

地震災害に備えて

わが家の耐震診断



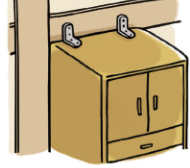
家の間取りから、ガスや電気のブレーカーなどの位置を把握。家屋の耐震診断は専門家に相談し、補強等を実施しましょう。

ブロック塀の点検



ひび割れや壊れているところはないか確認。特に通学路、避難路に面している所はしっかり補強しましょう。

家具の転倒防止



寝室、居間、乳幼児のいる部屋にはできるだけ家具は置かない。家具や屋外のガスボンベは、壁などにしっかり固定しましょう。

家族で話し合い



家族の役割分担や集合場所を決め、はぐれた時の落ち合う場所を決めましょう。

食料の備蓄



普段から非常食3日分を含む7日分程度の食料を準備しておきましょう。食料品の点検、入れ替えを忘れないように。

飲料水の備蓄



飲料水は1人1日3リットルの水を最低3日分用意しましょう。その他に、いつも浴そうに水をはっておきましょう。

地震が起きたら

屋内にいたら...

家の中

家具やテレビなどが倒れたり、ガラスが割れたりします。

対処法

- 机の下にもぐる(頭を守る)
- 素足で歩かない
- 可能であれば火を消す



デパート・スーパー

商品などの転倒、照明や天井材が落下する可能性があります。

対処法

- 商品棚から離れる
- 買物カゴをかぶり頭を守る
- 店員の指示に従う



学校・勤め先

机や書棚などが動き、倒れ、物が散乱します。

対処法

- 机の下にもぐる(頭を守る)
- ロッカーの転倒やOA機器・書類の落下に注意



集合住宅・個室

ドアが開かなくなることがあります。

対処法

- ドアを開けて避難口を確保
- エレベータは使用せず階段を使って避難



屋外にいたら...

路上

ブロック塀や自動販売機が倒れ、看板やガラスが落下する可能性があります。

対処法

- ブロック塀や自動販売機に近づかない
- カバンなどで頭を保護

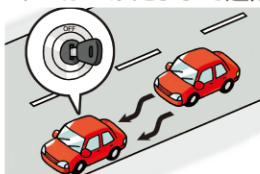


車の運転中

パンクしたような感じになり、ハンドルをとられ運転が困難になります。

対処法

- 車を左に寄せて停止
- ドアはロックせずキーはつけたままで避難



バスや電車の車内

急ブレーキや脱線の可能性があります。

対処法

- 手すりやつり革にしっかりつかまる
- 乗務員の指示に従う



海や山

海岸では津波が押し寄せ、山では地盤が崩れやすくなります。

対処法

- 海岸から離れ安全な高台に避難する
- 斜面の崩壊など状況を確認しながら避難する

