

# ちば 県民だより

編集・発行 / 千葉県総合企画部報道広報課 〒260-8667 千葉市中央区市場町1番1号 TEL 043-223-2241 FAX 043-227-0146  
県人口 6,269,105人(対前月比3,795人減) 男 3,106,924人 / 女 3,162,181人 世帯数 2,800,516世帯(対前月比1,339世帯減)[令和4年2月1日現在]

# 3月号

通算  
第528号

毎月5日発行(1月のみ1日発行)

県庁代表電話 043-223-2110

パソコン・スマートフォン版

<https://www.pref.chiba.lg.jp/>



スマートフォンアプリ「マチイロ」で「ちば県民だより」が見られます



## もくじ

防災シミュレーション……………	2面	「ちばボランティアナビ」開設!……………	5面
新型コロナウイルス 関連情報……………	3面	県民ひろば……………	6~7面
「一人ひとりの働きたい」を応援します!……………	4面	チーバくんの今日はどこ行く?……………	8面

## あなたなら、どうする?

### 防災シミュレーションにチャレンジして 大災害を乗り越えよう!

災害は、いつ、どこで起きるかわかりません。  
突然、災害が起こったとき、あなたの日ごろの備えは十分だったか、  
とっさの判断は正しいのか。  
防災シミュレーションに挑戦して、改めて防災について考えてみましょう。



ここから  
スタート!

#### シミュレーションのやり方

**Q1** からスタートし、設問に答えながら、指示のとおり番号を進んでいきます。ゴールは全部で **G1** ~ **G6** の6種類。あなたは防災力を駆使して、無事災害を乗り越えることができるでしょうか。

**Q1** まずはあなたの自宅について教えてください。耐震強度は…

- ① 足りている **Q2** へ
- ② 足りていない **Q2** へ
- ③ わからない 裏面 **Q1** を確認して **Q1** に戻る

**Q2** 大きな家具はしっかり固定されていますか?

- ① 固定されているか、ベッドやソファに倒れないように配置を工夫している **Q3** へ
- ② そのまま部屋に置いてある **Q3** へ

**Q3** 今日は土曜日、午前11時。あなたが居間でくつろいでいると、突然ドーンと突き上げるような揺れが…

- ① **Q1** で①、**Q2** で①を選んだ **Q4** へ
- ② **Q1** で①、**Q2** で②を選んだ 裏面 **A1** へ
- ③ **Q1** で②を選んだ 裏面 **A2** へ

**Q4** 台所では昼食用のカレーを煮込んでいました。

地震を感じたあなたは、とっさに…

- ① キッチンへ火を止めに行く 裏面 **A3** へ
- ② 外へ逃げられるよう窓を開ける 裏面 **A3** へ
- ③ その場でしゃがんで頭を抱える 裏面 **A4** へ

**Q5** 外に出ると、見慣れた景色が別の街のようです。崩れた家や倒れた塀、あちこちで煙が上がっています。

そのとき携帯電話に津波警報のメールが入りました! 防災無線からも避難指示の放送が聞こえてきます。急いで逃げなくては…

- ① 最新の巨大堤防の上へ 裏面 **G2** へ
- ② 高台やビルの高層階へ 裏面 **A5** へ
- ③ 車でできるだけ遠くへ 裏面 **A6** へ

**Q6** 津波警報は解除されました。しかし実家の高齢の父母とまだ連絡が取れません。父母はスマートフォンが使えないため、災害用伝言ダイヤルにメッセージを残し(裏面 **Q6** 参照)、実家に向かって歩き始めました。商店街に差し掛かったところで、再び大きな揺れが! あなたはとっさに…

- ① 道の真ん中に逃げる 裏面 **A7** へ
- ② 塀の陰に逃げる 裏面 **G3** へ
- ③ ビルの中に逃げる 裏面 **A8** へ

**Q7** やっとの思いで実家に着くと、両親は無事で、喜んで迎えてくれました。片付けを手伝いながら、しばらく実家で一緒に過ごすことに。さて、食事はどうしよう?

- ① 備蓄しているものはない 裏面 **G4** へ
- ② ビスケットと水でまかなう 裏面 **G5** へ
- ③ 日持ちする食品などを多めに買い置きして備えている 裏面 **G6** へ

1月に南太平洋のトンガ諸島で発生した海底火山の大規模噴火によって津波注意報が出され、改めて津波を意識した方も多いのではないのでしょうか。

千葉県では注意報の発表を受けて災害即応体制をとり、関係市町村に職員を派遣するなど対応に当たりました。知事就任後は副知事と副市町村長とのホットラインも構築するなど、市町村と一体となって災害対応に当たっています。

津波への対応としては、東日本大震災を教訓に、九十九里沿岸では海岸の堤防などをかさ上げした他、一宮川など県が管理する7河川においても堤防のかさ上げを行いました。特に被害が甚大だった旭市の飯岡海岸では、津波が堤防を越えた場合でも壊れにくい構造の堤防を

整備するなど、災害に強い県づくりを進めています。

皆さまには各種災害での被害を想定したハザードマップをご確認いただき、いざという時の備えを万全にさせていただきたいと思っております。

新型コロナウイルス感染症の対応については、感染が落ち着いていた昨年12月に2カ所目の臨時医療施設を整備し、2月にも更に施設を増やし、3カ所で患者の受け入れを行っています。医療提供体制の拡充、中和抗体薬・経口薬の活用、県営のワクチン集団接種会場の設置などに取り組んでおり、かつてない規模の感染拡大に対し、医療関係者と連携しながら対応しています。

感染防止対策にご協力いただいている県民・事業者の皆さまに感謝申し上げます。

千葉県知事 熊谷俊人



### ① 家を耐震化しよう

家の耐震化は、地震から命を守るため大変重要です。まずは耐震診断を行い、必要に応じて耐震化工事をしましょう。特に耐震基準が大きく変わった1981年以前の基準で建てられた家は、耐震性に不安があります。耐震診断・耐震改修に補助制度のある市町村もあります。

### ② 家具を固定しよう

強い地震のとき、固定されていない家具は凶器に変わります。家具は必ず固定し、寝室や出入り口の近くに大きな家具を置かないようにするなど、配置を工夫しましょう。

### ③ 近所の助け合い

消防や警察は、災害が大規模であるほどすぐには来られません。巨大地震の発生直後は隣近所の助け合いが生命線です。地域の防災訓練などに積極的に参加しましょう。

### ④ まずは身を守ろう

揺れが強い間は何よりも自分の身を守りましょう。丈夫な机の下にもぐるか、手やかばんなどで頭を守ってその場にとどまります。火を止めたり、避難経路を確保するのは揺れが収まってからにしましょう。

### ⑤ 津波から逃げるには

津波避難は「できるだけ海から離れた高台へ自分の足で逃げる」が鉄則です。津波は堤防を越えて襲ってくることもあります。堤防は避難の時間をかせぐためのものと考えましょう。

### ⑥ 災害用伝言サービス

災害時に電話がつながりにくいときのために、災害用伝言ダイヤル171や、災害用伝言板など連絡方法を確認しておきましょう。

### ⑦ 安全な場所は？

繁華街では落下物が危険です。また、ブロック塀は倒れる危険があるので、地震の際は近寄らないようにし、公園など広い場所や、新しいビルの中などに逃げましょう。揺れが収まって、大勢の人が一斉に移動を始めると、集団転倒など思わぬ事故が起こる恐れがあります。むやみに移動せず安全な場所にとどまり、状況が落ち着いてから移動しましょう。

### ⑧ 備蓄しよう

救援物資はすぐに届くとは限りません。食料品や日用品は、最低3日分、できれば1週間分備蓄しましょう。多めに買い置きをし、古いものから順に使ってまた補充する「ローリングストック」という方法であれば、比較的無理なく備蓄が可能です。

### A1

地震だ！と思う間もなくキャスター付きの棚が突進してきて、あなたは悲鳴を上げました。家中が生き物のように激しく揺れ、食器棚や本棚が倒れて中身が宙を飛び交います。あなたはパニックになってうずくまりましたが、頭に何かがつつきり、意識が遠くなりました…。  
②を確認して G1へ

### A2

激しい揺れに転倒し、あなたは悲鳴を上げました。家中が生き物のように激しく揺れ、揺れています。バリバリと恐ろしい音が家を包み、全身に衝撃が走って意識が遠くなりました…。  
①を確認して G1へ

### A3

激しい揺れの中、あなたは動こうとしましたが、立っていることさえできずに倒れました。分厚い本が飛んできて頭にぶつかります。揺れが収まって起き上がると、手が血まみれに…額を切ったようです。台所の床にはカレーがぶちまけられていましたが、火は安全装置が作動して止まっていた。あなたは、皿の破片を踏まないように気を付けながら外へ出ました。  
④を確認して表面 Q5へ

### A4

あなたはその場にしゃがんで頭を抱えました。雑貨がバラバラ落ちてきて頭を守る手にぶつかります。揺れが収まって起き上がると、手に擦り傷はありますが大きなけがはありません。台所の床にはカレーがぶちまけられていましたが、火は安全装置が作動して止まっていた。あなたは、皿の破片を踏まないように気を付けながら外へ出ました。  
④を確認して表面 Q5へ

### A5

あなたは近くの高台へ急ぎ、息を切らしながら上まで登りました。津波はどうなっているのだろう…不安になりながら下を見ていると、灰色の水が現れ、ものすごい勢いで車や街路樹を道連れに、見慣れた道を埋め尽くしていききました…。  
⑤を確認して表面 Q6へ

### A6

津波のスピードは恐ろしく速いと聞いたことがあります。徒歩では間に合わないと思ったあなたは、急いで車に乗り込みました。しかし、大通りは鈴なりの渋滞です。これでは津波につかまってしまう…！慌てて車を道の端に寄せ、近所のスーパーに駆け込みました。屋上まで上って下を見ると、さっきまで自分がいた道を灰色の津波が飲み込んでいきます。あなたは恐怖に身震いました…。  
⑤を確認して表面 Q6へ

### A7

道の真ん中にも、ビルの窓ガラスが上からバラバラと降ってきます。あなたは上着をかぶってガラスを防ぎました。後ろでガン！と強烈な音がして振り向くと、古いビルの広告看板が落下していました。あれが直撃していたらと思うとゾッとします…。  
⑦を確認して表面 Q7へ

### A8

あなたは最近できたビルの中に逃げ込みました。道いっばいにビルのガラスの破片が落ちてるのが見えます。あのまま路上にいたらけがをしていたでしょう…。  
⑦を確認して表面 Q7へ

### G1 ゴール 助け合い

気が付くと周りは暗く体が痛みます。何かの下敷きになっているようで身動き一つできません。余震で家がきしむ中、あなたは必死に助けを呼び続けました。しばらくすると、遠くから誰かの声が…地域の防災会の人たちが見回りに来てくれたのです。あなたを見つけると、バールとジャッキを使って助け出してくれました。ああよかった…。近所の人たちには感謝してもしきれません。  
③を確認



### G2 ゴール 津波が迫る

あなたは海沿いにある巨大堤防に上りました。東日本大震災後に完成した最新の堤防だから安全なはずだ…。20分ほどすると、水平線に帯のような津波が現れ、みるみる迫ってきます。この堤防よりはるかに巨大じゃないか…？あなたは近づいてくる黒い塊を茫然と見つめました。  
⑤を確認



### G3 ゴール 塀の下敷き

あなたは頑丈そうな塀にとっさに身を寄せましたが、激しい揺れに塀が崩れて下敷きになってしまいました…。幸い頭は無事ですが、足が挟まって動けません。通行人に助けを求めますが、みんな自分のことで手いっぱいなのか、立ち止まってくれません。  
⑦を確認



### G4 ゴール 家族げんか

実家には全く備蓄がなく、避難所に行ってみました。被害が激しく救援物資が届くめどが立っていないと言われました。3日目ようやく物資が届きましたが、おにぎり一つもらうのにも長時間並ばなければいけません。満足に食べていないあなたと両親は、イライラしてけんかになってしまいました。  
⑧を確認



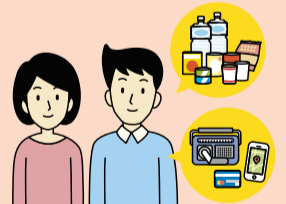
### G5 ゴール 体調不良に

実家には水と長期保存のビスケットが十分備蓄されていましたが、味気ない食事に2日で飽きてしまいました。災害が大きく、商店もなかなか再開しません。あなたと両親は便秘気味になり、気持ちもすっかり沈んでしまいました。  
⑧を確認



### G6 ゴール 災害を乗り切る

電気が止まっているため、まずは冷蔵庫の中のもの食べました。実家では災害に備えて、レトルト食品や缶詰なども多めに買い置きがしてあり、カセットコンロを使うと温かい食事をとることができました。あなたと両親は助け合いながら、無事災害を乗り切ることができました。  
⑧を確認



### >>> シミュレーションの続きに挑戦！

あなたは無事災害を乗り切ることができましたか？千葉県防災ポータルサイト「じぶん防災」では、災害への備えについて詳しく解説している他、このシミュレーションの続きに挑戦できます。大地震の後にまさかの豪雨災害…！？さあ、あなたなら、どうする？



じぶん防災 検索