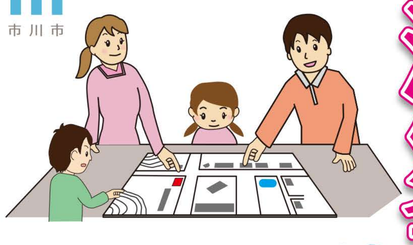
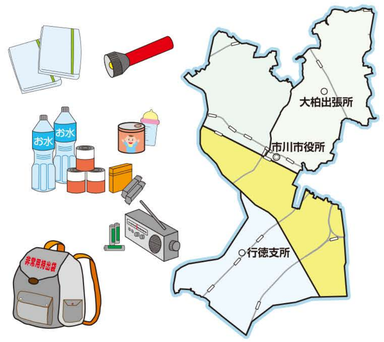
日ごろからの確認で大地震に備える

中部版

市川市

市川市 減災マップ 中部版





2025年3月改訂

▲改定後の変更はこちら

地震はいつどこで発生しても不思議ではありません。
地震などの自然災害の発生を防ぐことはできませんが、
普段からの備えをすることによって被害を減らすことができます。
いざというときのために「市川市減災マップ」を活用してください。

非常持ち出し品・備蓄品チェックリスト

非常持ち出し品は、避難するときに持ち出す最小限の必需品。男性で15kg、女性で10kg程度を目安にリュックなどの持ちやすい状態で準備しておきましょう。

非常持ち出し品

非常持ち出し品
- □ 懐中電灯・予備電池
- □ ライター・マッチ
- □ ローソク
- □ ナイフ
- □ タオル・毛布
- □ ちり紙・ビニール袋
- □ 携帯ラジオ
- □ 救急箱・常備薬
- □ マスク
- □ 通帳・印鑑
- □ 現金・保険証
- □ 手袋
- □ 衣類
- □ スニーカー

備蓄品リスト

共通
- 食料
  - □ 水
  - □ レトルト食品・缶入りパン
- 感染予防
  - □ 消毒液
  - □ 体温計等
- 食料・感染予防以外
  - □ トイレットペーパー
  - □ 割箸・コップ・トレンドバッグ
  - □ 水不要ヨーグルト・シャンプー
  - □ ウェットティッシュ
  - □ カセットコンロ（ガスボンベ）
  - □ 鉛水袋
  - □ 携帯トイレセット（排便袋、凝固剤）
  - □ 使い捨てカイロ
  - □ 携帯電話（スマホ）用充電器
  - □ 工具
  - □ 身分証（コピー）
  - □ 筆記具（マジックマスクフォッシュなど）
  - □ 食品用ラップフィルム

高齢者
- □ 入れ歯用洗浄剤
- □ オムツ
- □ 尿漏れパッド
- □ おしりふき
- □ 介護食

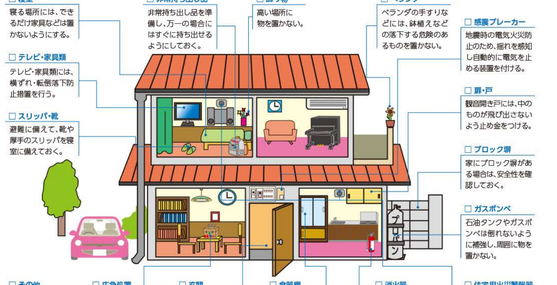
女性
- □ 生理用品
- □ 痛み止め

乳幼児
- □ 粉ミルク
- □ 離乳食
- □ オムツ
- □ おしりふき
- □ 哺乳瓶
- □ 哺乳瓶用消毒液
- □ お菓子

ペット
- □ ペットフード
- □ トイレ用品
- □ ケージ
- □ リード
- □ 移動用リュック

この欄が、必要なものがあればリストに加えましょう！
- □
- □

わが家の減災チェックリスト



集合住宅においては、右記の内容も併せてチェックしてください。
- □ 携帯トイレや非常用トイレの備蓄　排水管が破損している状態でトイレを使用すると、下の階で汚水があふれ出す可能性があるので、安全点検や使用ルールを決めておきましょう。
- □ 飲料水や食糧の備蓄　エレベーターが止まると飲料水や食糧など、重いものを運ぶことが困難になるので、多めに（できれば7日分）備蓄しておきましょう。
- □ 避難ルートを確保　災害時にはベランダも共用の通路となるので、通行の妨げになるような物は置かないようにしましょう。

在宅避難のためのチェックポイント
- ■ 自宅は昭和56年以降に建設されたものである
- ■ ブロック塀の高さは地盤から2.2m以下である
- ■ コンクリートの基礎がある

→ 家の安全が確認できたら **在宅避難**も可能です。

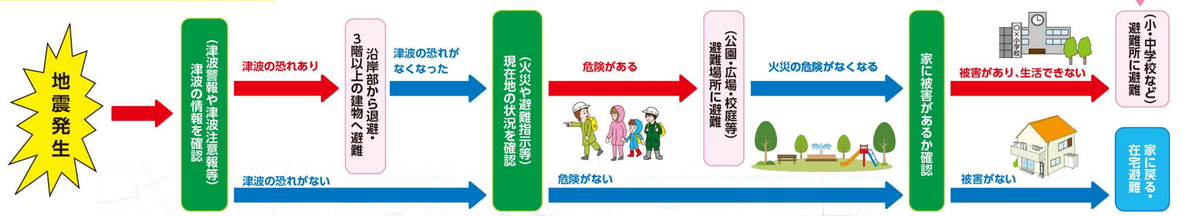
市川市の地震避難・被害想定

地震対策を考えるための第一歩は、想像するところから始まります。
いつ発生してもおかしくない地震に備え、市川市が実施した被害想定結果や市の動き等を踏まえ、実際に地震が発生した場合、自身や家族が、どのような場所へ避難するのか、予め考えておきましょう。

《市の動き》

市川市では市内で**「震度5弱以上」**の地震を観測した場合、職員が小学校に**自動参集**し、建物の安全確認を行い、必要に応じて避難所の開設をします。

避難行動チャート

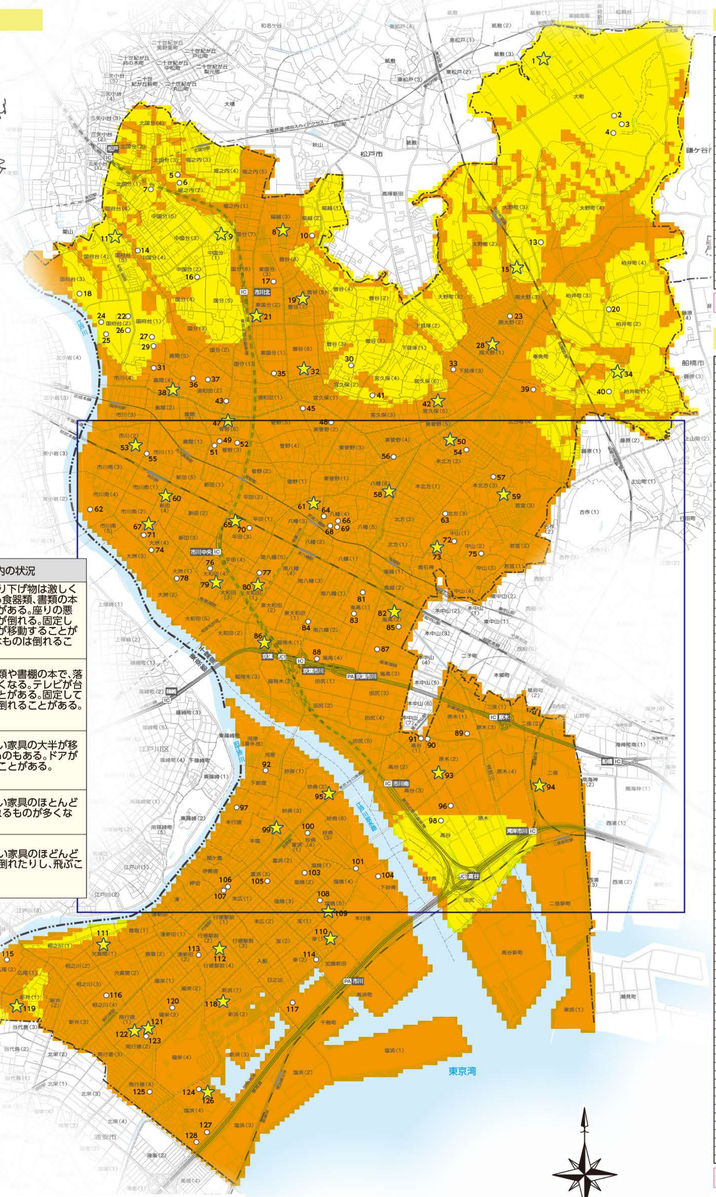


地震の前提条件

- 想定地震：東京湾直下地震
- 震源地：東京湾直下(本市の真南)
- 規模：マグニチュード7.3
- 断層平均深さ：約48km

震度分布図

市内全域で、震度6弱以上の揺れが予想される。
震源が東京湾直下(本市の真南)であることから、市中央部や南部のほぼ全域で震度6強の揺れが予想される。


市川市
JR総武線
JR武蔵野線
JR京葉線
東京湾
船橋市
浦安市
松戸市
鎌ケ谷市
市川中央
本八幡
東京
新浦安
舞浜
南船橋
西船橋
新鎌ヶ谷
北総鉄道
京成電鉄
東京メトロ東西線
東京メトロ南北線
都営新宿線
都営浅草線
都営三田線
都営大江戸線
東京メトロ有楽町線
東京メトロ半蔵門線
東京メトロ副都心線
東京メトロ千代田線
東京メトロ丸ノ内線
東京メトロ銀座線
東京メトロ東西線
東京メトロ南北線
東京メトロ日比谷線
東京メトロ東西線
東京メトロ有楽町線
東京メトロ半蔵門線
東京メトロ副都心線
東京メトロ千代田線
東京メトロ丸ノ内線
東京メトロ銀座線
東京メトロ東西線
東京メトロ南北線
東京メトロ日比谷