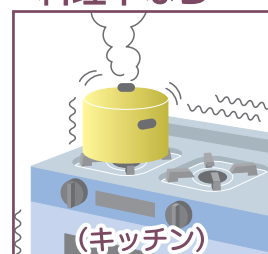


地震発生時の行動



家の中では

料理中なら…



(キッチン)
揺れが落ち着いたら火を消しましょう。

寝ていたら…



(寝室)
布団や枕で頭を守り、家具が倒れてこないところに身を伏せましょう。

入浴中なら…



(お風呂)
ドアや窓を開けて出口を確保しましょう。

TVを見ていたら…



(リビング)
重い家具の近く、電灯の真下などから離れましょう。

家の外では

店内などで
買い物中なら…



買い物カゴや鞆で頭を守り、店員の指示に従いましょう。

車の運転中なら…



道路の左に寄せて止め、ドアはロックせずにキーを差したまま避難しましょう。

電車に
乗っていたら…



吊革や手すりにつかまり、体が放り出されないようにしましょう。

仕事・授業中なら…



本棚やロッカーが倒れたり、窓ガラスが割れたりするので机の下などに入り身を守りましょう。

ビル街を
歩いていたら…



ガラスの破片、看板などが落ちてくる可能性があるため、建物からは離れましょう。

住宅地を
歩いていたら…



倒れてくる可能性があるため、ブロック塀や門柱などから離れましょう。

エレベーターの
中にいたら…



すべての階のボタンを押し、動かないなら非常用連絡ボタンを押しましょう。

地下街にいたら…



停電の場合は、誘導灯を確認し、地下街係員の指示に従って避難しましょう。

揺れがおさまってから

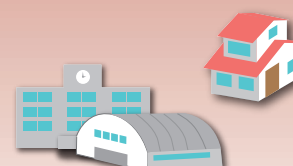
地震発生

1分～5分
身の周りの
安全確保

5分～10分
家族の安全確認
避難準備

10分～数時間
地域の安全確認

避難生活



緊急地震速報! グラッときたら身の安全を確保!



落ちついて火の元を確認し、出火していたら初期消火しましょう。



窓や戸を開け出口を確保しましょう。

避難指示の確認
・自主避難



家族の安否確認を行いましょう。



外出前にブレーカーを切り、ガスの元栓を締めて避難しましょう。

集合場所へ
参集

火災のおそれがある時は



隣近所の安否確認を行いましょう。



火災の延焼を防ぐため、初期消火を行いましょう。

広域避難場所へ



避難途中、門や塀には近寄らないようにしましょう。



地域ぐるみで協力し合って救出、救護を行いましょう。

自宅で生活が不可能

自宅で生活が可能

避難所へ



自宅へ

