

# 地震が起きたときには

まわりの人にも声をかけながら

地震の揺れを感じたら…  
(緊急地震速報がなくても)

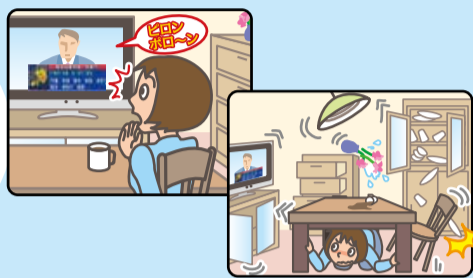
あわてず、まず身の安全を!!

緊急地震速報を見聞きしたら…  
(地震の揺れを感じなくても)

緊急地震速報を見聞きしてから強い揺れがくるまでの時間は数秒から数十秒しかありません

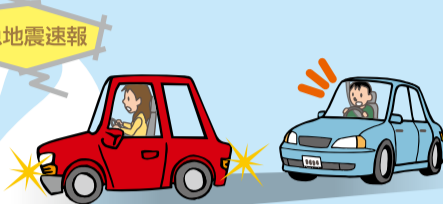
## 家庭では

- 頭を保護し、じょうぶな机の下など安全な場所に避難する
- あわてて外へ飛び出さない
- むりに火を消そうとしない



## 自動車運転中は

- あわててスピードをおとさない
- ハザードランプを点灯し、まわりの車に注意をうながす
- 急ブレーキはかけず、ゆるやかに速度をおとす



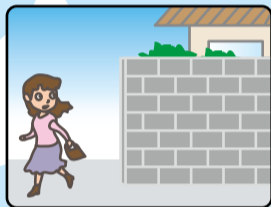
## 人が大勢いる施設では

- 係員の指示にしたがう
- あわてて出口に走り出さない



## 屋外(街)では

- スロッキン塀の倒壊に注意
- 看板や割れたガラスの落下に注意



## 鉄道・バスでは

- つり革、手すりにしっかりつかまる



## エレベーターでは

- 最寄りの階に停止させすぐにおりる



周囲の状況により具体的な行動は異なります。日頃からいざというときの行動を考えておきましょう  
(気象庁作成リーフレットより)

# 地震がおさまったあとには



## 大きな揺れがおさまったあと

台所やストーブなどの火の始末を行い、二次災害を防止しましょう。避難の時は、ブレーカー、ガスの元栓も切っておきましょう。

## 外に出たあと

## 隣近所の安否確認、助けあい!

安否の確認をして、協力し合って、近隣住民の救出、救護にあたりましょう。

- ・けが人の救護
- ・火災発生時の消火活動
- ・倒壊家屋や転倒家具の下敷きになっている人の救出

けが人の救護のために応急手当の知識を身につけましょう。



## 避難

指定された避難所に向かいましょう。余震に注意しながら、ブロック塀やがれき、建物の近くには近寄らず、なるべく大きな道を通るようにしましょう。

## 二次災害防止ができたあと

自分の身の安全が確保できたら、次のことを行いましょう。

- ・家族の安全の確認、確保
- ・災害情報・避難情報の入手
- ・避難のための出口の確保
- ・ガラス片や転倒家具に注意



## 避難準備

靴を履いて、徒歩で避難所に向かいましょう。荷物は最小限にまとめましょう。行き先を玄関に貼っておきましょう。

※避難時の荷物は事前にまとめておきましょう。

災害発生後の数日間は、水、電気、ガスなどの供給が途絶えます。この間は、日頃から生活必需品(非常用品)を準備し2~3日は自分でしのげるようにしておきましょう。

