

地震



地震が起きたとき、とるべき行動

地震発生時には、あわてずに、まず身の安全を確保することです。日頃から、いろいろな場所で地震が起こったときのことをイメージし、「今、ここで、緊急地震速報を聞いたらどう行動すべきか」を状況に応じて考える習慣をつけましょう。

家庭では…

- 頭を保護し、丈夫な机の下などに隠れる。
- あわてて外へ飛び出さない。

屋外では…

- ブロック塀などの倒壊に注意。
- 看板や割れたガラスの落下に注意し、ビルのそばから離れる。

人が大勢いる施設では…

- 係員の指示に従う。
- 落ち着いて行動。
- あわてて出口に走り出さない。

自動車運転中は…

- あわててブレーキをかけない。
- ハザードランプを点灯し、揺れを感じたら路肩に寄せてゆっくり停止。

山やがけ付近では…

- 落石やがけ崩れに注意。

エレベーターでは…

- 全ての階のボタンを押して、停止した階で、すぐにおりる。

命を守る

- 「頭を保護する」「大きな家具から離れる」「丈夫な机の下に隠れる」など、落ち着いて自分の身を守る
- ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する

家族を守る

- 家族の安全を確認
- 火の元を確認・初期消火
- 足をケガしないように靴をはく
- 必需品を手元に用意する
- 余震に注意

地域を守る

- 隣近所の安全を確認
- ラジオなどで情報を確認
- 電気のブレーカーを切る・ガスの元栓を閉める
- 家屋倒壊などのおそれがあれば避難する

助け合いの心で…

- 協力して消火・救出活動
- 水・食料は備蓄でまかなう
- 災害情報、被害情報の収集
- 壊れた家には入らない
- 引き続き余震に注意
- 避難所では集団生活のルールを守る



家の中の安全確認

置き方に工夫を

- 大きな家具はドアの出入口付近に置かない。
- 寝る場所、避難経路に家具等が倒れないように配置しましょう。
- 重量のある家電製品は高い位置、不安定な位置に置かない。



収納に工夫を

- 重いものは下に、軽いものは上に収納しましょう。
- 本棚などは、隙間をブックエンドで固定するなど、なるべく空間を作らないようにしましょう。



照明器具の補強を

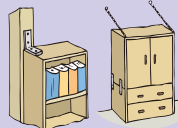
- 天井に直接取り付けるタイプの照明を使用しましょう。
- つり下げ式のもの、鎖と金具を使って数カ所留めて補強しましょう。
- 蛍光灯は蛍光管の落下を防止するため、両端を耐熱テープで留めておきましょう。



家具等の転倒防止を

● 転倒防止金具

壁・柱・鴨居と家具を固定するタイプと床などに固定するタイプとがあります。家具や室内の状況によって選びましょう。また、重ねた上下の家具を固定し、上の家具の落下を防ぎましょう。



● 扉・引き出し開放防止家具

扉・引き出しが開かないようにしましょう。さらに収納物の落下を防止するために、棚板に滑り止めのふきんなどを敷いたり、木やアルミ棒による飛び出し防止柵をつけ、ガラス面に飛散防止フィルムを貼ると安心です。

