

# 備災 ~知って備えて~



## 津波から命を守るには



素早い避難

海の近くで強い揺れを感じた時や、弱くても長い時間ゆっくりとした揺れを感じた時は、**急いで高台**などの安全な場所へ避難しましょう。



海が近くになくても、川を逆流して津波は襲ってきます。川の近くにいる時も避難しましょう。

戻らない

津波は何度も繰り返し襲ってきます。海が穏やかに見えても、**大津波警報・津波警報や注意報が発表されている時は避難を続けましょう。**



まず自分

あらかじめ津波が来たらどこに逃げるか家族で決めておきましょう。

その上で、**家族は必ず避難していると信じて、まずは自分自身が避難をしましょう。**



図記号



【津波避難場所】

津波から命の安全を確保するために避難する場所



【津波避難ビル】

津波から命の安全を確保するために避難するビル

## 避難をためらう要因

### 正常性バイアス

心の平常を保つため、危険を過小評価し、「たいしたことはない。大丈夫」と思い込む。



### 同調性バイアス

みんなと異なる行動をとることで「変に思われたくない。」などと考えてしまう。



でしょ  
どうせ今度も大丈夫

### 確証性バイアス

オオカミ少年効果と呼ばれるもので、前回避難したが何もなかったため、今回は避難しなくても大丈夫と思う。

