

## 【市民の皆様へのお願い】

令和7年12月8日（月）午後11時15分頃に発生した青森県東方沖を震源とするマグニチュード7.5の地震に伴い、「北海道・三陸沖後発地震注意情報」が発表中です。

北海道・三陸沖後発地震注意情報は、日本海溝沿いの想定震源域やその周辺でマグニチュード7以上の地震が発生し、その後に引き続き巨大地震発生の可能性が相対的に高まっていると評価された場合に内閣府及び気象庁から発信される情報です。

また、12日（金）午前11時44分頃に発生した青森県東方沖を震源とするマグニチュード6.9の地震に伴い、北海道から宮城県にかけて津波注意報が発表されました。

気象庁は、12月8日の地震で揺れの強かった地域では、12月8日の地震発生から1週間程度、最大震度6強程度の地震に注意するとともに、さらに強い揺れをもたらす地震の発生する可能性もあることから、注意を呼びかけています。

市民の皆様は、引き続き後発地震にご注意の上、通常の生活を送りながら、日ごろからの地震への備えを改めて実施していただきますようお願いいたします。

### 【日ごろからの備えの例】

#### ●避難場所や避難経路の確認

自宅や職場、日常的に利用する場所など、避難が必要な事態を想定し、ハザードマップを確認の上、適切な避難経路や避難先をあらかじめ決めておくなどの対策をお願いいたします。

#### ●非常持出品の準備や中身の確認

食料や水のほか、携帯トイレ、持病薬、生活必需品、衛生用品、非常用ライトなどの準備をお願いいたします。必要となる品は個人によって異なりますので、ないと困る物をリュックなどに入れ、いつでも持ち出せるよう準備をしてください。

#### ●防寒対策

今の時期は、寒気の影響により朝晩の低温や低気圧通過後の暴風など、気象状況が悪い日もありますので、低体温症を防ぐため、熱を逃がさない工夫と冷たい空気の浸入遮断のため、保温性が高く防風性の強い防寒服、首筋、手首、足首などを隠せるマフラー・手袋・靴下や帽子などに加え、使い捨てカイロ、携帯用アルミシートやヒートベストなども活用してください。

#### ●家具などの固定

家具などの転倒による死亡事故、食器類の飛散、ガラスの破損などによる怪我や避難できない又は避難の遅れを防ぐためにも、突っ張り棒や耐震用粘着マット、転倒防止L字金具、ガラスの飛散防止フィルム、食器棚用耐震ロックなどで対策をお願いいたします。

#### ●家族間でのルール作り

災害時の通信途絶を前提に、家族が離れていても自己判断で避難等ができるよう、避難判断、避難方法、避難先、安否確認や集合場所などの対応を決めて共有してください。

#### ●津波避難の原則は徒歩避難

市街地での自動車避難は、渋滞や路面凍結による事故のほか、徒歩避難者の避難を阻害するおそれがあります。自動車避難は、一人で避難ができない方や特に配慮を要する方が優先できるようご理解とご協力を願いいたします。

令和7年12月12日

石巻市危機管理部危機対策課