

災害への備えについて、より詳しく知りたい方のために、自分で学べる講座や情報サイトなどをご用意しています。いざというときに備えて、必要な情報や気になる内容をぜひご確認ください。

詳しく学びたい方に

宮城県防災 e ラーニング講座

受講無料

災害対策や防災活動に関する基礎知識を、どなたでも気軽に学ぶことができる講座です。動画形式となっていますので、自分のペースで好きな時に視聴いただけます。

詳しくはこちら



申し込みはこちら



宮城県防災指導員養成講習

災害に関する基礎知識や技能を、座学や演習を通して学ぶ講習です。地域や企業における「防災活動のリーダー」として、支える側になりませんか？コースによって、開催日や申し込み方法が異なります。お早めにご確認ください。

詳しくはこちらから



最新の情報を知りたい方に

宮城県防災情報ポータル

防災に関する情報をまとめて確認することができます。

- 防災気象情報
- 市町村の発令する避難に関する情報
- 災害対策本部からの情報
- 電話・通信・ライフライン機関などへのリンク



発表されたら、ワンランクアップの備えを。

北海道・三陸沖後発地震注意情報

北海道・三陸沖でマグニチュード7以上の地震が発生した場合、内閣府と気象庁から発表されます。発表された場合は、1週間程度、平時よりも巨大地震の発生に注意し、地震への備えを再確認しましょう。

※「平時よりも巨大地震の発生可能性が高まっている」ことをお伝えする情報です。事前避難などを呼びかけるものではありません。



女性視点の備えを知りたい方に



わたしたちの備えるブック

自然災害発生時、妊婦や乳幼児に必要な備蓄品、更衣室や授乳室の確保など、女性視点での気づきが、円滑な避難所の運営に大きな役割を果たしています。このハンドブックでは、女性視点“も”取り入れた災害への備えについて、漫画やイラストで読みやすく紹介しています。ぜひ、家族や地域の皆さんで活用ください。

県庁・各地方振興事務所で配布中



避難に役立つ情報を知りたい方に

「みやぎ防災」アプリ

自然災害発生時、避難情報のお知らせや避難所での受け付けなど、県民の皆さんの速やかな避難をサポートします。



利用方法

- ① デジタル身分証アプリ「ポケットサイン」をインストール
※スマートフォン (NFC 対応) とマイナンバーカードをご準備ください。
- ② 画面の案内に沿って、「みやぎ防災」アプリを登録

アプリの詳細やインストールはこちら

問い合わせ先(コールセンター)
☎(0120)655067

地震・津波が起こる前に 今、もしもに備える



いつ起きてもおかしくない地震や津波。突然の災害から自分や大切な人を守るためには、日頃の備えが大切です。いま一度、避難行動や必要な情報を確認し、自宅の備蓄品を見直しておきましょう。備えることは、未来を守ること。今日からできる防災を始めませんか。

1 発生時の行動

地震

- まずは自分の頭と身を守る。
- 落下の恐れがあるものから離れる。
- 室内では、ドアや窓を開けて出口を確保する。



津波

- 津波警報や大津波警報が発表されたら、ためらわずに避難する。
- 警報が発表される前でも、地震の強い揺れや長い揺れを感じたら、すぐに海や川のそばから離れる。

2 日頃の備え

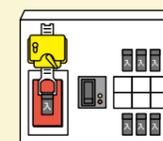
地震による火災への備え

- 地震により発生する火災の半数以上は、電気が原因とされています。
- 令和6年の能登半島地震で発生した大規模火災も、電気が原因となった可能性が指摘されています。

電気火災対策に効果的

感震ブレーカー[※]をご活用ください

※設定された以上の揺れを感知した場合、自動的にブレーカーを落とす器具



詳しくはこちら
(内閣府普及啓発チラシ)



備蓄品

災害時に必要なものは準備できていますか？自宅の備蓄品を見直してみましょう。



備蓄品の例

- 飲料水(1人1日3ℓが目安)
- 食品(最低3日分、できれば1週間分)
- 生活用品(ティッシュ、トイレトイレットペーパー、ラップ、カセットコンロ、ゴミ袋、ポリタンク、携帯トイレなど)

フェーズフリーを実践してみよう

「フェーズフリー」とは、普段から使っているものを、日常時だけでなく、災害時にも役立てるという考え方です。日持ちする食品を普段から多めに買い置きし、賞味期限の古いものから消費して、食べた分を買い足す「ローリングストック」もその一つです。

3 被害の想定

みやぎ My 被害想定 シミュレーション

お住まいの地域や家族構成、建物の特徴などを選択すると、内容に応じた被害想定を確認できます。

確認できること

- 身の回りの被害状況や生活への影響
- 平常時や災害発生時に取るべき防災行動
- 災害発生時の居場所に応じた災害時情報

シミュレーションしてみよう



被害の状況・身の回りの様相

