

# もし今、地震が起きたら

～命を守る備えと退避行動～

## 企画 意図

過去に起きた大地震の教訓をもとに、地震時の心得が伝えられてきました。しかし近年の地震被害に関する研究や、社会情勢の変化に伴い、それらの心得が現在でも有効かどうかの検証が進められています。

未曾有の大災害となった東日本大震災の経験も踏まえ、いま求められる地震時の心得、地震への備えを考えます。

## 内容

### ■ 伝えられてきた「地震時の心得」を検証する

火を消し、ドアを開け、机の下にかくれる……震度7の強い揺れの中で、こうした行動がとれるのかどうかを起震装置で実験。強い揺れの場合には、無理な退避行動がかえって被害を大きくすることを明らかにします。



### ■ 場所の危険性を考える

地震時に家の中にいるとは限りません。海岸付近にいる場合、崖の近くにいる場合など、それぞれの場所の危険性を知っておくことが重要です。



### ■ 緊急地震速報を行動に活かすには

緊急地震速報により、わずか数秒とはいえ退避行動をとる時間的な猶予が与えられます。しかし地震時にどう行動すればよいのかを普段から考えておかなければ、その数秒を活かすことはできません。



### ■ 事前の備え

退避行動とともに、命を守るために欠かせないのが事前の備えです。実大家屋の耐震実験、家具転倒の実験などを通して、耐震補強や家具転倒防止の重要性を明らかにし、家庭内でできる備えの数々を紹介します。事前の備えがあつてこそ、退避行動の選択肢を増やすことができるのです。



### ■ まとめ

東日本大震災は、それまでの想定をはるかに超える大きな災害となりました。いつまた大地震が来てもおかしくない国に私たちは暮らしています。自分の身は自分で守る……地震への備えに「やり過ぎ」はないのです。



プロデューサー 川越 英一／吉田 和義  
構成・演出 佐々木利男  
撮影 松丸 武彦  
音楽・効果 シネマサウンドワークス

制作協力 吉田映像工房

企画・制作 東映株式会社 教育映像部

■協力 株式会社 社会安全研究所

気象庁  
東京消防庁  
東京消防庁・本所防災館(本所都民防災教育センター)  
独立行政法人 防災科学技術研究所  
日本木造住宅耐震補強事業者協同組合(木耐協)  
天然工房  
NHK  
NTTドコモ