

地震のあと あなたはどうする？

- ◆家が壊れていない、火災の危険がない、生活が続けられるなら**在宅避難**が基本
- ◆家が傾いた・壊れた、火災・余震が心配、生活できないなど危険を感じたら迷わず**避難所避難**

地震 その時10のポイント



地震だ！ まず身の安全

揺れを感じたり、緊急地震速報を受けた時は、身の安全を最優先に行動する。
 ・丈夫なすべりの下や、物が落ちてこない「**揺れてこない**」
 「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。

シェイクアウト

【高層階(概ね10階以上)での注意点】
 ・高層階では、揺れが数分続くことがある。
 ・大きくゆっくりとしたりとした揺れにより、家具類が転倒、落下する危険に
 に加え、大きく移動する危険がある。



地震直後の行動

落ちついて火の元確認 初期消火
 ・火を使っている時は、揺れがおさまってから、あわてずに火の元を確認すること。
 ・出火した時は、落ちついて消火する。



あわてた行動 けがのもと
 ・室内で転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。
 ・互、助けあえ、傷病者が発生するのでもめに飛び込まない。



窓や戸を開け 出口を確保
 ・揺れがおさまった時に、避難ができればより出口を確保する。



門や扉には 近寄らない
 ・屋外で揺れを感じた時、プロテクションなどには近寄らない。



地震後の行動

火災や津波 確かな避難
 ・地震に大規模な火災の危険がやまれば、火の危険がなくなる。一時集合場所や避難場所へ避難する。
 ・沿岸部では、大津波の恐れが強い。津波警報が発表されたら、高台などの安全な場所に避難する。



正しい情報 確かな行動
 ・ラジオやテレビ、調音機、行先などから正しい情報を得る。



確かめ合おう わが家の安全 隣の安否
 わが家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。



協力し合って 救出・救護
 ・近所や家族など、助けあえる人を見つけたら、助けあおう。助けあえる人が、助けあえるように協力する。



避難の前に 安全確認 電気・ガス
 ・避難が必須な時には、ガス・電気・ガスが止まっていることを確認する。



大災のおそれがあれば安全 第一で近所住民の初期消火