

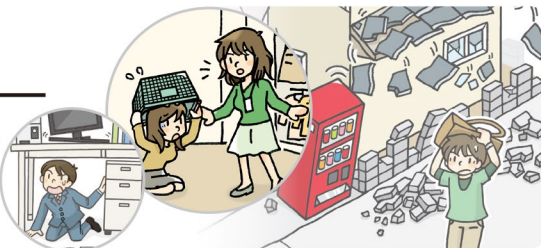
地震災害への備え!

地震発生! まず何を? 地震が起きたときの行動マニュアル

地震発生から 153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りしたら、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

慌てて外に飛び出すのは危険だよ!



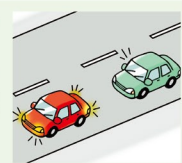
屋外では

- ブロック塀や自動販売機などの倒壊に注意する
- 建物のガラス窓、看板などの落下に注意し、身を守る場所に逃げる



自動車運転中は

- ハザードランプをつけ、徐々に減速し、停車する



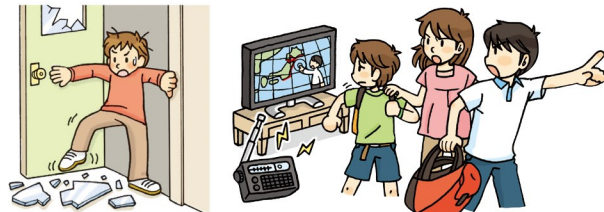
鉄道・バス乗車中は

- 手すりやつり革につかまる

地震発生から 5分

「揺れ」がおさまったら...

揺れがおさまったら、慌てず落ち着いて行動しましょう。



火元の点検

ガス器具、ストーブを消す

出口の確保

扉や窓を開けて出口を確保する

状況の確認

家族や周囲の安全確認・確保を行う

情報を入手

テレビやラジオ等で情報を入手する

地震発生から 数時間

「地域で協力」し合おう!!

隣近所も同じように被災しています。安否確認を行い被害が出ている場合は、協力し合って避難・消火・救出・救護活動を行いましょう。

- 行方不明者の確認
- 要配慮者の手助け
- 消火活動
- けが人の救出・救護



津波警報等が発表された場合は P8

「すぐに避難」!!

海岸から「離れ」、**「より高い場所」**に避難しましょう。



備えあれば憂いなし! わが家の地震対策チェック

地震による被害を減らすために自宅の安全対策について点検しましょう。住宅の耐震性に不安がある場合は耐震診断※を行い、補強等を実施するようにしましょう。

屋外

※1981(昭和56)年5月31日以前に建てられた住宅は耐震性が低いおそれがあります。

破損やひび割れ、ぐらつきはありませんか?

ブロック塀・フェンス

灯油タンク・プロパンガスボンベ

しっかりと固定しましょう。

屋内

地震時のケガの原因は家具などの転倒によるものも多く、室内の散乱は逃げ遅れの原因にもつながります。家具の配置や固定具合を見直し、安全対策に努めましょう。

背の高い家具や本棚は、L型金具や支え棒などで固定しましょう。重い物は下に、軽い物は上に収納しましょう。

出入口や就寝位置と重ならないように家具を配置しましょう。

家具の上に割れやすい物を置かないようにしましょう。

カーテンや寝具などは、防災加工されたものを使用しましょう。

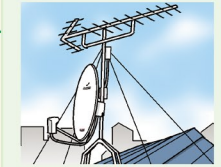
家具の下に転倒防止ストッパーを置きましょう。

扉にはストッパーを、ガラスには飛散防止フィルムを貼きましょう。

家具の下に転倒防止ストッパーを置きましょう。

しっかりと固定しましょう。

屋根・アンテナ



屋根の破損、アンテナのぐらつきはありませんか?

ここにチェック! ベランダ

常に整理しておきましょう。

窓ガラス



ガラス飛散対策にはカーテンも大事だよ!

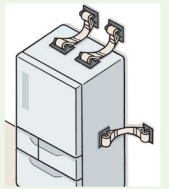
飛散防止フィルムを貼りましょう。

玄関まわり



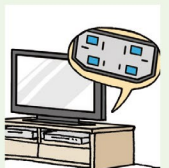
避難しやすいように常に整理しておきましょう。

冷蔵庫



ベルト式ストッパーなどで固定しましょう。

テレビ



低い位置に置き、耐震粘着マットなどで転倒防止の対策をしましょう。

暖房機器



周囲に燃えやすい物を置かないようにしましょう。

扉にはストッパーを、ガラスには飛散防止フィルムを貼りましょう。