

地震が起きたらどうするか

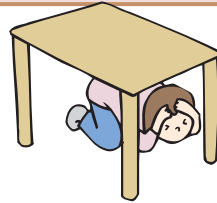
地震から身を守る最大のポイントは、事前の備えと冷静な判断力です。
いざという時の行動を日頃から確認しておきましょう。

クラッシュ
きたら

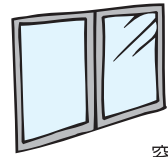
地震発生

安全の確保 落ち着いて自分自身を守る

- すばやく火の始末
- 閉じ込められないように
ドアや窓を開けて、逃げ道を確保



安全確認

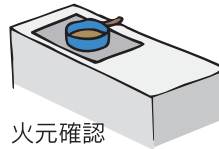


窓・扉

1〜3分

家族を守る 家族の安否確認

- 家族の安全を確保
- 靴をはく
- 火元確認、初期消火
- 必需品を手元に用意



火元確認



家族



持ち出し袋

5〜10分

避難の準備 家屋倒壊のおそれがあれば避難

- 隣近所の安全を確認
- ラジオで情報を確認
- 電話はなるべく使わない
- 電気のブレーカーや
ガスの元栓を切る
- 玄関などに避難先のメモを残す



ブレーカー
ガスの元栓



行き先メモ

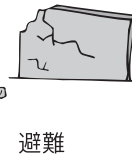


ラジオ

10分〜数時間

避難 協力し合って救助、救出、消火

- 協力して消火、救助活動
- 壊れた家には入らない
- 余震に注意する
- 生活必需品は備蓄でまかなう
- 避難所では集団生活のルールを守る



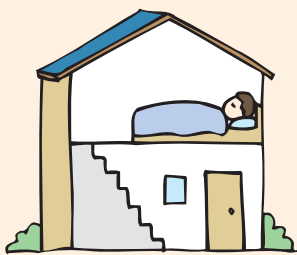
避難



避難所
生活

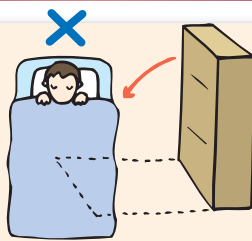
被害を防ぐポイント

1



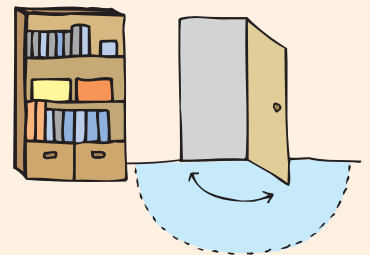
- 戸建住宅などの場合はできるだけ
2階で寝るようにしましょう。

2



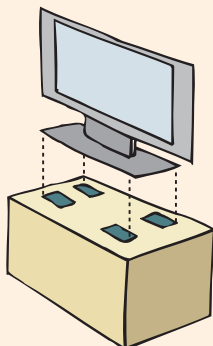
- 寝室にはできるだけ家具を置かない
ようにしましょう。
- 家具が倒れやすい方向には寝ない
ようにしましょう。

3



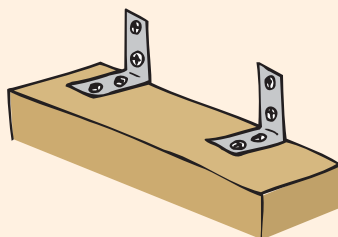
- 部屋の入り口付近には、物を置か
ないようにしましょう。

4



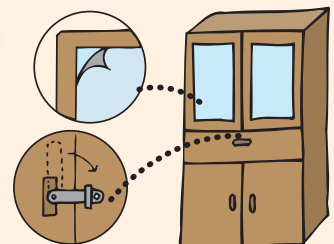
- テレビや置
物などには、
すべり止め
を取り付け
ましょう。

5



- 家具には、転倒防止金具を取り
付けましょう。

6



- 食器棚、本棚などの扉には、止め
金具を取り付けましょう。
- ガラス面には飛散防止フィルムを
貼りましょう。