

地震について

地震は、発生の予測が難しく突発的に発生します。地震が起きたら、まずは自分や家族の身を守る行動をとりましょう。

地震が起きたら

1. テーブルやベッドの下などにもぐって、まずは自分と家族の身を守る。適切な場所がなければ、クッションやかばんなどで頭を保護する。
2. 揺れがおさまったら火の元の確認、電気のブレーカーを切る。
3. 家族の安否確認。事前に連絡手段を確認しておきましょう。
4. 靴を履き、避難経路を確保する。
5. 近所の安全確認。家屋が倒壊して逃げ遅れている人がいないか、火災が発生していないかを確認、もし、火災が発生していたらすぐに近所の人と協力して消火活動を行いましょう。

日ごろから、地震が起きたときの行動をイメージしておきましょう。

地震発生

落ち着いて!まずは自分の身の安全を確保しましょう。



1~2分

- ⚠️ 揺れがおさまったら、火元を確認する
コンロの火を消し、ガスの元栓を閉める。
火が出ていたら消火する。



3分

- ⚠️ 靴をはき、ガラスの破片などから足を守る。

- ⚠️ ドアや窓を開けて逃げ道を確保する



家族の安否確認

5分

- ⚠️ ラジオなどで正しい情報を確認
間違った情報やうわさなどにまどわされないように!



- ⚠️ 家を出る前に電気のブレーカーを切る。



土砂災害の恐れがある場合はすぐに避難する

5~10分

余震に注意!

崩れる危険性がある建物には近寄らないこと

- ⚠️ 避難途中の注意!
ブロック塀やガラスに注意する。
車は使用せず、徒歩で避難する。



- ⚠️ 隣り近所の安全を確認
一人暮らしの高齢者には積極的に声をかけ、安否確認する。必要であれば避難の補助を行う。



10分~数時間

- ⚠️ 消火・救出活動
隣り近所で協力して消火や救出活動を行う。

1~3日くらい

- ⚠️ 生活必需品は備蓄でまかなう
災害発生から3日程度は、外部からの応援は期待できない。



- ⚠️ 災害情報、被害情報の収集
町の広報に注意する。

避難生活では

- ⚠️ 自主防災組織を中心に行動する。集団生活のルールを守る。助け合いの心で!