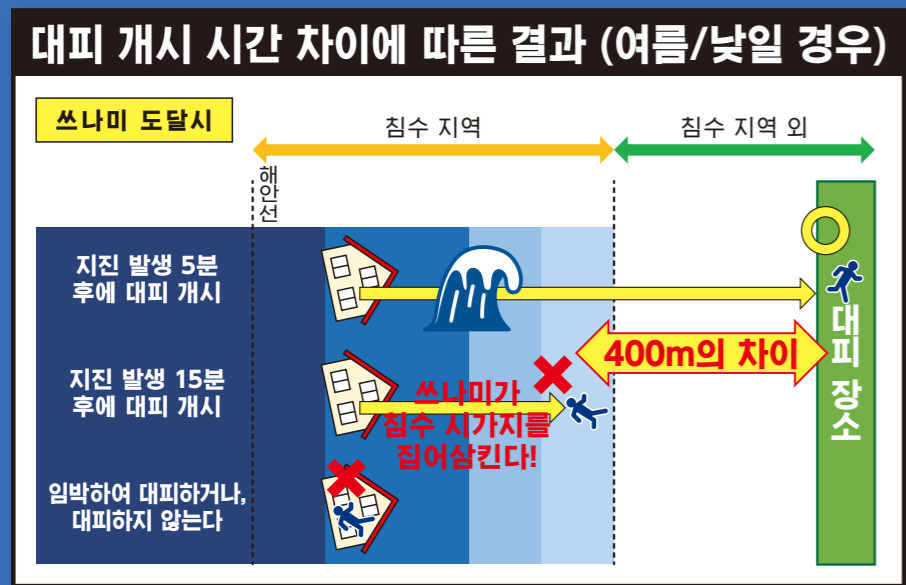


# 의한 피해 상징

## 3 대피 개시 시간에 따른 차이

이동 속도를 분속 40m로 가정할 경우, 10분 동안 400m나 되는 차이가 발생한다는 점에서, 대피 개시가 늦어질수록 쓰나미에 휩쓸릴 리스크가 높아집니다. 쓰나미 대피는 바다나 강으로부터 최대한 멀리 떨어지는 것, 가능한 한 고지대로 대피하는 것이 무엇보다 중요하므로, 지진의 흔들림이 진정되면 '즉시 대피' 해야 합니다.



## 4 저체온증으로 인한 리스크

적설 한랭지인 홋카이도에서는 혹한기 대피도 염두에 둘 필요가 있습니다. 안전하다고 생각하여 고지대로 1차 대피를 했더라도 그곳이 시가지에서 떨어져 있거나, 도로가 끊기는 등의 사정으로 인해 2차 대피가 어려워지게 되면 그 곳에 머무를 수 밖에 없게 되며, 체류 시간이 길어져 저체온증으로 인한 사망 리스크가 증가합니다. 피해 예상에 근거하여 저체온증에 대한 대처를 필요로 하는 사람의 수는 지시마 해구 모델에서 최대 약 15,000명, 일본 해구 모델에서는 최대 약 66,000명에 달할 것으로 추계됩니다.

### 저체온증이란?

- 저체온증이란 몸의 심부 체온(뇌와 내장 등 신체 내부 온도)이 35°C 미만으로 저하된 상태. 심부 체온이 낮아지면 사망 리스크가 증가하는 것으로 지적됩니다.
- 심한 떨림, 판단력 저하, 근육 경직, 맥박과 호흡 감소, 혈압 저하 등의 증상을 일으킨다.

# 쓰나미 침수 위험지도 (네무로 관내)

※2차원 코드를 코드 리더로 읽으면 선택한 시정촌의 웹 버전 위험지도 사이트에 액세스합니다.

이 리플릿의 내용은 동영상으로 시청하실 수 있습니다. 다음 URL 또는 QR 코드로 접속하여 주십시오.

<https://www.youtube.com/@user-hm1ez7im7v>

### 문의

홋카이도 총무부 위기대책국 위기대책과  
 〒060-8588 삿포로시 주오구 기타 3조 니시 6초메  
 TEL.011-206-7804

<문의 양식>  
<https://www.pref.hokkaido.lg.jp/inquiry/?group=55&page=199>



# 쓰나미로부터 생명을 지키기 위하여

~조기 대피와 대피 권고의 중요성~

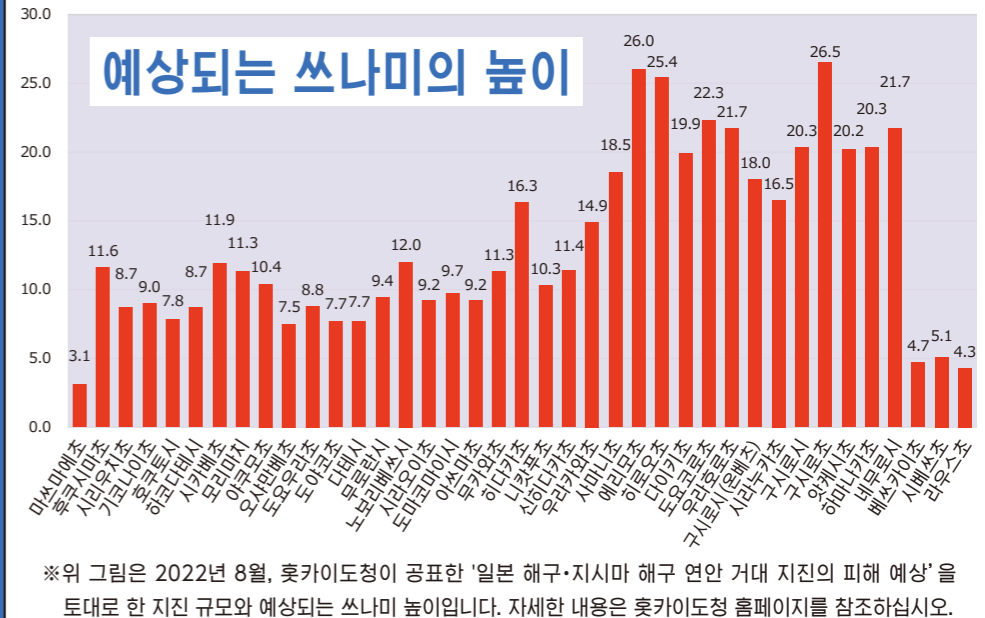
발생이 임박했다고 하는 일본 해구·지시마 해구 연안의 거대 지진과 최대급 쓰나미로부터 생명을 지키기 위해서는 개개인의 올바른 지식을 토대로 신속하고도 정확한 대피와 상황에 따른 적절한 행동을 하는 것이 무엇보다 중요합니다. 이 리플릿에는 여러분의 소중한 생명을 지키기 위한 5가지 포인트를 게재하였으므로 내용을 충분히 이해하고, 유사시에 이러한 행동을 확실히 실행할 수 있도록 평소부터 대비합시다.

**지진 규모**

지시마 해구 연안의 예상 진원역

일본 해구 연안의 예상 진원역

**최대 진도 7**  
**매그니튜드 9.3**  
 예상되는 쓰나미의 높이 최대 26m 초과



# 거대 지진 · 쓰나미에

## 1 쓰나미의 특성

쓰나미는 바닷물이 덩어리가 되어 거세게 몰려오기 때문에 그 높이가 불과 30cm만 되어도 서 있을 수 없을 정도의 충격이 가해지며, 1m의 쓰나미에 휩쓸릴 경우 계산상 사망률은 100%라고 합니다.

또한, 쓰나미의 전파 속도는 바다가 깊을수록 빠르며, 먼 바다에서는 제트기와 맞먹을 정도이지만, 육지와 가까워져 수심이 얕아지면 속도는 느려지는 반면 높이가 증가한다는 특성이 있습니다.

쓰나미로 인한 침수와 사망률

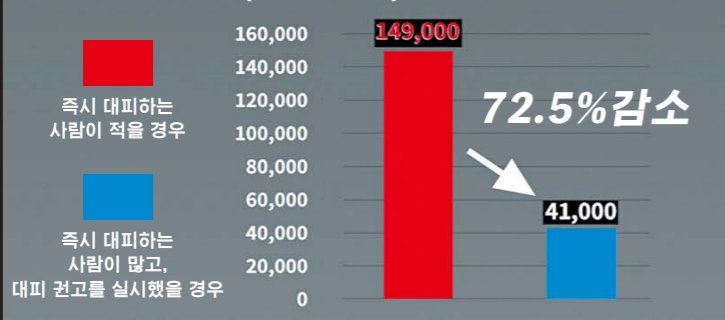


## 2 거대 지진 · 쓰나미로 인한 피해 예상

에서는 즉시 대피하는 사람이 적을 경우, 최대 약 14만 9천명의 사망자가 발생할 것으로 추계됩니다.

모두가 즉시 대피한다면 대부분의 피해를 경감할 수 있습니다. 뿐만 아니라, 대피 시에 주변 사람들에게 대피를 권고하여, 쓰나미에 대한 정보가 정확하고 신속하게 전달되는 것도 중요합니다.

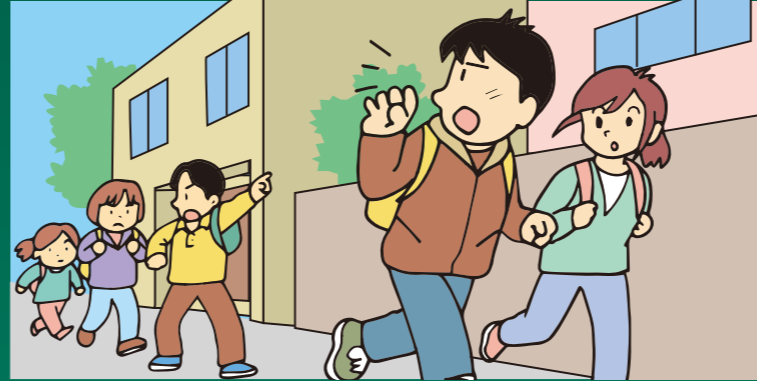
일본 해구 모델 (겨울·저녁)의 경우



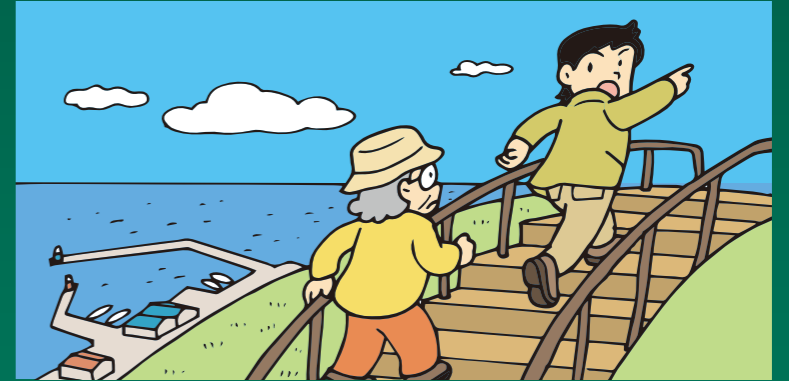
# 쓰나미로부터 생명을 지키는 5가지 포인트



1 **솔선해 대피한다**  
(지시를 기다리지 않는다·대피할 것을 권한다)



2 **재빨리 바다나 강에서 벗어나 고지대나 대피용 건물 등 안전한 장소로 대피한다**



3 **대피 시에는 자판기나 블록 담장, 전봇대 등 쓰러지기 쉬운 물체와 거리를 둔다**



4 **쓰나미 경보가 해제될 때까지 대피 장소를 벗어나지 않는다**



5 **겨울철의 적설과 동결, 눈보라 등을 예상하여 평소부터 방한 대책과 대피 방법을 확인한다**



## \* 한 가지 더 \* ~저체온증을 방지하기 위하여~

- 젖은 옷은 즉시 갈아 입는다
- 차가운 벽이나 바닥을 피하기 위해 골판지 침대와 침낭을 활용한다
- 체온이 떨어지지 않도록 보온 및 가온에 유의하며 (가급적 따뜻한 음식으로) 식사를 한다
- 야외에서 고립된 경우는 비바람을 피할 장소에서 몸을 보호하고, 가급적 실내로 대피하는 것을 고려한다

확실히 실행할 수 있도록 벽에 붙이는 등, 항상 눈이 가는 곳에 걸어둡시다.

