

# 地震災害

## 地震発生時の行動



### 家の中

#### ●ドア・窓 逃げ道をつくらう!

揺れでドアがゆがんで開かなくなるおそれがあるので、ドアや窓を開けて逃げ道をつくりましょう。

#### ●ガスコンロ 火を消そう!

できるだけ早くガスコンロやストーブなどの火を消しましょう。ただし、揺れが大きい時はおさまるまで自分の身を守りましょう。

#### ●冷蔵庫・本棚・食器棚 棚などのそばから離れよう!

冷蔵庫や本棚、食器棚などが倒れて中のものが落ちてくるので、座布団などで頭部を守りながら、テーブルや机の下に隠れて揺れがおさまるのを待ちましょう。

#### ●窓ガラス・食器など 靴をはいて動く!

飛び散った窓ガラスや食器の破片などでケガをすのかもしれないので、部屋の中でも底の厚い靴をはきましょう。



### 外出中・屋外

#### ●電柱・電線 電柱には近寄らない!

地震が起こっても電柱には近づかない!電柱が傾いたり、電線が切れて垂れ下がったりします。切れた電線は危険なので絶対に触らないようにしましょう。

#### ●道路 車道に飛び出さない!

大きな揺れのときは、車もまっすぐ走れないのでとても危険です。あわてて車道に飛び出さないようにしましょう。

#### ●屋根瓦・看板・窓ガラス 上から落ちてくるものに注意!

屋根瓦や看板、窓ガラスなどが落ちてくる危険があるので、カバンやランドセルで頭部を守りながら、広い場所や安全な建物の中に避難するようにしましょう。

#### ●自動販売機・ブロック塀 倒れてくるものに気をつける!

道端の自動販売機や家のブロック塀、門柱など、倒れてきそうなものや古い建物のそばから離れるようにしましょう。

## さまざまな状況下で

### ●職場

OA機器やキャビネットなどから離れ、頭部を保護して机の下に隠れましょう。



### ●運転中

ハザードランプを点灯し、周囲に注意しながら、徐々にスピードを落として、緊急車両の妨げにならないよう道路の左側に停車します。揺れがおさまるまでは車外に出ず、ラジオから情報を入手します。避難の際は車のキーをつけたまま、ドアをロックせずに窓を開けます。連絡先メモを見えるところに残り、車検証や貴重品などを持って徒歩で避難します。

### ●エレベーターの中

すべての階の停止ボタンを押し、最初に止まった階で降ります。ただし、降りる前にはその階の状況を確認しましょう。

### ●山・丘陵地

まず落石から身を守ります。地震で地盤がゆるみ、崩れやすくなっている可能性があるため、げや急傾斜地などには近づかないようにしましょう。

### ●地下街

バッグなどで頭部を保護します。停電になっても非常灯がつくまで動かないようにしましょう。

### ●電車・バスの中

急停止することがあります。座席に座っている時は、姿勢を低くして頭部をカバンなどで保護し、立っている時は手すりや吊り革にしっかりとつかまりましょう。停車後は、乗務員の指示に従いましょう。

### ●学校・塾

慌てて外に飛び出したり、勝手に家に帰ったりせず、先生の指示に従いましょう。教室にいる時は机の下などに隠れます。体育館や廊下、運動場などでは真ん中に集まってしゃがみます。

### ●デパート・スーパー

バッグや買い物かごなどで頭部を保護し、ショーケースなど倒れやすいものから離れましょう。あわてて出口に殺到せず、係員の指示に従います。エレベーターが動いていても、絶対に使わないようにしましょう。

### ●映画館・劇場

バッグなどで頭部を保護し、座席の間に身を隠して揺れがおさまるのを待ちます。停電しても誘導灯や非常灯がつかますので、係員の指示に従って落ち着いて避難しましょう。



## 室内の安全対策



### 家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる

部屋がいくつもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるよう配置換える。



### 寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には家具を置かない

就寝中に地震に襲われると危険。子どもやお年寄り、病人などは倒れた家具が妨げとなって逃げ遅れる可能性がある。

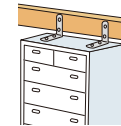


### 安全に避難するため、出入口や通路にものを置かない

玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろものを置くこと、いざというときに、出入口をふさいでしまうことも。

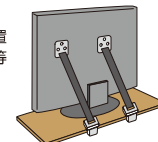
### ●タンス・本棚

L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合はつなぎ目を金具でしっかり連結しておく。



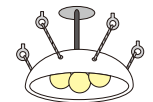
### ●テレビ

できるだけ低い位置に転倒防止ベルト等で固定して置く。



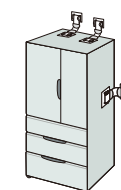
### ●照明

チェーンと金具を使って数箇所止める。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで止めておく。



### ●冷蔵庫

所定の取り付け場所(運搬用取っ手など)を転倒防止ベルトで壁や柱に固定する。



### ●食器棚

L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下の方に置く。扉が開かないように止め金具をつける。



## 家の安全対策

### ●屋根

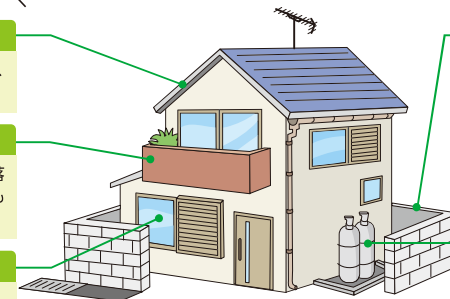
不安定な屋根のアンテナや、屋根瓦は補強しておく。

### ●ベランダ

植木鉢などの整理整頓を。落ちる危険がある場所には何も置かない。

### ●窓ガラス

飛散防止フィルムをはる。



### ●ブロック塀・門柱

土中にしっかりと基礎部分がないもの、鉄筋が入っていないものは危険なので補強する。ひび割れや鉄筋のさびも修理する。

### ●プロパンガス

ボンベを鎖で固定しておく。