

今日から始めよう、「防災対策」!

まずは、日ごろから一人ひとりが防災意識を高め“自分の周りにどのような危険が及ぶのか”を考え被害を少なくするために行動しましょう。

第9回

地震が起きたら どうするか?

大きな地震が発生したとき、冷静に対応するのは難しいものです。しかし、一瞬の判断が生死を分けることもあります。いざというとき「慌てず、落ち着いて」行動するために、行動パターンを覚えておきましょう。

地震発生時の行動

地震発生! まずは身の安全を確保する

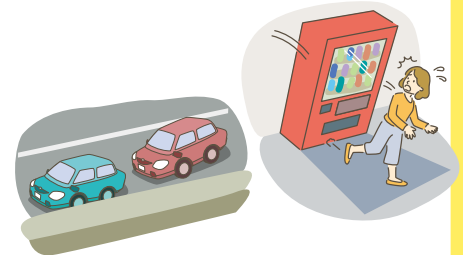
- 緊急地震速報や大きな揺れがあったときは、まずは身の安全を最優先に行動する。
- 丈夫なテーブルの下や物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れが収まるまで様子を見る。



地震直後の行動

- 火を使っているときは、揺れが収まってから、慌てずに火の始末をする。また、割れたガラスの破片などでけがをするため、素足で歩かない。
- 揺れが収まったのを確認してから、ドアや窓を開けて、必要に応じて避難ができるように出口を確保する。

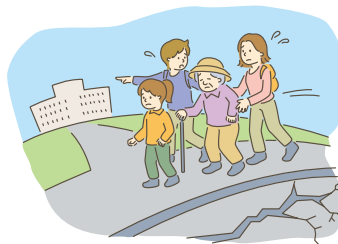
- 屋外で大きな揺れを感じたら、倒壊の恐れのあるブロック塀、自動販売機などには近寄らない。車を運転中の場合は、徐々にスピードを落とし、路肩に停車する。



揺れが収まった後の行動

- 災害時に増えるデマなどに惑わされないように、ラジオ、テレビ、行政、消防や警察など信頼できる機関から発表される情報を集める。
- 津波や土砂災害の恐れのある場合は状況に応じてより安全な場所へ避難する。また、避難に時間のかかることの多い要配慮者がいる場合は、早めに避難を開始する。

- わが家の安全が確認できたら、隣近所の安否を確認する。また、倒壊家屋や家具の下敷きになった人などがいたら、近隣で協力して救出・救護する。



- わが家の防災マニュアル等でも地震が起きたらどうするか確認しておきましょう。

わが家の防災マニュアルはこちら▶

