

地震発生時の行動



地震発生から

1分

まずはとにかく「身を守る」!!

大きな揺れを感じたり、緊急地震速報を受けたら、まずは自分の身を守り、周囲の状況に応じて揺れがおさまるまで待ちましょう。



🏠 屋内では

- ▶ 家具・ガラスから離れる
- ▶ 頭を守る



!
あわてて外に飛び出すのは危険です

🏢 外出先では

- ▶ 倒壊物・落下物に注意
- ▶ 係員の指示に従う
- ▶ エレベーターは全てのボタンを押して停止した階で降りる



🚗 自動車の運転中は

- ▶ ハザードランプを点灯し、徐々に減速し左側に停車する



🚆 鉄道・バスに乗車中は

- ▶ 手すりやつり革につかまる

地震発生から

1分~5分

「揺れ」がおさまったら...

揺れがおさまったら、慌てずに落ち着いて行動しましょう。身のまわりの安全確保と状況確認を行い、避難指示が発令されたり、家屋倒壊などの危険がある場合は、速やかに避難しましょう。



危険と判断したら

!
急いで避難!



🔥 火元の点検

コンロやガス器具、ストーブ、タバコなどの火元を確認し火災を防ぐ

🚪 出口の確保

建物の傾きで扉が開かなくなるのを防ぐため扉や窓を開ける

👁️ 状況の確認

ガラス片や転倒家具に注意し、家族や周囲の安全確認・確保を行う

📺 情報入手する

テレビ・ラジオなどで正しい災害・避難情報入手する

地震発生から

5分~数時間

「地域で協力」しよう!!

隣近所も同じように被災しています。余震に警戒しながら安否確認を行い、被害が出ている場合は、お互いに協力しあいましょう。

- ▶ 危険な箇所には近づかない
- ▶ 行方不明者の確認
- ▶ けが人の救出・救護
- ▶ 手助けが必要な方への協力 (高齢者・障がい者・病人・妊婦など) **4ページを確認!**
- ▶ 火災発生時の初期消火



🏠 火災が発生した場合は

「初期消火」!!



早く知らせる

火災を発見したら、大声や大きな音を立て、周囲に知らせましょう。



早く消火する

水や消火器、座布団で叩く、布団を被せて密閉するなどして、消火にあたりましょう。



早く逃げる

火が天井に燃え移ったら自力消火の限界です。速やかに避難を!

