

# はじめに

私たちが暮らす日本は世界有数の地震国です。近年、各地で地震が多発し大きな被害をもたらしています。

「いつ発生してもおかしくない」といわれる東海地震説が昭和51年に発表され、平成14年には諏訪地域6市町村が、東海地震に関する「地震防災対策強化地域」として指定されました。また、糸魚川—静岡構造線断層帯での直下型による巨大地震も、高い確率で発生すると予想されています。

東海地震が発生すると、東海地域を中心に阪神・淡路大震災以上の被害をもたらす可能性が高いと考えられています。しかし、私たちが東海地震をよく理解し、その発生に備えることができれば、被害は最小限に食い止めることができるはずです。

こうした情報を住民のみなさんに知っていただき、いざというときに少しでも被害を減らすことができ、自分や家族の大切な命を守ることにつながればと考え、内容を一新した「地震防災ガイドブック」を作成いたしました。

大規模な災害時には、行政や公的機関だけでは対応が間に合わない場合があります。「自分の命は自分で守る」「自分達の地域は自分達で守る」を合い言葉に、ご家庭で、地域でこの冊子を活用され地域の防災力を高め、安全で安心して暮らせるまちづくりにご協力いただければ幸いです。

平成20年7月

岡	谷	市
諏	訪	市
茅	野	市
下	諏	訪
富	士	町
原		町
諏	訪	村
訪	広	域
		連合

## 目 次

●はじめに	1
●東海地震とは	2
●警戒宣言とは	3
●地震発生! その時あなたは?	5
●日頃からの備えは大丈夫?!	7
●非常持出し品・備蓄品	9
●地域の防災活動に参加しよう	11
●緊急地震速報	15
●災害伝言ダイヤル	16
●住宅の耐震診断と耐震補強	17
●防災拠点広域図	18
●わが家の防災メモ・防災関係機関連絡先一覧	裏表紙