

地震対策について

地震発生!そんなときどうする

地震発生

1~2分

3分

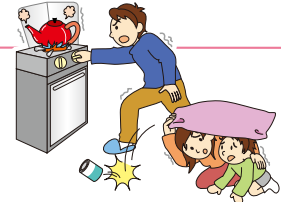
5分

10分
数時間
3日

地震発生時の時間経過別行動マニュアル

最初の大きな揺れは約1分間

- まず、身を守る安全確保 (手近な座布団などで頭を保護)
- 大きな揺れの場合は、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所に一時避難する。



揺れがおさまったら

- 火の確認 火が出たら、落ち着いて初期消火
- 家族の安全を確認 倒れた家具の下敷きになっていないかを確認
- 靴をはく 家の中はガラスの破片が散乱。靴や厚手のスリッパをはく。
- 避難するときは、屋根・ブロック塀・自動販売機等に注意



みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ

隣近所に
声をかけよう

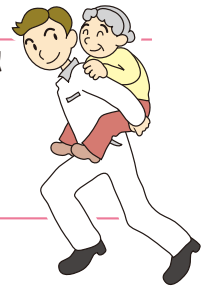
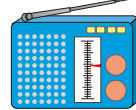
- 要配慮者(乳幼児や病人、高齢者)の安全確保 隣近所で助け合う。
- 行方不明者はいないか。 ●ケガ人はいないか。

出火防止
初期消火

- 初期消火 ●消火器を使う。 ●バケツリレー 風呂の水はため置きをしておく。
- 漏電・ガス漏れに注意 電気のブレーカーを下ろす・ガスの元栓を閉める。
- 余震に注意

ラジオなどで正しい情報を

- 大声で知らせる。 ●救出・救護を。 ●防災機関、自主防災組織の情報を確認
- デマにまどわされないように。 ●避難時に車は極力使用しない。
- 電話は緊急連絡を優先する。 ●災害用伝言ダイヤルの活用



協力して消火活動、救出・救護活動を

- 水、食料は蓄えているものでまかなう 3日間の飲料水と食料の備蓄をしておく。
- 災害・被害情報の収集 ●無理はやめよう。
- 助け合いの心が大切 ●壊れた家に入らない。

屋内にいた場合

デパート・スーパー

- カバンなどで頭を保護し、ショーウィンドウや商品などから離れる。柱や壁ぎわに身を寄せ、係員の指示に従い、落ち着いた行動をとる。



集合住宅

- ドアや窓を開けて避難口を確保する。
- 避難にエレベーターは使わない。炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難する。

劇場・ホール

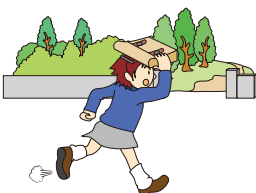
- カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示に従い、冷静な行動をとる。



屋外にいた場合

路上

- その場に立ち止まらず、窓ガラス、看板などの落下物から頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などの安全な場所に避難する。
- 近くに空き地などがいないときは、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。
- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意する。



車を運転中

- ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落とし、緊急車両等の通行スペースを確保し、道路の左側に止め、エンジンを切る。
- 揺れがおさまるまで冷静に周囲の状況を確認して、カーラジオで情報を収集する。
- 避難が必要なときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難する。

電車などの車内

- つり革や手すりに両手でしっかりとつかまる。
- 途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。
- 乗務員の指示に従って冷静に行動する。

