

大きな地震が発生! さあ、どうする?

地震発生!

1. 身の安全の確保

まずは身の安全の確保を優先します。テーブルや机の下に避難して、家具の転倒や落下物から身を守り、揺れがおさまるのを待ちます。



普段から身を隠す場所を決めておき、突然の地震に備えましょう。

揺れがおさまったら…

2. 火の元の確認

- 足元や頭上に注意しながら、火の元を確認し、火を消す
- 発火の元となるものを止める(ガスの元栓、電気ストーブなど)
- 発火していたら、消火器などで初期消火をする
※火が燃え広がっている場合は、避難を第一に優先してください。避難後、119番通報などのご協力をお願いします。



消火器の設置の有無・設置場所を確認して、ない場合は備えておきましょう。

3. 出口の確保

- 足元や頭上、周囲の状況を確認する(落下物、ガラスの破片など)
- 身の安全を確保しつつ、出口を確保する(玄関ドアやバルコニーの窓などを開ける)



地震後は、停電復旧時の通電発火にご注意ください

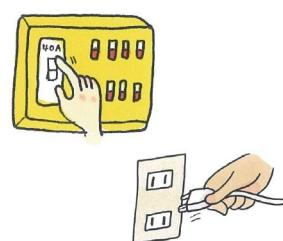
通電が再開されると、地震で倒れた電気器具や家具の倒壊により破損したコード線などから発火し、周囲へ延焼する恐れがあります。

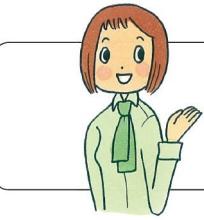
例：壊れた水槽の熱帯魚用加熱ヒーターが通電再開により発火

通電火災を防ぐために、次のような予防策をとりましよう。

<予防策>

- 避難する場合は、必ず電気のアンペアブレーカー(「40A」など、契約容量が表示されているブレーカー)を落とす。
- 被害を受けた電気器具などは、コンセントを抜いておく。





実際に大きな地震が発生したらどうしたらいいの?
発生時、発生後の行動をご案内します。
なによりもまずは身の安全を確保しましょう。

4. 避難する?しない? 避難の判断

- ラジオやテレビ、携帯電話などで情報を入手する



- あわてずに状況を確認し、避難の判断をする(建物に大きな被害が出ていないか、周辺に火災の危険がせまっていないなど)

※あわてて飛び出すと、頭上からの落下物や足元の散乱物だけでなく、交通事故の危険もあります。
十分にご注意ください。

※以下のような場合や、危険を感じた場合は、すみやかに避難してください。

- ・避難勧告が発令された
- ・火の手や煙が近くに見えた、きな臭い

避難するときは…

- 電気のアンペアブレーカーを落とす(P.4 下記参照)
- 非常持出し品を忘れずに(P.3 参照)
- エレベーターは使わない(P.6 参照)



避難する場合は、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを必ず落としましょう。

避難する、しないに関わらず…

引き続き、ラジオや携帯電話などで災害情報を収集し、次にとるべき行動に役立てましょう。

避難場所

地域ごとに公共の避難場所が定められています。詳細は、お住まいの市区町村自治体へ直接、お問い合わせください。(P.9 参照)



震災時は、近隣との声の掛け合いも被害拡大の防止に役立ちます

(特に高齢者や子どもがいる世帯などへは、必要があれば避難の協力をていきましょう)。

また、火災や建物倒壊などで、被害拡大の恐れがある場合は、避難をするとともに、警察や消防への通報などにご協力をお願いします。

