



1 津波とは

津波とは地震等による海底地盤の隆起や沈降によって、海水が上下に変動することで引き起こされます。海水そのものが水の塊となって動くため、風によって引き起こされる波よりも威力は大きく、その規模によっては壊滅的な破壊力を持っています。津波の「津」とは「港」を意味し、「波」とは「津」に押し寄せた異常に大きな波のことを意味します。

津波の特徴

- 津波の速さと高さ**
津波の速度は、海の深いところでは速く、浅くなるにつれて遅くなるが、波の高さは浅くなるほど高くなります。
- 繰り返して襲ってくる**
津波は2度3度と繰り返して襲ってきます。また、波の高さは1度目よりも2度目の方が高いこともあります。
- 押し波と引き波**
津波が沖合から海岸に向かって進行する場合を押し波と言います。津波が海岸から沖合に向かって進行する場合を引き波と言います。
- 河川の遡上**
津波が河川を遡上し、堤防を越えたり壊れたりすると、被害をもたらすことがあります。

用語解説

- 津波高**
海岸線における、平均海面から津波の水面までの高さ
- 到達時間**
津波が海岸に到達するまでの時間
- 浸水深**
それぞれの場所において、水面が最も高い位置にきたときの地面から水面までの高さ
- 基準水位**
浸水深+建築物等の衝突によるせり上げ高さ

2 津波から命を守るために

自らの命は自ら守る

海や川の近くにいる地震にあったら、すぐに避難することが大原則です。

適切な避難のために

- 津波警報を見たり聞いたりしたら急いで逃げる。
揺れが小さくても大きな津波が起こることもあり得ます。
- できるだけ早く海や川から離れましょう。
津波は低いところから襲います。できるだけ早く、海や川から離れ、高いところへ逃げましょう。
- 無駄なものは持ち出さない
必要以上のものを持ち出さないようにしましょう。避難の妨げとなる可能性があります。
- 情報の入手手段
ラジオやテレビ、インターネット、防災行政無線(屋外にいる方)等により、正しい情報を事前に入手しましょう。

津波でんでんこ

「でんでんこ」とは「でんでんばらばら」を表す東北地方の方言です。「津波はあつたら間にやってくるな、各自でんでんばらばらに高いところへ逃げなさい」という意味を込めて「津波でんでんこ」と言われ、自らの命は自ら守るという大原則を表しています。

家族や地域で事前に話し合う

津波避難は一刻を争うため、揺れればなった家族を探したり、とっさの判断に迷って逃げ遅れてしまったりともしょそそとでもなるといけません。そのため、たとえ家族が離ればなれになったとしても、適切な避難行動がとれるように、家族や地域でお互いの行動をあらかじめ話し合い、決めておくことが大切です。

3 津波警報・注意報と津波情報

情報の種類

津波による災害が予想される場合、大津波警報(特別警報)、津波警報、津波注意報を発表し、同時に到達予想時刻や予想される津波の高さなど「津波情報」を発表します。津波による被害の恐れが無い場合は、津波予報を発表します。

警報・注意報の種類ととるべき行動

津波の種類	予想される津波の高さ(平均海面からの高さ)	とるべき行動	想定される被害
大津波警報	10m 超 (10m 超)	沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに避難所や高いビルなど安全な場所へ避難してください。津波は繰り返して襲ってくるので、津波警報が発表されるまでなるべく高いビルなどに避難してください。	木造家屋が全壊・流失、人は津波による被害を受けます。
津波警報	3m (1m 超 3m 以下)	ここら安心と思わず、より高い場所を目指して避難しましょう。	標高の低いところでは津波が襲い、津波被害が発生する。人は津波による被害を受けます。
津波注意報	1m (0.5m 超 1m 以下)	海の中に入っている人は、ただちに海上から上がり、海岸から離れてください。津波警報が発表されるまでなるべく高いビルなどに避難してください。	海の中に入っている人は津波に巻き込まれる。小規模な被害が発生する。

津波に関する情報の発表タイミング

- 地震(津波)発生**
 - 約3分: 津波警報・津波注意報(警報・注意報にもとづいて発表)
 - 約15分: 津波情報(津波到達予想時刻・予想される津波の高さ)
 - 約15分: 津波予報(津波による被害の恐れがなくなった後)
- 数時間~数日**: 津波警報・津波注意報一部解除
- 全解除へ**: 津波警報・津波注意報一部解除

4 東日本大震災の教訓

津波の教訓を生かす

2011年3月11日に発生した東日本大震災は、約19,000人の方が津波の犠牲になりました。今後、このような犠牲者を出さないため、この震災の経験を教訓とし、震災を自分のこととして考えることも大切です。

見えてくる教訓

- 津波避難は一刻を争うもの。ためらわずに急いで避難する。
- 家族や親戚が心配でも、海や川のそばには絶対に戻ってはいけません。
- 車での避難は危険。渋滞に巻き込まれ、逃げ遅れることがある。
- 油断をしない。予想外に大きな津波に襲われることがある。
- 地震による停電や機器の故障などで津波警報の情報がとれないこともある。情報に依存せず、適切に避難する。

津波災害に備えて

このハザードマップを見て、津波や津波避難について家族や地域で話し合おう。普段から、津波の恐ろしいことや避難の方法など災害時の行動を話し合っておくことが、いつ襲ってくるかわからない津波に対する有効な備えとなります。

【参考資料】気象庁ホームページ、一般財団法人日本気象協会「津波の基礎知識」 【写真出典】国土交通省「東日本大震災の記録—国土交通省の災害対応—」