

2024  
令和6年  
8月号

No.557

ちば



チーバくん

# 県民 だより

毎月5日発行（1月のみ1日発行）

## 目次

- ・マイ・タイムライン 地震編 1～2面
- ・新しいスポーツを楽しもう! 3面
- ・日本一の千葉の梨  
シーズン到来! ほか 4～5面
- ・県民ひろば 6～7面
- ・どこ行く?/旬のレシピ/  
ちばの星/クイズ&プレゼント 8面

## 千葉県庁

代表電話 043-223-2110

ホームページ <https://www.pref.chiba.lg.jp>

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

☎043-223-2241 FAX 043-227-0146

（県人口）6,277,536人（対前月比1,787人減）  
男3,108,240人/女3,169,296人

（世帯数）2,906,317世帯（対前月比1,280世帯増）

〔令和6年7月1日現在〕

掲載の情報は7月24日（水）時点のものです。



ちば県民だより  
ホームページ、  
マチイロ



千葉県広報X



千葉県公式  
LINE



千葉県防災X  
マチイロ

2024 CHIBA  
AQUA LINE  
MARATHON

11/10<sup>①</sup>  
開催

当日は交通規制を行います。皆様のご  
協力をお願いします。詳しくは大会公式  
ホームページをご確認ください。

ちばアクアラインマラソン2024 検索



作ってみよう!

# マイ・タイムライン 地震編

～私の防災行動計画～

問 県危機管理政策課 ☎043-223-2176

FAX 043-222-5208

## マイ・タイムラインとは?

災害が発生したときに、自分や家族が「いつ」「何をするのか」を時系列に整理してまとめた物が「マイ・タイムライン」です。

地震はいつ起こるか分かりません。あらかじめマイ・タイムラインを作成し、防災行動の計画を立てておくことで、慌てずに避難行動を取り、自分自身や大切な人の命を守ることにつながります。

STEP 1

## まずはハザードマップを手に入れよう!

ハザードマップとは災害の被害が想定される範囲や避難場所などを示した地図のこと。お住まいの市町村で配布しているほか、市町村のホームページなどでも確認できます。

STEP 2

## ハザードマップで確認し、記入しよう!

日頃やっておくべき事を  
考えてみよう

どのくらい揺れる?	どこに避難する?	配慮のいる状況はある?
<p>自宅で想定される震度は</p> <p>震度 _____</p> 	<p><b>指定緊急避難場所</b> 災害の危険から一時的・緊急的に避難するための場所</p> <p>① _____ ② _____ ③ _____</p> <p><b>指定避難所</b> 被災者が一定期間滞在する施設</p> <p>① _____ ② _____ ③ _____</p> <p>▲上記までの経路に、液状化・津波・土砂災害などの危険がないか確認しましょう。 どこに→ _____ どんな危険→ _____</p>	<p><b>避難に支援が必要な方がいる場合</b> (高齢者、乳幼児、障がいのある方など)</p> <p><input type="checkbox"/> 隣近所との関係づくり <input type="checkbox"/> 避難を支援してくれる人の確保 誰? → _____ <input type="checkbox"/> 防災訓練に参加 <input type="checkbox"/> 離れて暮らす家族による見守り (定期的な訪問など) <input type="checkbox"/> _____</p> <p><b>ペットがいる場合</b></p> <p><input type="checkbox"/> ペット用備蓄品の確保 <input type="checkbox"/> 避難経路の確認 <input type="checkbox"/> 同行避難に必要なしつけや健康管理 <input type="checkbox"/> _____</p> <p>※「ペット 防災 ○○市(町・村)」などで検索してお住まいの市町村の情報を確認してみましょう。</p>

## 知事 メッセージ 県民の皆さまへ

元日に発生した能登半島地震を受け、千葉県では速やかに県職員を派遣し、現地の復旧復興を支援するとともに、同じく半島である千葉県における防災対策の強化に着手しています。

災害時に孤立する可能性のある集落を把握するために調査を実施したところ、土砂災害や液状化による道路の損傷などで532集落に孤立の可能性があり、耐震化された避難所がない集落や、避難所があったとしても十分な備蓄がない状況が確認されました。

そこで、千葉県では5月に関係機関連絡会議を開催し、今後の対策を取りまとめ、その対策を速やかに進めるため、6月補正予算を計上したところです。

補正予算には、自主避難所やヘリポートの整備、備蓄の強化などを市町村が実施する場合に令和8年度までの3年間で集中的に支援する「孤立集落対策緊急支援補助金」のほか、道路の寸断などによる孤立集落の発生を防ぐための緊急輸送道路におけるのり面緊急点検の予算が盛り込まれています。

能登の被災地に派遣された職員は多くの教訓を持ち帰ってくれましたし、私自身も3月に能登の被災地を訪れ、現地の状況や課題を把握しました。私はこれまでさまざまな被災地を自分自身で訪問したり、災害対応に当たった方々から当時の振り返りを聞くことにしています。

過去の災害に学び、常に実践的な備えを怠らないことが大事です。

皆さまも改めてご自身やご家族の備えを再確認いただければ幸いです。

ともに防災県・千葉を確立していきましょう。



能登半島地震を踏まえた  
関係機関連絡会議(5月24日)

千葉県知事 熊谷俊人

# STEP 3 マイ・タイムラインを作ってみよう!

経過	私と家族の行動
<p><b>確認したらチェック</b> <input checked="" type="checkbox"/></p> <p><b>日頃の備え</b></p> <p>取るべき行動を書き出してみよう!</p>	<p><b>備蓄品</b>…電気・ガス・水道などが止まった場合や、公的な支援物資がすぐに届かない場合に備えて用意しておく物(最低3日分、できれば1週間分)</p> <p><input type="checkbox"/>水・食料品    <input type="checkbox"/>カセットコンロ・カセットボンベ    <input type="checkbox"/>簡易トイレ</p> <p><input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____</p> <p><b>非常用持ち出し品</b>…安全に避難するために、最低限持ち出す物(重さは男性15kg、女性10kgが目安)</p> <p><input type="checkbox"/>水・非常食    <input type="checkbox"/>簡易トイレ    <input type="checkbox"/>懐中電灯    <input type="checkbox"/>現金    <input type="checkbox"/>マスク</p> <p><input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____</p> <p>※備蓄品・非常用持ち出し品は、人によって必要な物が異なります。ご家庭の状況に合った物を準備しましょう。</p> <p><input type="checkbox"/>家族と災害時の連絡方法や集合場所を決める    <input type="checkbox"/>自宅の耐震性を確認</p> <p><input type="checkbox"/>避難場所・避難所への経路を確認    <input type="checkbox"/>地震保険に加入</p> <p><input type="checkbox"/>家具の転倒・落下・移動対策、配置を見直す    <input type="checkbox"/>地域の防災訓練に参加</p> <p><input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____    <input type="checkbox"/>_____</p>
<p><b>地震発生!</b></p> <p>まずは自分の身を守る</p>	<p><input type="checkbox"/>姿勢を低く、頭を守り、揺れが収まるまで動かない    <b>外出先では</b></p> <p><input type="checkbox"/>丈夫な机などの下に避難    <input type="checkbox"/>ブロック塀の倒壊や落下物に注意</p> <p><input type="checkbox"/>倒れてくる家具や落下物に注意</p> <p><input type="checkbox"/>慌てて外へ飛び出さない</p> <p><input type="checkbox"/>無理に火を消そうとしない</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p>
<p><b>揺れが収まったら</b></p> <p>落ち着いて状況確認</p>	<p><input type="checkbox"/>火の始末(無理のない範囲で)    <b>外出先では</b></p> <p><input type="checkbox"/>窓やドアを開け、出口を確保    <input type="checkbox"/>慌てて施設の出口や階段に行かない</p> <p><input type="checkbox"/>テレビ・ラジオ・自治体の広報などから正しい情報を得る</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p>
<p><b>避難準備</b></p> <p>同程度の地震に注意</p>	<p><input type="checkbox"/>非常用持ち出し品の中身を確認    <b>外出先では</b></p> <p><input type="checkbox"/>動きやすい服装・靴を用意    <input type="checkbox"/>施設の誘導係員の指示に従う</p> <p><input type="checkbox"/>ブレーカーを切り、ガスの元栓を閉める</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p>
<p><b>避難行動</b></p> <p>安全な場所へ避難する</p>	<p><input type="checkbox"/>自宅が安全であれば在宅避難    <b>外出先では</b></p> <p><input type="checkbox"/>隣近所と声を掛け合い、安否確認やできる範囲で救出・手当てを行う    <input type="checkbox"/>むやみに移動を開始せず、職場や学校などの安全な場所にとどまる</p> <p><input type="checkbox"/>ブロック塀やガラスの破片など危険な物に注意</p> <p><input type="checkbox"/>崖や海岸など危険な場所には近づかない</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p> <p style="text-align: center;"> 避難場所     避難所</p>
<p><b>避難所生活</b></p> <p>協力し合って過ごそう</p>	<p><input type="checkbox"/>災害用伝言ダイヤル(171)やSNSを活用し、家族や知人に無事を知らせる</p> <p><input type="checkbox"/>ルールを守って生活する</p> <p><input type="checkbox"/>避難所の運営に積極的に参加する</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p> <p><input type="checkbox"/>_____</p>

**やってみよう!**

## ローリングストック

食料品や日用品を多めに買い置きし、古い物から順に使い、使った分を補充していく備蓄の方法です。比較的無理なく長期の備蓄ができ、災害時に日頃から食べ慣れた物を食べるすることができます。



備える

消費する

買い足す

## 危険が迫ったらすぐ避難!!

マイ・タイムラインのとおり状況になるとは限りません。自分の身に危険が迫っているときは、ためらうことなく避難し、命を最優先に行動しましょう。

**外出先では**

旅行先など不慣れな場所に滞在するときは、あらかじめその場所のリスクや近隣の避難先を確認しましょう。危険が迫っているときは直ちにその場から避難しましょう。

**海の近くでは**

津波注意報・津波警報が出たときは、すぐにその場から離れ、高台に逃げましょう。いざというときに落ち着いて避難できるよう、津波避難に関するマーク(下図)がある場所を確認しておきましょう。

 津波注意     津波避難場所     津波避難ビル

**STOP! 一斉帰宅 普及啓発チラシ**

大規模地震発生時

**あなたの待機がいのちを守る**

72分

待機時の「むやみな」移動は思わぬ事故を誘発します。

待機中に待機を要する

大規模地震の発生 → 通勤先や学校、職場への対応 → 待機中に待機を要する

**「とりあえず」で駅に向かうもSTOP!**

〇職場、学校、一時滞在施設など安全な場所にとどまりましょう

**STOP! 一斉帰宅**

作成：内閣府(防災担当)調査・企画担当

## 避難所運営に参加しよう!

避難所では、普段とは異なる環境で多様な方々と助け合って過ごす必要があります。みんなが少しでも安心して快適に過ごせるよう、ルールを守り、避難所運営にも積極的に参加しましょう。

マイ・タイムラインを作るときの参考になる情報や、マイ・タイムライン(地震編・風水害編)の記入シートなどを公開しています。



千葉県 マイタイムライン 検索

国土交通省が運営する「ハザードマップポータルサイト」では「重ねるハザードマップ」や「わがまちハザードマップ」などの機能を提供しています。



ハザードマップポータルサイト 検索

1~2面を切り離して  
分かりやすい場所に保管しておこう!