

# 海啸避难指南

●此指南,以宫城县公布表的“海啸浸水设想”为基础,考虑到海啸的河川逆流而制作,有海啸危险的区域和避难场所,为迅速避难而汇集的必要事项。

●请确认您及家属平时生活的场所,在感到大的震动及长时间晃动,得到海啸消息时,能够立刻避难做准备。

拥有过去发行的第1版至第5版的人员,由于避难区域和避难场所的内容有所不同,请将其废弃。

(纸张可以废物再利用,请作为杂纸区别处理。)

## 1 要平时做准备

- 作为非常时带出物品,请常备手电筒,携带收音机,非常食品,水等,放在一处并可带出。
- 固定寝室及出入口附近的家具等,要确保向外的通道。
- 备好保暖衣物,毛毯,暖手袋等,为寒冷季节的避难做准备。



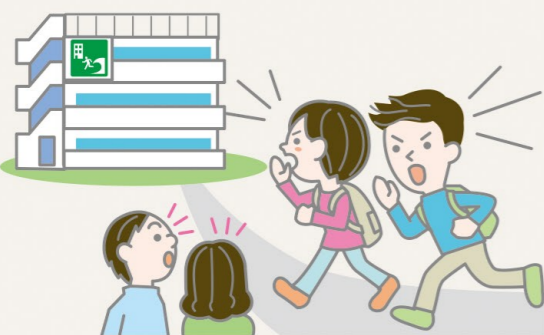
## 2 决定海啸避难场所,要确认实地

- 要瞬间即可行动,平时要决定避难场所,事先确认避难路线及楼梯口等。
- 自家以外还要确认学校,工作单位等的避难场所。
- 每年都要参加避难训练等的防灾训练。



## 3 感觉到大的震动及长时间晃动时,要马上避难

- 不等海啸信息就要避难。
- 要向海啸避难区域的内陆侧,或附近的避难场所,立刻避难。
- 不要局限于设想,要尽可能的更快的,向更高处,更远处避难。



- 请不要靠近海及河川。
- 原则是要徒步避难。**  
(如果驾车,就有卷入事故及堵塞的危险性。)
- 要一边大声呼喊「海啸来了一!」「快逃啊一!」等,一边率先避难。

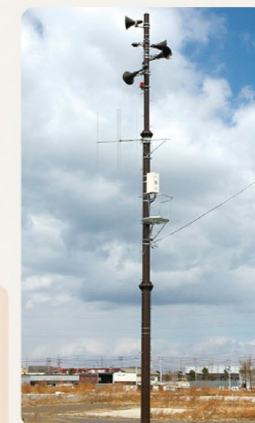
### 问询

危机管理局	减灾推进课	TEL 022-261-1111(总机)
宫城野区政府	区民生活课	TEL 022-291-2111(总机)
若林区政府	区民生活课	TEL 022-282-1111(总机)
太白区政府	区民生活课	TEL 022-247-1111(总机)

◆此指南,是在东北大学灾害科学国际研究所(海啸工程)的指导下制作。

## 4 要积极的收集信息

除海啸信息传达系统(室外扩音装置)及宣传车等的信息之外,要从电视及收音机等积极的收集信息。



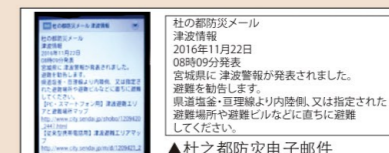
▲室外扩音装置

### ●海啸信息传达系统(室外扩音装置) ※只有日语

从在海啸避难区域等设置的室外扩音装置及按户收音装置,迅速的用警报器和声音,一齐传达海啸信息及避难消息。

### ●杜之都防灾电子邮件 ※只有日语

向手机电话等发布海啸消息。需要事先登录。



详细在这边→

### ●紧急速报电子邮件

通过各手机电话公司,在海啸警报和大海啸警报发表时,发布避难信息。

### ●仙台市危机管理局微博

检索·登录「仙台市危机管理局微博」或「@sendai\_kiki2」,就能够阅览各种防灾信息。

详细在这边→

### ●仙台市避难信息网站

智能手机,个人电脑,用来自手机等的简单的操作,能确认在地域被发表的避难信息和避难所。

详细在这边→

### ●仙台避难信息电话服务 ※只有日语

发生灾害时,向没有手机和智能手机的家庭座机,通过自动语音发送避难信息。需要事先登录。

详细在这边→

问询:危机管理局危机对策课 TEL 022-214-3049

※详细及登录方法等,请阅览市网页(防灾·紧急信息)。  
(<https://www.city.sendai.jp/kikikanri/kurashi/anzen/saigaitaisaku/sonaete/joho/index.html>)

## 5 至海啸警报等解除,请不要离开安全的场所

- 海啸发生时,会反复到达,也有第2波以后要比第1波大的可能性。
- 至海啸警报等解除,请不要精神松懈,不要离开安全的场所。



远地海啸(智利等,由于远地的地震海啸)的情况也同样要进行信息收集,避难。

# 海啸避难区域和避难场所地图

有关海啸区域的详细情况和海啸浸水设想(浸水深度),  
请确认“仙台生活地图”。※只有日语

<https://www2.wagmap.jp/sendacity/Portal>

请确认海啸避难区域。在进入此区域之际,请不要忘记携带收音机及  
手机电话!

2022年11月



## 避难设施·场所一览

1. 作为暂时的避难处可以利用的设施·场所 (紧急对应型)
- 1 accel
  - 2 仙台海之杜水族馆
  - 3 仙台冷藏仓库仙台港第三中心
  - 4 麒麟啤酒
  - 5 中野五丁目海啸避难塔楼
  - 6 扇扩
  - 7 日铁住金建材海啸避难塔楼
  - 8 港南海啸避难塔楼
  - 9 南蒲生海啸避难塔楼
  - 10 冈田海啸避难楼
  - 11 新滨海啸避难塔楼
  - 12 笹屋敷海啸避难楼
  - 13 荒滨小学校  
现在没有作为学校使用。
  - 14 三木冢长屋敷海啸避难塔楼
  - 15 三木冢海啸避难楼
  - 16 井土海啸避难塔楼
  - 17 二木海啸避难楼
  - 18 种次海啸避难楼



- 海啸避难场所 (室外)
- 19 避难阶梯(仙台1)
  - 20 避难阶梯(仙台2)
  - 21 避难阶梯(仙台3)
  - 22 避难阶梯(仙台4)
  - 23 避难阶梯(仙台5)
  - 24 冒险广场(避难之丘)
  - 25 避难之丘

2. 对避难的长期化也能够对应的设施 (逗留对应型)
- 26 高砂中学校 ※1
  - 27 冈田小学校 ※1
  - 28 中野荣小学校 ※2
  - 29 中野中学校 ※2
  - 30 福室小学校 ※2
  - 31 田子小学校
  - 32 田子中学校
  - 33 高砂小学校
  - 34 高砂市民中心 ※2
  - 35 鹤卷小学校 ※2
  - 36 荒井小学校
  - 37 蒲町中学校
  - 38 蒲町小学校
  - 39 七乡小学校
  - 40 七乡中学校
  - 41 冲野中学校
  - 42 冲野小学校
  - 43 冲野东小学校
  - 44 六乡小学校 ※2
  - 45 六乡中学校 ※2
  - 46 郡山小学校
  - 47 袋原中学校
  - 48 袋原小学校
  - 49 四郎丸小学校
  - 50 东四郎丸小学校 ※2

## 指定避难所

- ※1 大海啸警报发布中, 要去屋顶等高处避难。  
※2 大海啸警报发布中, 请到2楼以上避难。

**海啸避难地区 I**  
Tsunami Inundation Area I  
大海啸警报时,海啸警报时  
需要避难的区域

**海啸避难地区 II**  
Tsunami Inundation Area II  
大海啸警报时  
需要避难的区域

- 东日本大震灾的海啸到达线
- 仙台东部道路·仙台南部道路
- 县道盐釜亘理线
- △2.0 海拔(m)

## 海啸警报等的种类与避难处

大海啸警报 (超过3m)	请从海啸避难区域 I + II 向内陆侧立刻避难。
海啸警报 (1~3m)	请从海啸避难区域 I 向内陆侧立刻避难。
海啸注意报	请迅速离开海岸线和河口,从海岸堤防向内陆侧避难。

徒步向海啸避难区域 (I · II) 的外侧避难有困难时, 请向附近的避难设施·场所立刻避难。

由于东日本大震灾的影响, 确认有沿岸部的地表下沉。因此, 在进入之际, 请注意。

东日本大震灾的海啸到达线,是引用国土地理院的公布数据。另外,以新的见解为基础,追加一部分已确认的浸水区域。