 해일은 높은 곳에서 약 9m라고 예상됩니다.

지진의 메카니즘 (구조)

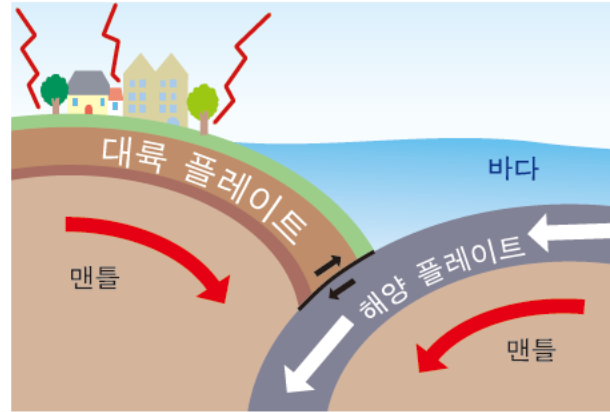
일본 열도 주변에서는 땅속 맨틀의 움직임으로 대륙판(유라시아판)과 해양판(태평양판과 필리핀해판)이 서로를 압박하고 있습니다. 이 때문에 오랜 시간에 걸쳐 축적된 에너지가 한 계를 넘었을 때, 지하의 암반이 파괴되어, 서로 어긋나게 됩니다. 이것이 바로 지진입니다.

해구형 지진

해양판이 대륙판 아래로 밀고 들어가기 때문에 정기적으로 대륙판이 튀어오르면서 일어나는 지진

- 옆으로 흔들림
- 흔들리는 시간이 길다(1분이상 지속되는 경우도 있다)
- 큰 해일이 일어날 위험성이 있다.
- 짧게는 수십년부터 100년 단위 간격으로 발행한다.

지진 예) 안세이동해지진, 동남해지진, 남해지진, 홋카이도남서충지진, 수마트라지진등



활단층이라는 존재가 알려지지 않은 곳에서도 지진은 일어난다.

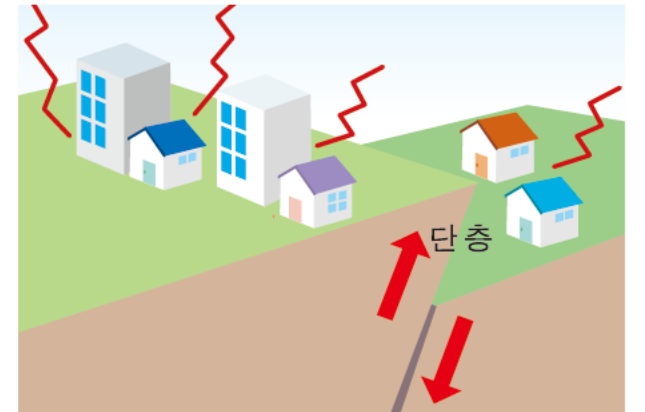
2005년 3월 20일에 발생한 후쿠오카현 서쪽지진과 같이, 활단층의 존재가 알려지지 않은 곳에서도 지진이 일어날 가능성이 있습니다.

내륙직하형 지진

육지의 지하(유라시아판 내부)에서 활단층이 어긋나서 일어나는 지진

- 상하로 흔들림
- 흔들리는 시간이 짧다.
- 도시직하로 일어날 위험성이 있다.
- 천년_1만년정도의 간격으로 발생한다.

지진 예) 덴세이지진, 이가우에노지진, 노비지진, 미가와지진, 효고현남부지진, 니이가타현츠히우세지진등



해일의 메카니즘 (조식)

지진이 일어나면 해일이 발생할 가능성이 있습니다. 과거에는 미에현에서도 거대한 지진 후에 해일이 밀려들어, 많은 인명을 앗아간 기록이 남아 있습니다. 해변에서 지진을 감지했 다면, 흔들림이 적다 하더라도, 곧바로 높은 장소로 피난하는 것이 대단히 중요합니다.

- ①해양판이 대륙판 아래로 침투되고 있습니다.
- ②지진이 있었을 때, 해저의 융기나 침강이 발생하여 해수가 움직이게 됩니다.
- ③해수는 해일이 되어 사방팔방으로 퍼져, 해일이 전해지는 속도, 높이는 바다 깊이에 따라 다르고, 바다가 깊으면 깊을수록 빨리, 바다가 얕으면 얕을수록 높게 일어납니다.



◆해일의 특징

- 해일의 속도는 굉장히 빠르다. 해안 가까이에서도 초속10m정도의 속도입니다.
- 셀물 때 시작된다고는 단정지을 수 없습니다.
- 해일의 높이는 장소에 따라 다릅니다. 만의 속이나 갑의 선단에서는 해일이 극단적으로 높게 일어나는 경우가 있습니다.



- 반복해서 온다. 제1파가 가장 크다고 단정지을수 없다. 안전한 장소로 피난한다면 해일경보·주의보나 피난권고가 해제될 때까지 자택등에 돌아가 지 않도록 합니다.
- 강이나 수로를 역류합니다.
- 설령 50cm정도의 해일이라도 가까이에서 있어서는 안됩니다. 해일은, 높이 50cm정도라도 빨리 들어가 생명을 잃는 경우가 있습니다. 1m의 해일의 경우, 목조가옥은 부분적으로 파괴되고, 2m의 해일은 가옥을 전면 파괴시킨다 고 전해지고 있습니다.

지진·해일에 대한 지식이 없었던 것이 피해를 더욱 확대시킨 수마트라섬 지진

2004년 12월 26일에 인도네시아 수마트라섬에서 발생하여, 인도네시아를 비롯한 타이등지에서 사망자·행방불명자를 합쳐 22만명을 넘는 사상 최대 규모의 재해가 되어 버린 수마트라 섬 지진. 희생자가 많았던 이유중의 하나로 지진·해일에 대한 지식이 없었던 지역에서 대 지진이 발생했다는 점을 들 수 있다.

미에현의 활단층

미에현의 북중부는 일본에서도 활단층이 많은「긴키삼각지대」의 일부입니다. 이 때문에 미에현은 해구형지진(동해·동남해·남해지진)뿐만이 아니라, 내륙형지진에 대한 준비도 필요한 지역입니다.



(국도지리원발행의 수치지도50m맷수표고, 카시미르3D를사용)



1999년 대만슈슈대지진(M7.7)에서 출현했던 역단층 연직 방향에 약2m의 빛나감이 생겼던 소학교의 운동장.

일본의 육지 연안부에는 약 2,000 개의 많은 활단층이 분포하고 있습니다. 미에현내에 분 포하고 있는 활단층중에서 중요한 것은 다음과 같습니다.

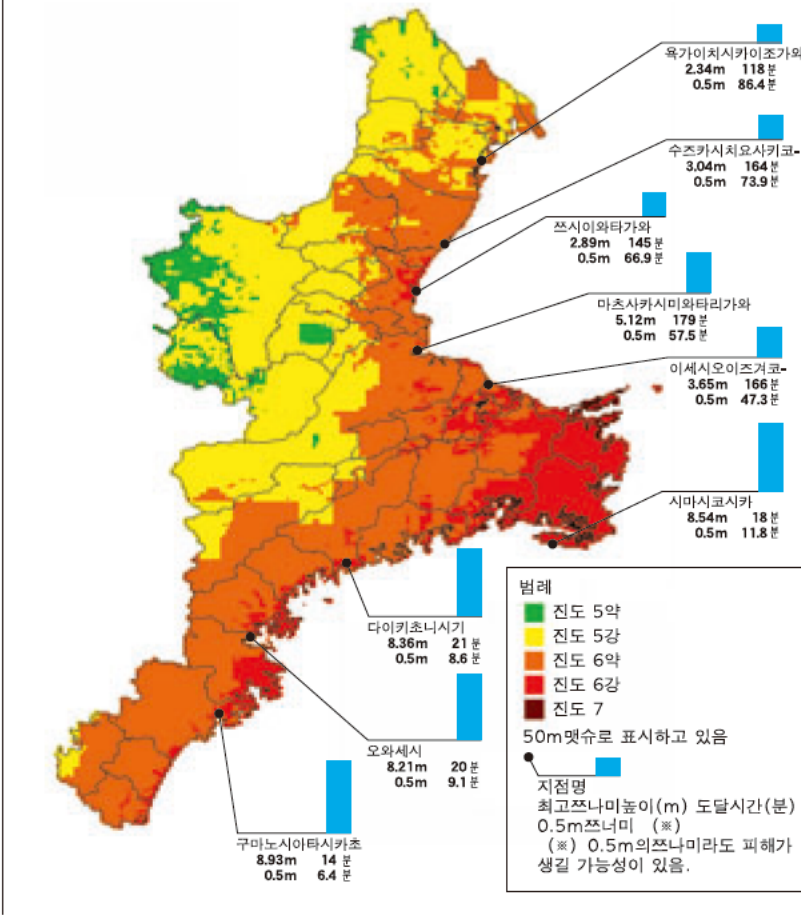
- ①요로 - 구와나단층 - 옷카이치 단층대 (요로단층, 구와나단층, 옷카이치단층)
- ②스즈카 동쪽 단층대
- ③누노비키산지 동쪽 단층대
- ④돈구단층
- ⑤기즈가와 단층대
- ⑥이세완 단층대 (이세완 단층, 스즈카단층, 시로코-노마단층, 우추미단층)

지령 2 내일이라도 일어날 대지진을 예상하자!

동해·동남해·남해지진이 동시에 발생할 경우에 대해

동해·동남해·남해지진이 동시에 발생할 경우, 이세시마지역, 히가시기주지역을 중심으로, 진도6 이상의 강한 흔들림이 예상됩니다. 또한, 장소에 따라서는 5m를 넘는 큰 해일이 일어날거라고 추정됩니다.

◆동해·동남해·남해지진 동시 발생시 진도 및 최고 해일 높이와 도달 시간

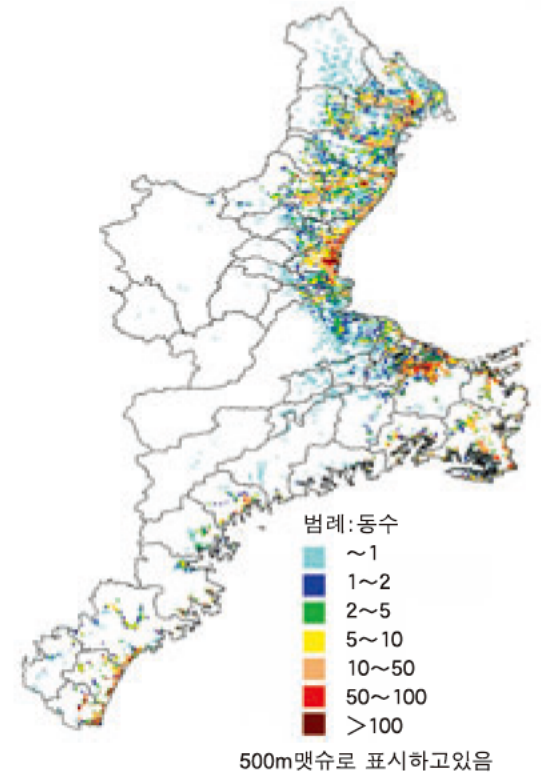


◆여기서 주의!

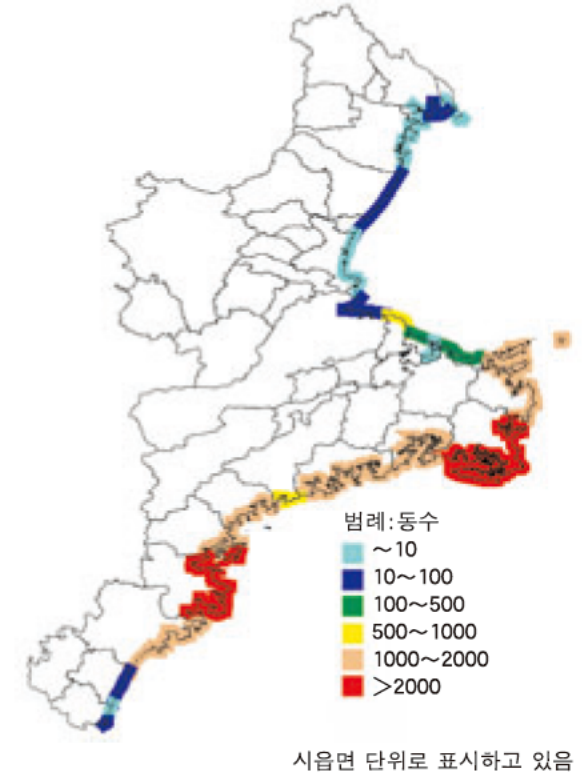
예를 들면, 구마노시 아타시카초에서는 14분 후에 최고 약 9m의 해일이 오는 것으로 예상 되어있습니다. 그러나 이것은 14분 후에 제1 파동이 절정에 도달한다는 의미로 그 전후는 안전하다는 의미는 절대 아닙니다. 귀중한 생명을 지키기 위해서라도 해변 지역에서 흔들림을 느꼈다면 곧바로 높은 곳으로 피난하여, 해일경보·주의보, 피난권고가 해제될 때까지 되돌아가지 않도록 합시다.

동시 발생시에 예상되는 건물피해와 액장화 위험도

흔들림에 따른 건물 피해 (전면파괴동수)



해일에 따른 건물 피해 (전면파괴동수+반절파괴동수)

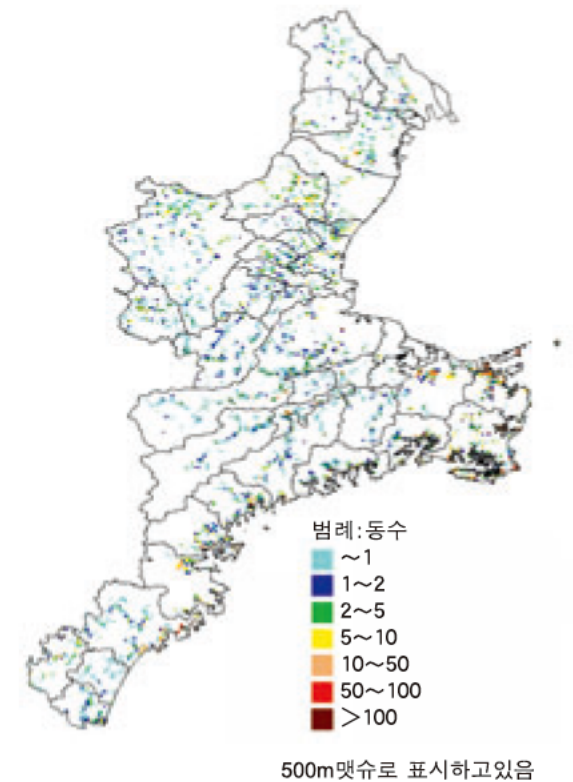


◆추정되는 동해·동남해·남해지진의 동시 발생시에 따른 인적 피해와 건물 피해

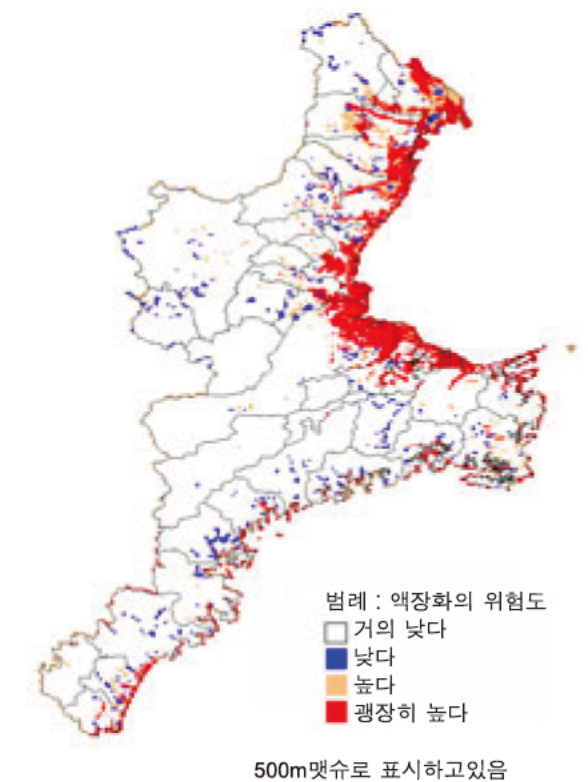
	새벽(5시)		
	사망자	부상자	건물 전파괴(반파괴)
흔들림	약1,300명	약11,100명	약39,000동(약84,000동)
쓰나미	방재의식:고약1,000명 방재의식:저약3,100명	—	약10,000동(약6,100동)
화재	약40~약80명	약150~약300명	약2,900~약5,800동
액장화	—	—	약10,800동
경사면 재해	약340명	약420명	약3,400동(약8,000동)
계	약2,700~약4,800명	약11,700~약11,800명	약66,100~약69,000동(약98,000동)

주;쓰나미의 숫자에 대해서는, 하천, 해안방설이 가능하고 있을때의 피해를 상정하고 있음.
화재의 숫자에 대해서는 풍속3m/초_풍속15m/초의 피해를 상정하고 있음.

경사면 붕괴에 따른 건물피해 (전면파괴동수+반절파괴동수)



액장화에 따른 위험도



미에켄지역방재계획피해상정조사보고서 하이세17년3월

미에켄지역방재계획피해상정조사보고서 하이세17년3월

지령 3 가족끼리 방재회의를 열자!

내일은 자신에게 닥칠 위험! 방재회의로 지진대책

지진의 피해를 최소한으로 줄이기 위해서 평상시의 준비가 중요합니다. 가정에서 방재대책에 대해서 논의, 방재지도를 작성하는 등, 자기 몸의 안전, 가족의 안전, 마을의 안전을 모두가 함께 생각합니다.



1 가족간의 역할 분담을!

정보수집과 불조심 관리, 비상비품 관리 등 피난때의 역할을 정해 두자.

라디오, 텔레비전 등에서 정보를 확인한다.	불을 끈다.	가스의 본선, 프로판 가스의 밸브를 잠근다.	위험물을 안전한 곳으로 이동한다.	전기기구의 콘센트를 빼고 브레이커를 끄는다.
소화기, 양동이 등을 준비한다.	출입구를 확보한다.	비상비품을 확인한다.	어린이나 노인들을 돕는다.	바로 돌아오지 못하는 가족에게 전언을 써 둔다.

2 집안에서도 위험이!

지진대책 가운데도 가장 가까워서 할 수 있는 것이 가구등이 넘어지는 것을 방지하는 것입니다. 가정에서 지해를 짜내어, 안전하고 안심할 수 있는 생활이 가능하도록 준비하십시오.

한신·아와지 대지진은...약 88%

지진 발생 시각이 오전 5시 46분으로 많은 사람들이 취침중이었기 때문에 가옥이 무너지고, 가구등의 넘어져서 생기는 압박사에 따른 사상자 수가 전체의 약 88%였습니다.

참고; 총무성 소방청 한신·아와지대지진관련정보데이터베이스

가구 무너짐 방지 용례

책장 책과 책장을 벨트로 고정	찬장 문을 쇠장식등을 사용하여 개폐 방지	진열장 목책을 사용하여 낙하방지	장롱 ①벽 등에 철구로 고정 ②상하로 가구를 철구로 고정 ③책이나무등을 장롱 밑에 넣어서 넘어짐 방지 ④천장과 지면의 사이를 고정
식기장 L자형 철구를 사용하여 벽 등에 고정	피아노 ①피아노 밑에 고정판을 깔아둔다. ②고정판에 피아노의 다리를 금속으로 고정한다.		

집안의 안전대책 포인트

- ◎가구를 고정할 때는 기둥이나 벽의 지면이 있는 부분에 철근등을 붙인다.
- ◎용단이 깔려 있는 부드러운 마루에는 높이가 있는 가구등은 놓지 않는다.
- ◎가구의 윗부분에는 가벼운 것을 아랫부분에는 무거운 것을 수납한다.
- ◎잠자는 곳이나 출입구 부근에는 가구를 두지 않는다.
- ◎유리(창문, 가구)에 발산방지 필름을 붙인다.
- ◆가구고정에 관한 문의처
미에현 현토정비부 주택실 TEL052-224-2720

3 가옥의 내진대책은 괜찮은가?

당신은 가옥의 내진검진·내진보강등의 대책을 세웠습니까? 한신·아와지대지진에서 가옥의 파괴등에 따른 많은 인명피해, 니이가타현 추우세지진에서도 건물 대부분이 무너지는 등 피해를 입었습니다. 이런 피해를 방지하기 위해서라도 가능한한 빨리 집의 내진검진·내진보강을 철저히 해 두십시오.

가옥의 외관 체크

- 지붕:** 무거운 지붕은 가벼운 철근등의 재료로 교체하는 것도 검토한다. 또한 기와 등의 낙하방지대책을 세우자.
- 베란다:** 에어컨의 실외기등 낙하방지대책을 세운다.
- 텔레비전 안테나:** 불안정한 것은 보강한다.
- 유리창:** 흔들리는 것을 방지하는 필름을 붙인다. 망이 들어있는 창문이면 안심.
- 담:** 흔들리거나 균열이 있거나, 철근이 들어 있지 않은 담은 보강한다.
- 벽:** 벽의 한면이 유리창으로 되어 있는 벽 부분이 적은 곳은 교차기등으로 보강한다.
- 프로판 가스:** 본베를 튼튼하게 고정한다.

행정 지원하는「내진진단」이나「내진보강」제도로 안심·안전한 생활환경을!

주택의 내진보강을 해 두면...

생명, 재산을 지킬 수 있습니다. 피난소 생활을 하지 않아도 됩니다.

마을의 내진성이 향상됩니다.

건물이 파괴되어 피난소를 막는 일이 없어집니다. 화재가 연달아 일어나는 것을 방지합니다.

지진에 대한 준비 과정중에서 중요한 주택의 내진화. 1981년 5월 31일 이전에 건축(착공을 포함)된 목조 건물 일정의 조건을 갖춘 주택은 「목조주택내진진단지원제도」를 이용할 수 있습니다. 내진진단의 결과가 「도괴(무너져 파괴됨)·크게 파괴될 위험이 높음」으로 나온 주택은 「목조주택내진보강지원제도」도 이용할 수 있습니다.

※대상이 되는 것은, 목조주택 가운데 층수가 2층이하, 즉 마루 면적이 300평방미터이하 인 건축물입니다. 목조주택에서도 2×4공법·프레하브공법·통나무공법은 제도대상에 해당 하지 않습니다.

미에현내에서는 새로운 내진기준에 도달하지 않은 주택이 약 222,000동 있습니다. 이 가운데, 내진진단의 실시동수는 약 8,000동으로 예년과 변함이 없습니다.

◆문의처
·각시정촌 주택내진담당과
·미에현 현토정비부주택실
TEL 059-224-2720
홈페이지 <http://www.sumai-mie.jp/21/>

피해자의 목소리 (효고현남부지진)

내진대책의 필요성, 평소 이웃과의 교류가 중요함!

지진직후, 아파트에 살고 있는 아들과 연락이 되지 않아 아들방을 확인하러 갔습니다. 무참히 무너져서, 아들이 거기에 있는 것을 확인했기에 황급히 회사 사람을 불러, 무사히 구출할 수 있었습니다. 내진대책의 필요성, 일상생활 가운데 사람들과의 교류가 중요하다는 것을 통감했습니다.
고베시 S.H 씨

4 비상비품을 체크!

비상비품을 가족구성에 맞춰 최소 필요한 범위로 줄여서, 재해발생시등을 고려하여 준비해 둡시다. 또한 적어도 1년에 한번 정도 점검합니다.

비상비품예

비상비품을 배낭(짊어지는 가방)등에 넣어, 한번에 등에 짊어지고 두 손은 자유롭게 사용할 수 있는지를 확인합니다. 이 책도 빼놓지 말 것!



아기나 임산부가 있는 가정에서는 필요한 것을 추가합니다.

- 우유병 · 분유
- 기저귀
- 위생용품
- 모자수첩 등

적어도 3일분을 감안하여 가볍고 부피가 적은 것으로 선택합니다!

식료품등

- 음료수
- 식료
- 건빵
- 크래커
- 통조림
- 레토르트식품
- 칼
- 통조림 따는것



의류등

- 의류
- 타올
- 모포
- 침낭
- 속옷류
- 겂옷



귀중품

- 현금(잔돈)
- 예금통장
- 인감도장
- 중요한 서류번호를 기입한 수첩



일용품

- 장갑(편장갑)
- 휴지
- 초
- 성냥 · 라이터
- 밧줄
- 회중전등
- 휴대라디오
- 생리용품
- 비누 · 칫솔세트



안전대책

- 헬멧
- 방재모자
- 구급세트
- 상비약
- 밑이 두꺼운 신발



있으면 편리한 것

- 물티슈...물이 부족할 때 얼굴이나 손을 닦을 수 있습니다.
- 마스크...먼지가 들어가는 것을 방지합니다.
- 비닐봉지...대형 비닐봉지는 중앙부에 구멍을 뚫어서 머리 위로 써보면 레인 코트로 변신, 물을 담아 운반할 때도 사용할 수 있습니다.
- 휴대용정수기...이것이 있다면, 단수시라도 빗물을 먹을 수 있습니다.
- 식용품랩...접시 위에 깔면, 그릇을 씻을 필요가 없습니다.

그 외에

- 호루라기...무너진 집 안에 있을 경우 자신의 존재를 알릴 수 있습니다.
- 휴대용난로...보통 사용하는 것외에, 식품을 따뜻하게 할 수 있습니다.
- 복사한 보험증

장기간 보존가능한 비축품(식료품 · 음료수)을 가족구성원에 맞춰 준비해 둡시다.

지진이 일어난 직후에는 식료품을 확보하기가 어렵습니다. 지원활동이 이루어지기 전까 지 필수품은 각 가정에서 준비할 필요가 있습니다.

재해직후의 생활을 유지하기 위해서 한 사람당 최소한 3일분의 식료품과 식수등을 준비해 둡시다. 물은 한사람당 하루에 3리터가 적당합니다.



5 방재 지도를 작성하여, 만약의 사태에 대비하자!

집 근처의 위험한 장소나 피난장소 경로를 조사하여 적어 둡시다.

◆기재사항예

- 가족의 집합장소, 피난장소
- 피난 경로
만일, 통행하지 못하는 경우에 대비하여, 피난할 수 있는 경로를 여러곳으로 정해 둡시다.
- 위험구역정보
해일이 침수한다고 예측되어지는 장소, 무너지기 쉬운 벼랑, 급경사지, 하천, 블록벽, 위험 물을 취급하는 곳 등.



◆방재지도에 관한 문의처 각 시정촌의 방재담당과 · 실

지령⁴ 지역 모두가 준비하자!

주위 사람들의 협조, 자주방재조직등의 활동이 필요합니다.

한신·아와지 대지진에서는 화재가 발생, 많은 사람들이 무너진 가옥등에 깔리는 등, 일 분일초가 급한 사태가 발생하였습니다. 이 때문에 소방서등의 소방관계기관에서는 재빠른 구조와 더불어 초기에 불길을 잡을 필요가 있었는데, 인원부족과 교통혼잡으로 인해 재해지역 모든 곳에 투입되기가 어려운 상황이었습니다. 그러나 이런 상황속에서 재해를 당한 사람들을 도왔던 분들이 지역주민과 각 지역 사업소등의 협력에 따른 활동이었습니다. 구출구조나 불길을 번지는 것을 방지하는 등, 최악의 사태를 피하는 데 공헌을 했다는 보고가 있습니다. 이와 같이 화재가 발생하거나 부상자가 속출 하는 경우에는, 주위 사람들의 협조와 자주방재조직, 소방단등의 활동이 필요합니다. 만약의 사태를 대비하여 지역을 지키는 자주방재활동에 적극적으로 참가합시다.

지역 방재 조직

대규모적인 지진이 발생하면 방재관계기관의 즉각적인 대응이 곤란한 경우가 있습니다. 이럴 경우 중요한 역할을 담당하는 것이 지역주민들의 구조활동입니다.



◆자주방재조직... 지역주민이 자주적으로 결성한 방재조직. 미에현내의 조직률은 87%에 이르고 있습니다. 대규모적인 재해가 발생하였을 때, 피해를 최소한으로 방지하기 위한 활동을 합니다.
재해시 활동 초기에 불길을 잡거나 구출구조활동, 피난유도, 급식급수등
평상시 활동 방재기구의 준비·점검과 마을회의에서 방재훈련실시등

◆소방단... 소방서와 협력하여 소화나 구조활동을 하는 소방기관에서 지역의 방재 리더로서 중요한 역할을 담당하고 있습니다. 미에현에서는 약 14,000명의 단원이 폭넓은 분야에서 활동하고 있습니다만, 감소경향이 있어서 여러분들의 보다 적극적인 입단이 기대되고 있습니다.
재해시 활동 평상시 지역에 밀착된 경험을 통하여 효과적인 소화·구조활동등
평상시 활동 소화훈련이나 응급처치지도, 독거노인들의 방화지도등

◆방재봉사활동... 큰 재해가 일어났을 때 구조활동등에서 활약하는 개인 또는 단체. 자신들이 살고 있는 지역을 지키는 자주방재조직이나 소방단에 대한 봉사활동은 전국규모로 이루어지고 있습니다. 최근에는 힘든 일이나 피해자들에게 활기를 주기 위한 수단으로 중학생, 고등학생등 젊은이들의 활약도 늘어가고 있습니다.

평소에 방재에 대하여 관심을 갖고 재해를 최소한으로 줄이기 위하여 준비합시다.

미에현에서는 2004년부터 여러 지역에서 재해를 줄이고, 지역방재력을 높이기 위한 지역 방재리더「미에 방재 코디네이터」를 육성하기 위한 강좌를 개최하고 있습니다.

미에방재 코디네이터의 역할

재해시 활동 공적인 조직이나 봉사활동등과 협조하여 복구활동을 지원, 지도
평상시 활동 현, 시정촌의 요청에 따라 방재훈련, 구조계획등의 수립이나 출장협의등의 계발활동



자주방재조직의 대처

자주 방재조직의 활동은 지역 피해를 경감하기 때문에 큰 기대가 되고 있습니다. 다음과 같은 조직을 통하여 지역의 방재력을 한층 더 높입니다.

◆마을 주변을 살펴보자!

지역의 장점 단점을 주민이 서로 확인함에 따라 공통 인식을 가지고, 방재대책을 생각해 가는 방법입니다. 만약 지진이 일어났을 때, 자신이 살고 있는 지역은 어떻게 될까. 통근·통학시, 오후시 간, 식사시, 그리고 취침시...등, 각각의 시간대에 지진이 발생한다면 어떤 피해가 우려되는지 예상하면서 지역주변의 위험성을 조사해 봅시다.



- ◎자신이 살고 있는 지역에서 발생 예상되는 피해에 대해 안다.
- ◎지역방재 지도를 만든다.
- ◎피난훈련을 행한다.

◆재해도면상 훈련(DIG)을 해보자!

DIG는 미에현에서 개발된 재해방지훈련에서 재해가 발생했을 때 대처상황을 지도상에서 생각하는 방법입니다. 바다가 가까워 해일의 위험이 있다, 피난소까지는 생각보다 거리가 있다, 어린이가 다니고 있는 학교까지의 통학로에 허술한 다리가 있다 등등...발견된 것들이 여러분의 지혜와 의식, 지역의 재해방지력 향상에 연결됩니다.

Disaster Imagination Game

재해 상상 게임



◆해일피난계획을 작성합시다!

해일피해에서 생명 및 신체 안전을 확보하기 위해서 피난 계획입니다. 남해 트라프를 진원 으로 한 지진이 발생했을 경우에는 극히 단시간에 미에현 연안부에 해일이 밀려 닥칠 것으로 예상됩니다. 해일 침수가 예측되는 연안지역에서는 원만하게 피난이 이루어질 수 있도록 마을주변등에 피난장소나 위험 지역의 확인을 통하여 해일 피난계획을 작성해 둡시다.



◆피난소 운영 메뉴얼을 작성합시다!

피난소에서는 이런 저런 불편이나 문제점등이 발생합니다. 이것을 극복하기 위해서는 피난 자 모두가 대화를 통해 의논해 나가는 것이 중요합니다. 재해가 일어나기 전에, 지역주민 모두가 주체가 되어 피난소 운영을 어떻게 할 것인가 의논하여, 피난소 운영 메뉴얼을 작성 해 둡시다.



◆자주방재 조직활동을 원할때의 무의처 각 시정촌의 방재담당과 실

지령 5 어느때라도 지진에서 몸을 지키자!

건물안에서 지진이 일어났을 때

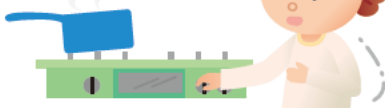
언제, 어디서 일어날지 예상할 수 없는 지진. 지진이 발생하면, 당황하지 말고 어떻게 하면 안전하게 피난할 수 있을까? 먼저 건물 안에서 지진이 발생했을 경우를 생각해 봅시다.

집안에서



● 먼저 몸의 안전을 확보한다.

- 가구가 넘어지고 물건이 떨어지는 것에 주의한다.
- 튼튼한 테이블이나 책상아래로 몸을 숨긴다.



● 부엌에서 가스등을 사용하고 있는 경우

- 불이 나도 침착하게 초기에 불길을 잡도록 행한다.
- 크게 흔들릴 때에 불을 끄려고 하면, 오히려 화상을 입는 경우도 있으므로 주의!



● 목욕중이거나 화장실에 있을 경우

- 목욕중이거나 화장실에 있을 경우에는 비교적 안전한 장소이기 때문에, 서둘러서 뛰어나가지 않도록 하자.
- 문을 열고, 흔들림이 어느정도 멈추기를 기다린 후 피난한다.
- 욕조에 있을 때는 불 처리도 잊지 않도록!

● 실내의 유리 파편에 주의하자.

- 유리등을 밟을 수도 있으므로, 반드시 신발을 신고 피난한다.
- 주변에 회중전등, 라디오, 슬리퍼를 준비하여 정전시에 대비하자.



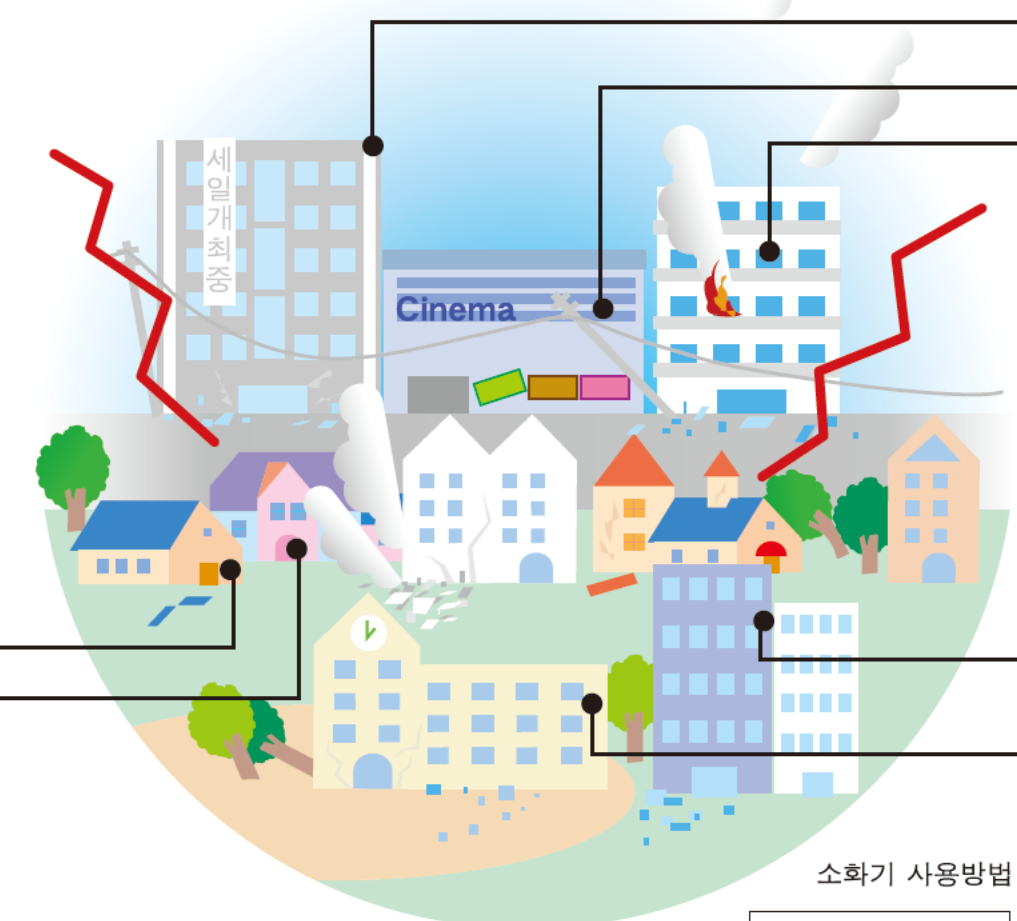
● 문을 열어 출구를 확보

- 문이 열리지 않을 경우도 있으므로 반드시 피난출구를 확보한다.



● 침실에 있을 때

- 베개로 머리를 감싸고, 이불이나 침대 밑으로 몸을 숨겨 머리를 보호한다.
- 넘어지는 가구에 맞지 않도록 머리를 보호하고, 안전한 곳으로 이동한다.



밖으로 나간다하더라도 위험요소가 많습니다!



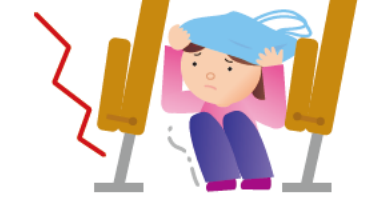
● 당황스럽게 밖으로 뛰어나가지 않도록

- 당황해서 밖으로 뛰어 나가지 말고 침착하게 행동한다.
- 기와나 유리창등이 떨어질 위험이 있기 때문에 주의한다.

그 외에



- 백화점 · 슈퍼마켓에 있을 때
- 창이나 진열대, 전기제품, 식기매장 등은 위험하므로 피난한다.
- 가방이나 장바구니 등으로 머리를 보호하고, 관계자의 지시에 따라서 피난한다.



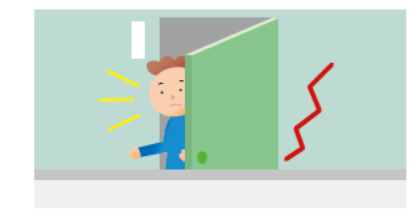
- 극장이나 영화관에 있을 때
- 의자를 올려서 움추리고 가방 등으로 머리를 감싼다.
- 관계자의 지시에 따라 침착하게 피난한다.



- 지하상가에 있을 때
- 피난구에 쏘이지 말고, 벽면에 몸을 기대어 낙하물로부터 몸을 보호하자.
- 만약 화재가 발생할 경우, 젖은 손수건을 입 · 코에 대고, 가능한 낮은 자세로 피난한다.



- 엘리베이터속에 있을 때
- 모든 층의 버튼을 눌러보고 움직이지 않을 경우 비상용 연락 버튼을 누른다.



- 맨션에 있을 때
- 문이 열리지 않을 경우가 있으므로, 출입구를 확보하도록 한다.
- 엘리베이터를 사용하지 말고, 비상계단으로 피난한다.



- 학교 · 사무실에 있을 때
- 책상이나 사물함이 넘어지거나, 창문이 깨질 수도 있으므로 주의한다.
- 문이 열리지 않을 경우가 있으므로 출입구를 확보한다.
- 엘리베이터를 사용하지 말고 비상계단으로 피난한다.

소화기 사용방법

소화기로 끌 수 있는 것은 천장이나 벽에 퍼지지 않을 규모까지 한다.



- #### 화재피난시의 포인트
- ◎ 연기속에서 피난할 때는 젖은 손수건을 입, 코에 대고 가능한 낮은 자세로 피난한다.
 - ◎ 노인이나 어린이 등, 재해시에 도움을 필요로 하는 사람을 우선 구출한다.
 - ◎ 일단 피난했으면, 불이 난 곳에는 되돌아가지 않는다.
 - ◎ 불길 옆으로 퍼질 위험이 있을 때에는 공원등으로 피난한다.



◆ 소화훈련을 받고 싶은 경우 문의처 가까운 소방본부, 소방서

집밖에서 지진이 발생했을 때

재해는 때와 장소를 가리지 않고, 잊어버릴 때쯤에 갑자기 발생합니다. 외출중에 지진이 발생할 경우 대처법을 생각해 둡시다.

이동중



- **운전중일 때**
 - 자동차를 세울 때는 급브레이크를 피하고, 도로의 좌측에 정차한다.
 - 차 라디오에서 지진 정보를 듣고, 규제에 따라 행동한다.
 - 자동차에서 내릴 때에는 키를 꽂아 둔 채 엔진을 끄고, 문은 잠그지 않는다.
- **전차나 버스를 타고 있을 때**
 - 서 있을 때에는 손잡이를 잡고, 몸이 흔들리지 않도록 한다.
 - 앉아 있을 때에는 몸을 앞으로 움추리고 발에 힘을 주고 있다.
 - 급정차에 주의하고, 승무원의 지시에 따라 피난한다.

- **역 홈에 있을 때**
 - 선로상에 떨어지지 않도록 주의한다.
 - 역무원의 지시에 따라 피난한다.

거리에 있을 때 · 피난시



- **피난은 걸어서, 최소한의 비상용품을 가지고**
 - 긴급출동에 방해가 되기 때문에, 걸어서 피난한다.
- **서로 협력하여 응원구호**
 - 노인이나 어린아이, 지체부자유자를 우선으로 한다.
 - 지역주민 모두가 협력하여 구출구조를 한다.
- **거리를 걷고 있을 때**
 - 블록벽이나 자동판매기, 전봇대 등은 무너질 위험이 있으므로 주의한다.
 - 보행중인 자동차에 주의하며, 될수 있는 한 넓은 장소로 피난한다.
 - 끊어져서 하늘거리는 전선은 위험하므로 접근하지 않는다.

■ **지반을 파괴하는 액상화 현상**
 액상화 현상이란, 지진으로 지반이 일시적으로 액체처럼 되어 버리는 현상. 주로 매물지나 하구등 수분을 많이 포함하고 있는 모래 지반에서 발생하는 현상으로, 지반 위의 건물이 기울어지거나 침몰하는 경우가 있습니다.

■ **예상되는 피해**
 건물붕괴, 도로 붕괴, 수도관이나 가스관등의 라이프라인(생활전선)의 파괴등.
 * 구조물을 지탱하는 지반이 파괴되어 버리기 때문에 피해가 크다.



귀가가 곤란한 사람의 마음가짐

- **평상시의 자세**
 - ① 가족방재회의에서 연락수단 집합장소를 서로 얘기한다.
 - ② 도보로 귀가하는 경로를 확인한다.
 - ③ 연락수단이나 귀가경로에 대해서는 가능한 한 복수로 생각해 둔다.
 - ④ 휴대라디오, 방한용품, 운동화나 사탕등의 간이 식료를 비축해 둔다.
- **재해가 발생되었을 때**
 - ① 당황하지 말고, 정확한 정보를 입수할 것
 - ② 재해시 귀가지원 방송을 이용할 것
 - ③ 말을 걸어 서로 도움 것
 - ④ 안부확인용 NTT 재해용 전연 다이얼 171번을 이용할 것

원거리 통근, 통학을 하는 사람은 교통 규제 등으로 귀가가 어려운 경우가 있습니다. 「자신의 몸은 스스로가 지킨다」를 기본으로 평상시에 충분한 준비를 하여, 재해 발생시에 몸의 안전을 생각하며 귀가하도록 합시다.



해변 · 강 · 낭떠러지 · 급경사지



- **해변 · 강가에 있을 때**
 - 지진을 느끼면 경보가 울릴 때까지 기다리지 말고, 곧바로 높은 곳 등의 안전한 곳으로 피난한다.
 - 지진을 느끼지 않았을지라도 「해일경보 · 주의보」가 발령되면 피난한다.
 - 해일은 하천을 역류하기 때문에 강에서 멀리 떨어지도록 피난한다.



- **낭떠러지 · 급경사지**
 - 낭떠러지가 무너질 위험이 있는 곳이나 땅이 움직일 것 같은 위험한 장소에서는 바로 피난한다.
 - 지진후에 비가 내리면 지반의 강도가 약해져서, 토사재해가 일어나기 쉽기 때문에 주의한다.

재해시 구호를 필요로 하는 사람들에게 따뜻한 마음을!

- **고령자 · 부상자**
 - 신속한 행동을 취하는 것이 어려운 경우가 있기 때문에, 긴급을 요하는 경우에는 휠체어, 손수레 등을 이용하지 않으면 엎어서라도 안전한 장소로 이동한다.
- **눈에 장애가 있는 사람**
 - 자력으로 재해를 대처하기가 어렵기 때문에 유도할 때에는 팔뚝을 가볍게 잡아주며 천천히 걷는다.
- **귀에 장애가 있는 사람**
 - 상황파악이 늦어질 경우가 있기 때문에, 말을 할 때에는 정면으로 얼굴을 바라보고 또박 또박 말한다.
- **아기**
 - 담요등으로 몸을 보호하고, 포대기로 동여맨다.
- **임산부**
 - 자기 발로 걸기 힘든 경우에는 휠체어 · 손수레를 이용하여 피난한다
- **지체 부자유한 사람**
 - 평소에 휠체어를 이용하고 있는 사람들을 업고 피난할 때에는 포대기를 사용하여, 업은 사람의 손이 자유롭게 움직이도록 한다.
- **외국인**
 - 재해상황의 파악이 곤란한 경우가 있기 때문에 피난장소나 위험 지역등, 피난에 필요한 정보를 제스처등으로 전한다.
- **여행자**
 - 지리에 대한 지식이 적어, 민첩한 행동을 취하기가 곤란한 경우가 있기 때문에 피난장소나 위험지역등, 피난에 필요한 정보를 전한다.

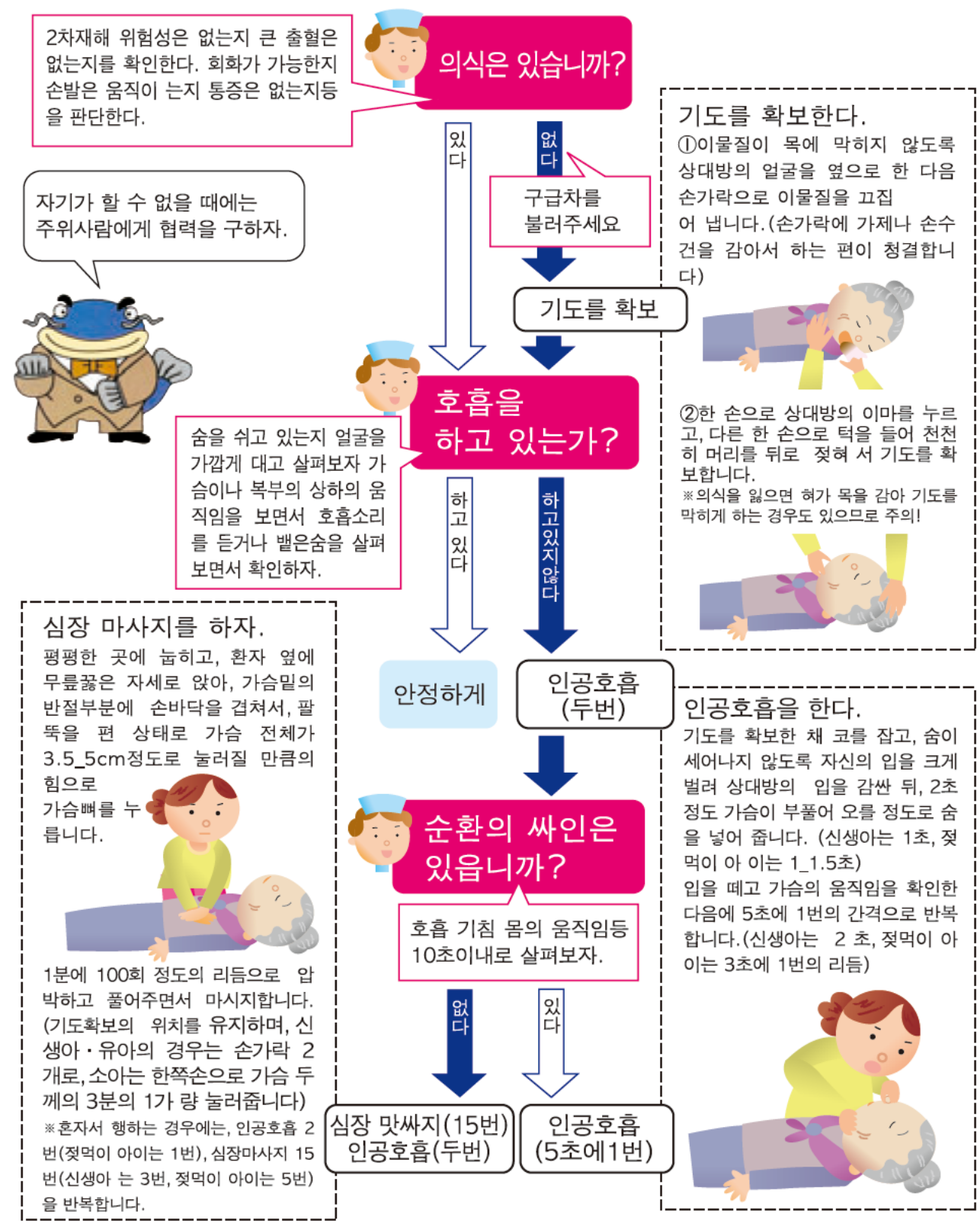
재해시에는 모든 사람이 피해자입니다. 서로 도우면서 안전하게 피난합시다.

순간의 행동이 인명을 구한다.

재해를 당한 곳에서는 부상자나 의식불명으로 쓰러진 사람들이 많이 발생합니다. 마을전체가 혼란상태로 구급차의 도착이 늦어지기 때문에, 한시라도 빨리 응급처치를 해야 합니다. 이를 위해서 평상시에 올바른 구급법과 응급처치법을 알아두는 것이 필요합니다.

! 사람이 쓰러진 경우

응답이 없다고 무리하게 움직여서는 안 됩니다!



주)신생아 생후28일미만 유아 살미만 소아 살이상8살미만 성인 살이상

! 무너진 가옥에서 사람을 구출할 때는

위에서 덮쳐 무너진 건물등은 자동차등에서 사용하는 지레대를 이용하여 돕니다. 무사히 구출했다 하더라도 크렛슈 신드롬(*)이라고 불리는 현상이 인체에 일어날 가능성이 있으므로 가능하면 빨리 작업하도록 합니다.



※크렛슈 신드롬
 장시간 혈액의 흐름이 멈춰진 상태의 몸에 근육조직이 파열되어 생기는 독소가 퍼져 「고갈 톨혈증」이 되어, 신장이나 심장에 악영향을 끼쳐 사망하는 경우도 있다. 인공 투석이나 링겔, 수혈등으로 응급조치가 필요하다.

! 타박이나 골절, 화상, 부상등을 당한 경우에는

- 타박**..... 환부에 파스를 부칩니다. 없을 때에는 얼음을 비닐에 담아 열을 빼거나, 젖은 타올 등으로 환부를 마시지합니다.
- 뺨·탈구**..... 환부에 파스를 부치고 식힙니다. 탈구인 경우에는 삼각 수건이나 보자기등으로 환부의 관절을 움직이지 않도록 고정. 무리하게 원 상태로 돌리려고 하면 오히려 신경이나 혈관이 파손될 경우가 있으므로 주의합니다.
- 골절**..... 환부를 판자로 고정시키고, 천 등으로 묶는다. 판자대용으로 골판지나, 잡지등을 사용할 수 있습니다. 환부를 움직이는 것은 금물입니다.
- 화상**..... 아픔이 없어질 때까지 수돗물등을 흘러내리게 하여 식힙니다. 옷입은 상태에서 화상을 입은 경우에는 옷입은 상태로 식힙니다. 어느정도 열을 식힌 후에 청결한 가제나 타올등으로 환부를 씹니다.
- 외상이나 출혈**... 상처난 곳이 더러울 경우에는 깨끗한 물로 행급니다. 상처난 곳은 가능한 한 심장보다 높게 하고, 지혈할 때는 가제등을 직접 환부에 대고, 손바닥으로 압박. 그래도 지혈되지 않을 때나 골절등으로 압박할 수 없을 경우에는, 상처난 곳에서 심장에 가까운 동맥을 타올등으로 세게 묶어서 지혈합니다. 30분이상은 묶어두지 않도록 합니다.

! 부상자를 구호·반송할 때에는

응급처치를 했으면, 다음은 부상자를 의료기관이나 구호소에 반송할 필요가 있습니다. 평소에 장소를 확인해 둡시다.

구급사다리를 사용하여 반송

덧문이나, 빨래 널 때 사용하는 장대, 모포, 의복, 의자등을 짜 맞추면, 구급사다리 대용으로 사용할 수 있습니다.



사람을 사용하여 반송

- ① 등뒤쪽에서 끌으면서 운반...부상당한 발을 움직이지 않도록, 뒤쪽에서 개호해가면서 보 행합니다.
- ② 등에 업어 운반...부상자의 체중이 등에 걸치도록 부상자의 양손목을 잡아 앞방향으로 끌어내고, 양무릎은 앞으로 오게 하여 운반합니다.
- ③ 옆으로 안아서 운반...안심할 수 있도록 말을 걸어가면서 양손으로 안아서 운반한다.
- ④ 부상자의 전후를 감싸서 운반...두사람이 어깨를 교차하여, 의자에 앉히는 것처럼 하여 운반한다.
- ⑤ 심한 부상자의 반송...부상자의 다리 부분을 손으로 잡고 가능한 수평을 유지해 가며 조용하게 운반한다.
 ※ 뇌내출혈일거라고 생각될 때에는 움직이지 말고, 구급차를 기다립니다.



◆ 구급구명강습을 받고 싶은 경우의 문의처 가까운 소방본부, 소방서

지령 5 지령6 재해를 당한 후 생활을 상상해 보자!

지진의 흔적은 많은 장소에!

생활전선이 끊어지고, 지극히 평범한 생활도 하기 힘들어 지는 등, 우리들에게 허락받지 않고 닥쳐올 지진 피해는 지금까지의 편안한 생활을 송두리째 빼앗아 갑니다. 그럼, 구체적으로 어떤 지장이 일어나는지 알아보시다.

교통이 마비된다.

- 도로침수나 건물붕괴에 따른 교통은 일시적으로 마비 상태가 됩니다.
- 물자 운송 및 유통 경로가 단절될 가능성이 있습니다.
- 이동은 사람들의 피난이나 구조 활동에 방해가 되지 않도록, 자동차를 사용하지 않고, 도보나 자전거로 행합니다.

전기가 끊긴다.

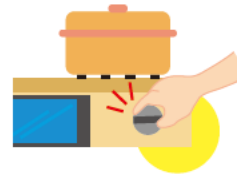
- 정기제품이나 충전이 필요한 물활이 사용수 없게된다
- 외등이나 조명기구가 사용할수 없고 밤에는 깜깜하게 된다
- 전기 복구때는 누전이나 화재가 발생하게 될때도 있다.
- 지진발생때 콘센트를 빼고 브레커를 끌고 등 화재예방에 힘쓰자.
- 맨손등에 설치되어있는 급수펌프가 움직이지 않아 물을 사용할수 없게 되어지는 가능성이 있다.

물공급이 중단된다.

- 목욕은 물론, 취사나 세탁등 만족스럽게 할 수 없게 됩니다.
- 수세식 화장실은 사용할 수 없게 되고, 임시 화장실을 사용하게 됩니다.
- 식수 공급에 곤란을 겪게 됩니다.
- 최소한 하루 1인당 3리터 정도의 물을 3일분 준비합니다.

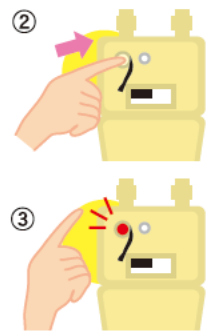
가스가 끊긴다.

- 목욕물을 데울 수 없고, 가스를 사용한 요리나 냉난방기등을 사용할 수 없게 됩니다.
- 마이코미터가 정지될 가능성이 있습니다.



■마이코 미터 복귀방법

- ①모든 가스기기 운전 스위치를 끈다(마이코 미터의 본선은 잠그지 말것)
- ②복귀버튼을 꼭 누르고 바로 손을 떼다.
- ③버튼이 원상태로 돌아와 빨간 불이 점멸하면 3분정도 기다린다.
- ④3분후에 빨간불의 점멸이 꺼지게 되면 O.K



피난소에서는 피난하고 있는 사람들 모두가 재해를 당하여 모두가 힘든 상황입니다.

이럴 때일수록 모두가 서로를 생각하는 따뜻한 마음을 가지고 협력합니다.

피난소에서의 마음가짐

- ①자기도 원하지 않는 것은 하지 않도록 주변사람들을 배려합니다.
- ②어려운 사람이 있으면 적극적으로 돕습니다.
- ③피난소내에서 정해진 규칙이나 역할은 지킵니다.
- ④빨리 일상 생활에 복귀 할 수 있도록 생각합니다.



서로 도와주는 마음이 중요합니다.



니이가타켄쥬에즈지진에서 피난생활의 모양(종합체육관)

재해를 당한 후 생활 자세

재해를 당한 후의 생활은 상상하기 곤란할 정도로, 지금까지 당연하게 여겨왔던 생활방 식이 전혀 다른방향으로 뒤바뀔과 동시에, 재난후에 다시 발생하는 사건, 사고등도 일어나고 있습니다. 재해후의 바람직한 생활방식을 가능한 한 많이 알아보시다.

휴대전화 · 전화사용이 안됨!

중요한 통신의 확보로 인해, 일반 회선의 이용이 제한되는 경우가 있습니다. 안부 확인은, 재해용전언다이얼 171번이나, 휴대전화 재해용 전언판 서비스를 이용합니다.

식중독이나 감염병에 주의!

지진재해 후에는 특히 위생환경이 악화되어, 식중독이나 감염병이 발생하기 쉽습니다. 이런 상황을 예방하기 위해서라도, 피난장소등에서 배급받은 음식은 가능한 빨리 먹고, 남은 경우에는 버리도록 합니다. 또한 요리나 식사시에 손을 깨끗하게 씻고, 조리기구등도 깨끗 하게 씻도록 합니다.

피난생활시에 주의할 점!

텐트나 자동차 안의 좁은 장소에서 피난 생활을 계속할 경우에 일어나기 쉬운 「에코노미 크라즈증후군」. 좁은 공간에서 같은 동작을 계속 취하고 있을 때에는 혈액순환이 잘 안되어, 발등에 발생한 혈전이 폐, 뇌, 심장등의 좁은 혈관을 막아서 일어나는 증상으로 최악의 경우에는 사망할 가능성도 있습니다.

- 【예방법】
- 충분한 수분을 취할 것.
 - 적당히 몸을 움직일 것.
 - 넉넉한 옷차림으로 수면을 취할 것.

애완동물도 가족!

- ◎재해시에 애완동물과 헤어지게 되면, 다시 만날 가능성은 희박합니다.
- ◎비상용품속에 애완동물용품도 준비해 둘 필요가 있습니다.
- ◎피난생활시, 주변인들에게 폐를 끼치지 않도록 주의하는 것도 애완동물을 키우는 사람으로서 필요한 자세입니다.



악질 범죄에서 몸을 지키자!

- ◎피난소에서 피난하고 있는 사람들의 집이 도난 피해가 많다고 보도되고 있습니다. 귀중품은 피난시에 갖고 나오도록 합니다.
- ◎그 외의 범죄에도 충분히 주의하시기 바랍니다.
- 봉사활동으로 가장한 사기
- 혼란시에 봉사활동으로 가장하여, 귀중한 물건을 맡아주는 척 하면서 금품을 갈취하는 사기
- 악덕상법 · 편승판매
- 의류나 식료품등, 필요한 물품을 고액으로 팔아, 그 후에도 더 많은 금액을 청구한다.

마음의 치유가 절실함!

재해를 입은 후에는 지진 피해 · 피난소 생활 · 여진등으로 누구나 마음에 심각한 상처를 입어 큰 스트레스가 쌓이기 때문에, 마음의 치유가 절실합니다. 먼저 충분한 수면 · 식사 · 배 설등의 면에서 신체를 안전하게 하고, 평소 가정 생활이나 지역 사회를 되찾는 것이 마음의 상처를 치유하고 자연의 회복력을 증진시켜 줍니다. 또한 지역별로 서로 도와주어, 고립되지 않도록 하는 것도 중요합니다.

저축한 돈을 찾고 싶다!

금융기관의 자동현금지출기(ATM)를 사용할 수 없는 경우가 있습니다. 또한 금융기관에 따라 서는 본인인지 증명할 수 있는 것이 있다면, 출금할 수도 있습니다.

당사자들의 마음속에 구원을 받았다.

지진당일날밤, 광장 중앙에서 아이들을 감싸며 여진에 떨고 있었습니다. 그런 상황에서 옆 동네에서 「가스는 끄고 나왔는지?」「전기도 물론 꺼져 있겠 죠?」라고 말하며 서로 격려했습니다. 덕분에 화재는 면할 수 있었습니다. 자주방재회의 리더와 회원들이 피난소의 운영이나 도시락 분배등 편의를 도모해 주셔서 우리들도 서로 도와주는 심정이 되었습니다. 현의 에서도 주택의 위험도 판정이나 건강 상담등, 마을을 순회하면서 보살펴 주셔서 정말 마음 이 든든했습니다. 여러분들의 도움으로 눈내리는 계절도 무사히 보내며 서로 격려하고 있습니다.

오지야시 Y.K 씨

재해를 당한 사람들의 목소리

병력	상비약	가족연락처 성명	전화번호
알레르기	지정병원		
병원	구급의료정보센터		
소방서 ☎119	가스	수도	
경찰 ☎110	전기	시청 구청	
피난장소	집합장소		

병력	상비약	가족연락처 성명	전화번호
알레르기	지정병원		
병원	구급의료정보센터		
소방서 ☎119	가스	수도	
경찰 ☎110	전기	시청 구청	
피난장소	집합장소		

병력	상비약	가족연락처 성명	전화번호
알레르기	지정병원		
병원	구급의료정보센터		
소방서 ☎119	가스	수도	
경찰 ☎110	전기	시청 구청	
피난장소	집합장소		

병력	상비약	가족연락처 성명	전화번호
알레르기	지정병원		
병원	구급의료정보센터		
소방서 ☎119	가스	수도	
경찰 ☎110	전기	시청 구청	
피난장소	집합장소		

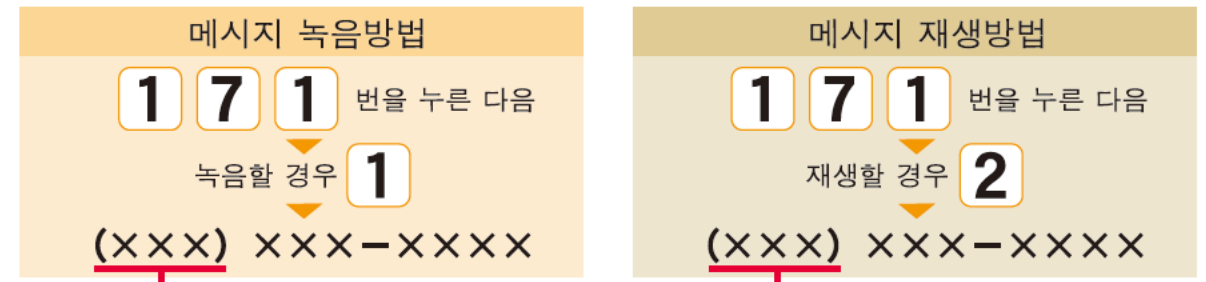
병력	상비약	가족연락처 성명	전화번호
알레르기	지정병원		
병원	구급의료정보센터		
소방서 ☎119	가스	수도	
경찰 ☎110	전기	시청 구청	
피난장소	집합장소		

() 이 「방재가이드」에 기입한 연락처 등은 별도의 「우리집의」지진 방재정보 시트」에도 기입해 두자

안부정보의 확인에 대해서

■재해용 전언 다이얼

대규모 재해가 발생하여 전화가 연결되지 않을 때, 안부의 확인이나 연락응답에 이용할 수 있는 「재해용 전언 다이얼117」을 활용합니다. 171번을 누른 다음, 설명에 따라서 메시지 녹음·재생해 주세요.



재해지역내에서도, 재해지역외에서도 재해지역의 전화번호를 시외국번부터 눌러주세요.

- ◎체험기간 매월 1일(1월1일은 제외)
매년 / 15~21.8 / 30~9 / 5
- ◎NTT이외의 전화 서비스 또는 IP전화를 이용할 분은 계약한 통신회사에 사전에 확인하 기 바랍니다.

■재해용 전언판 서비스

재해 발생시등에 휴대전화를 이용하여 안부정보의 등록이 가능하고, 가족이나 친구의 안부 정보를 휴대 전화나 컴퓨터로 확인할 수 있습니다.

- ◎NTTDoCoMo휴대전화 : <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
- ◎au / Tu-ka휴대전화 : <http://dengon.ezweb.ne.jp/>
- ◎vodafone휴대전화 : <http://dengon.vodafone.ne.jp/>



지진재해에 끄덕없는 지역사회실현을 목표로, 「미에현지진대책추진조례」를 제정하 였습니다!

(2004년 4월 1일 실행)

미에현에서는 언제 일어나도 이상하지 않은 동해지진이나, 금세기전반 지진발생이 예상 되는 동남 해지진, 남해지진에 대비하여, 자기 몸은 자기 스스로 지키는 「자조」, 자신의 지역은 모두함께 지키는 「공조」에 따른 지진대책을 추진하기 위해, 「미에현지진대책추진 조례」를 제정하였습니다. 구체적으로 현, 현민 사업자등 책무를 명확하게 하여, 예방, 응급, 복귀의 각 장면의 대책 을 정하고 있습니다. 이 조례에 따라서, 현, 시정촌, 현민, 사업자 및 봉사활동단체등의 제 휴에 따른 일환 으로 지진대책을 추진해 나갑시다.

자세한 사항은 홈페이지 「방재미에.jp <http://www.bosaimie.jp/>」 「만약_할 때」 를 참조하시기 바랍니다.

라이프라인은 여러분의 생명선



라이프라인(life line)은 전기, 가스, 수도, 전화, 식품류등과 생명이나 생활에 도움되는 시스템을 말합니다.

재해때는 피해로 인해 많은 라이프라인이 절단되어버릴때가 있습니다.

급히 필요할때에 대비해서 생명의 줄이라고 말할수있는 라이프라인의 연락처를 파악해 둡시다.

전기

쥬부덴리크가부시키가이샤 미에지점 (<http://www.chuden.co.jp/>)

영업소명	전화번호	담당구역
구와나	0594-22-1510	구와나시,이나베시,육카이치시일부,이나베군,구와나군,미에군일부
육카이치	059-353-0211	육카이치시, 수즈카시일부,미에군
수즈카	059-367-3710	수즈카시,가메야마시,육카이치시일부, 즈시일부
쯔	059-226-5559	쯔시,
마즈사카	0598-23-1000	마즈사카시,다키군, 즈시일부, 와타라이군일부
이세	0596-28-2134	이세시,도바시,시마시,와타라이군,타기군일부
우에노	0595-21-3215	이가시,나바리시, 즈시일부
오와세	0597-22-2011	오와세시,구마노시일부,기타무로군

간사이덴리크 주식회사 와카야마지점 (<http://www.kepco.co.jp/>)

영업소명	전화번호	담당구역
신구	0735-22-5211	구마노시일부,미나미무로군

가스

구와나시 가스 수도부 가스공급과 (<http://www.city.kuwana.mie.jp>) ☎0594-24-1268

도호가스 주식회사 미에지점(<http://www.tohogas.co.jp/>)

영업소명	전화번호	담당구역
육카이치	059-353-9151	구와나시,육카이치시,수즈카시,미에군
쯔	059-228-7161	쯔시,
마즈사카	0598-51-5518	마즈사카시
이세	0596-28-9101	이세시

우에노도시가스주식회사(<http://www.ueno-gas.co.jp/>) ☎0595-21-3611

사단법인미에켄엘피가스협회(<http://www.kintetsugas.co.jp/>) ☎0595-65-2311

사단법인미에켄엘피가스가스협회 ☎059-227-6238

전화

니시넵뽀전신전화 주식회사 미에지점(<http://www.ntt-west.co.jp/mie/>) ☎(국번 없음)116

주식회사NTT도쿄모 토카이(<http://www.docomo-tokai.co.jp/>)

☎0120-800-000/ (국번 없음) 151(도쿄모의휴대 자동차휴대 PHS만)

KDDI주식회사 au미에지점(<http://www.kddi.com/>) ☎059-355-3830

보다폰주식회사 나고야카스타마-센터 (<http://www.vodafone.jp/>)

☎0088-241-157/ (국번 없음) 157[보다폰의 휴대만]

10) 주식회사 쯔-카-세르라토-교- (<http://www.tu-ka-tokai.co.jp/>) ☎052-977-0151

케블텔레비

주식회사세이케이에이조넷트와크(http://www.intsurf.jp/tv/)	☎0594-24-0001
주식회사시-택CCNet호쿠세국(http://www.ccnetmie.co.jp/info/menu.html)	☎059-361-5522
주식회사시_티_와이 (http://www.cty-net.ne.jp/)	☎059-354-8070(본사) ☎0594-84-1788(이나베 영업소)
주식회사케블넷수즈카 (http://www.cns-tv.co.jp/)	☎059-388-3311
주식회사ZTV (http://www.ztv.co.jp/)	☎059-236-5111
이가우에노케블텔레비주식회사(http://www.ict.ne.jp/ict/)	☎0595-24-2560
주식회사아드반스코프 (http://www.advanscope.jp/)	☎0595-64-7821
마즈사카케블텔레비 스태순주식회사(http://www.mctv.jp/)	☎0598-50-2200(본사) ☎0599-44-4848(시마센터)
주식회사아이티비 (http://www.itv-mie.jp/)	☎0596-27-0700

철도

도카이료카쿠태즈도 주식회사 (http://www.jr-central.co.jp/)	☎059-226-6211(9시_20시)
니시넵뽀료카쿠태즈도주식회사 (http://www.westjr.co.jp/)	☎0570-00-2486/078-382-8686
킨키넵뽀태즈도 주식회사 (http://www.kintetsu.co.jp/)	☎052-561-1604(9시_19시)
이세태즈도 주식회사 (http://www.isetetu.co.jp/)	☎059-383-2112(8시30분_17시)
산기태즈도 주식회사 (http://www.sangirail.co.jp/)	☎059-364-2141(본사) ☎059-339-1141(산기선) ☎0594-76-3690(호쿠세-선) ☎059-365-9106(합승_전세버스)

버스

미에코즈 주식회사(<http://www.sanco.co.jp/>)

영업소명	전화번호	영업소명	전화번호	영업소명	전화번호
구와나	0594-22-0595	마즈사카	0598-51-5240	미야마	0597-32-1321
호쿠세-	0594-72-2469	이세	0596-25-7131	난키	0597-85-2196
육카이치	059-323-0808	시마	0599-55-0215		
미에현중부	059-233-3501	이가	0595-66-3715		

합프버스 주식회사(<http://www.happubus.co.jp/>)

☎ 0594-22-1034(운행) ☎0594-22-6320(영업) ☎0594-22-6321(총무)

철도

나카닛폰 고속도로 주식회사 (<http://www.c-nexco.co.jp>) ☎ 052-222-1620

미에켄도로코샤 이세시마관리사무소(<http://www.mie-duorokousya.or.jp/>) ☎0596-27-5423

국도의 무의처(<http://its.cbr.mlit.go.jp/>)

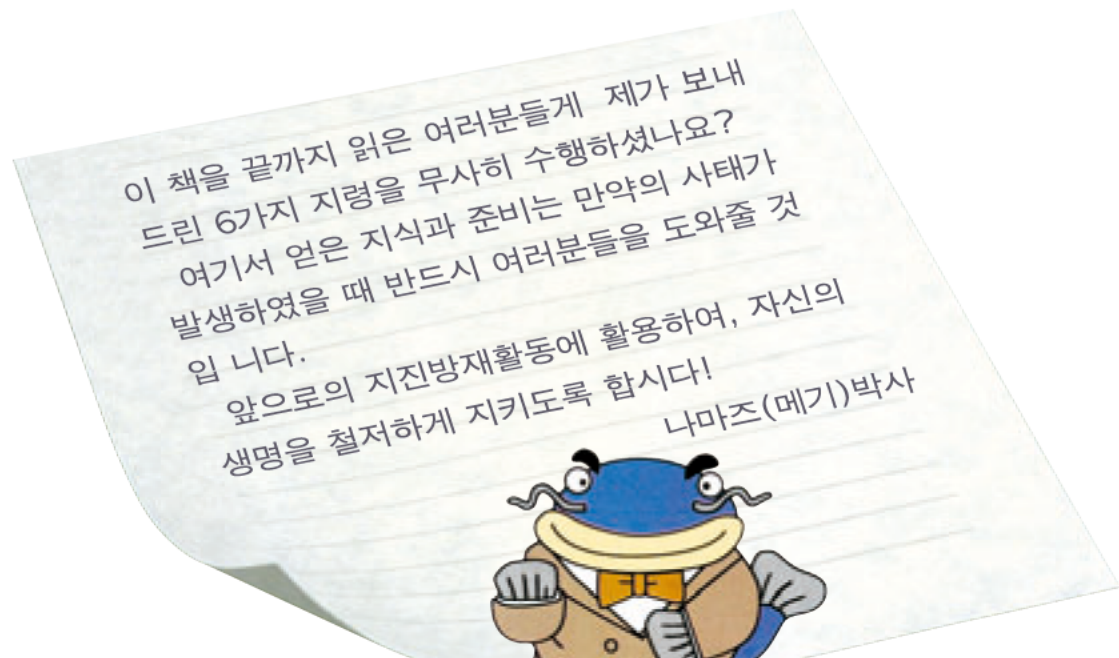
사무소명	전화번호	관리로선
호쿠세국도사무소	0595-82-1312	국도25호, 메이한국도
미에하천국도사무소	059-229-2221	국도1호, 국도23호, 국도25호, 국도258호
기세-국도사무소	0598-52-5366	국도42호

기타 국도 지방도 및 일반궤도의 무의처(<http://www.bosaimie.jp/mie/index.html>) :

미에현 현내지역정비부 도로보전실 ☎ 059 224 2675

라디오

AM	FM
NHK제1 729KHz 외	FM미에 78.9MHz 외
NHK제2 909KHz 외	FM육카이치 76.8MHz (호쿠세이지역만 청취가능)
CBC 1053KHz 외	NHKFM 82.5MHz, 81.8MHz 외
도카이 1332KHz 외	



이 책을 끝까지 읽은 여러분들께 제가 보내 드린 6가지 지령을 무사히 수행하셨나요?
여기서 얻은 지식과 준비는 만약의 사태가 발생하였을 때 반드시 여러분들을 도와줄 것입니다.
앞으로의 지진방재활동에 활용하여, 자신의 생명을 철저히 지키도록 합시다!
나마즈(메기)박사

지진방재확인 테스트! 지진방재에 대해서 어느정도 이해하셨습니까?

매년 체크해 봅시다.

		2006年	2007年	2008年
Q1	지진·해일 메카니즘(조직)을 이해하고 있다. P.5~8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q2	동해·동남해·남해지진동시발생시의 피해를 파악하고 있다. P.9~10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q3	가족끼리 정기적인 방재회의를 행하고 있다. P.11~14	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q4	지역 방재조직의 역할에 대해 파악하고 있다. P.15~16	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q5	언제 어느때 지진이 발생하여도 안전하게 피난할 수 있는 지식을 가지고 있다. P.17~22	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q6	재해를 당한 후의 생활을 상상할 수 있다. P.23~24	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q7	동해지진의 경계선언이 발령되었을 때의 행동을 파악하고 있다. P.25	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Q8	필요사항을 기입한 방재카드를 언제나 지니고 있다. P.26~27	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

대답을 못한 사람은 다시 한번 해당 페이지를 확인해 봅시다!

방재정보를 인터넷과 메일로 수신!

방재미에.jp

<http://www.bosaimie.jp/>

휴대전화, 컴퓨터 어느것이든 접속할 수 있습니다.

정부내각 방재정보 페이지 <http://www.bousai.go.jp/>

중앙방재회의 <http://www.bousai.go.jp/chubou/chubou.html>

국토교통부 방재정보 제공 센터 <http://www.bosaijoho.go.jp/>

미에현 방재위기 관리국 · 미에현 라이프라인기업 등 연락회의소

〒514-8570 미에현 츠시 고우메이쵸 13번지 TEL 059-224-2184 FAX 059-224-2199

감수 미에현 방재사업추진위원회

미에대학방재대책 프로젝트실

발행 2006년 3월

나마즈 박사의

긴급지령



나마즈(메기)박사

지진에서 몸을 지키자!



완전 보존판



미에현 지진방재 가이드 북

(韓國語版)