

地震への備え

地震が発生したら

1 わが身の安全

- ・揺れを感じたら、机やテーブルの下に身を隠しましょう。
- ・バック等、持っている物で頭を保護し、建物から離れましょう。



2 素早く冷静に火の始末

- ・使用中のガス器具、電気器具やストーブ等は素早く火を消しましょう。
- ・無理をせず揺れがおさまってから行動しましょう。



3 狭い路地、門や塀には近寄らない

- ・ブロック塀や門柱、自動販売機などは倒れやすいので近づかないようにしましょう。



4 車の運転中

- ・車の運転中は、道路の左側に寄せ、キーを付けたまま避難しましょう。



5 山崩れ、がけ崩れに注意する

- ・山際や急傾斜地では、山崩れやがけ崩れが起きやすいので、速やかに避難しましょう。



地震がおさまったら

1 正しい情報の入手

- ・うわさやデマに振り回されないようにしましょう。
- ・テレビ、ラジオ、行政機関などからの正しい情報を入手しましょう。



2 避難の前に電気、ガスの安全確認

- ・避難が必要なときは、ブレーカーを切り、ガスの元栓を締めてから避難しましょう。
- ・暗いからと言って、ライター等で火をつけたり、部屋の照明をつけないようにしましょう。



3 協力しあって応急処置を

- ・軽い怪我などの処置は、協力しあって応急手当をしましょう。
- ・家具や倒壊建物などの下敷きになった人を協力して救出しましょう。



4 倒壊建物等に閉じ込められたら

- ・倒壊した建物に閉じ込められた場合、大声を出すと体力を消耗するので、硬い物で、ドアや壁をたたいて、近くの人に知らせましょう。



5 避難は徒歩で、持ち物は最小限に

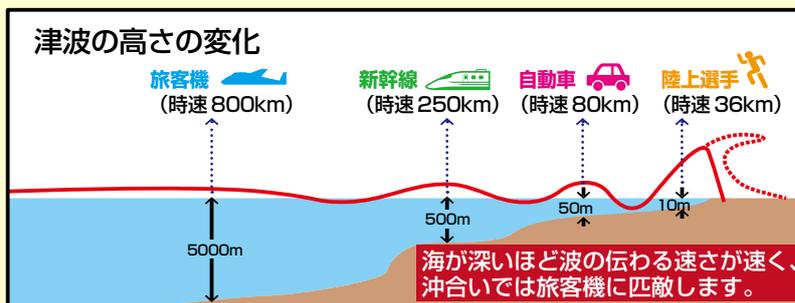
- ・服装は活動しやすいものとし、持ち物は必要最少限の品物とし、背負うようにしましょう。
- ・避難は徒歩で、車での避難は止めましょう。



津波からの避難

東日本大震災では、津波によって命を落とした方が多数いました。

地震を感じた場合は、速やかに海岸から離れましょう。



緊急地震速報について

「緊急地震速報」は、震源に近い観測点で地震を検知し、大きな揺れが迫っていることを可能な限り素早く知らせるものです。この情報を聞いて、大きな揺れが始まる前に防災行動をとることにより、被害の軽減が期待されますが、情報を察知してから揺れが到達するまで数秒から数十秒とわずかな時間しかありませんので、日頃から対応を考えておきましょう。

また、震源に近いところでは、緊急地震速報が間に合わないこともあるので注意しましょう。

