

地震対策

地震
発生

最初の大きな揺れは約1分間

- 身の安全を確保する



1~2分

揺れがおさまったら

- 火元を確認 火が出たら、落ち着いて初期消火
- 家族の安全を確認 倒れた家具の下敷きになっていないかを確認
- 靴をはく 家の中はガラスの破片が散乱。靴や厚手のスリッパをはく
- 避難するときは、屋根瓦の落下・ブロック塀の倒壊・自動販売機などの転倒に注意

3分

みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ

- | | | |
|----------------|----------------|------------------------|
| 隣近所に
声をかけよう | 要配慮者の安全確保 | ●隣近所で助け合う |
| | ●行方不明者はいないかの確認 | ●ケガ人はいないかの確認 |
| 出火防止
初期消火 | ●消火器を使う | ●余震に注意 |
| | ●漏電・ガス漏れに注意 | 電気のブレーカーをおろす・ガスの元栓を閉める |



5分

ラジオなどで正しい情報を

- 防災機関、自主防災組織の情報を確認
- デマにまどわさないようにする
- 電話は緊急連絡を優先する
- 避難時に車は極力使用しない



10分
数時間
3日

協力して消火活動、救出・救護活動を

- 水、食料は蓄えているものでまかなう 最低限3日間(推奨7日間)の飲料水と食料の備蓄をしておく
- 災害・被害情報の収集 壊れた家に入らない
- 近くの人の救出・救護



屋内にいた場合

家中

- 揺れを感じたら、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所へ避難する。
- 火の確認はすみやかにする。(コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに)
- 乳幼児や病人、高齢者など災害弱者の安全を確保する。
- 裸足で歩き回らないようにする。(ガラスの破片などでケガをする)



集合住宅

- ドアや窓を開けて避難口を確保する。
- 避難にエレベーターは絶対に使わない。炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難する。(煙などできる限り吸わないように、姿勢を低くし、口をハンカチなどで軽くふさぎ、避難する)

緊急地震速報とは

地震の発生直後に、各地での強い揺れの到達時刻や震度を予想し、可能な限りすばやく知らせる情報のことです。テレビ・ラジオ・携帯電話などで情報を受信したら、あわてずに身の安全を守りましょう。

最近では、「シェイクアウト訓練」という地震防災訓練が注目されています。これは、指定された日時に、地震から身を守るために3つの安全行動(①姿勢を低く、②頭を守って、③揺れが収まるまでじっとする)を各人がいる場所(職場、学校、外出先等)で約1分間行うというものです。



出典 効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議

震度と揺れの状況

震度 0



震度 1



震度 2



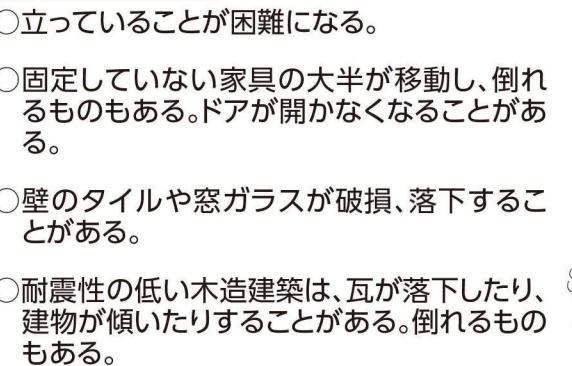
震度 3



震度 4



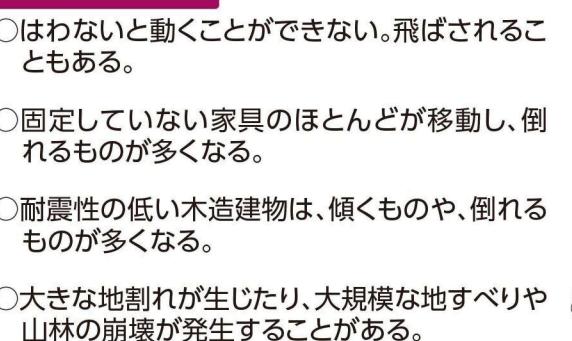
震度 6 弱



震度 5 弱



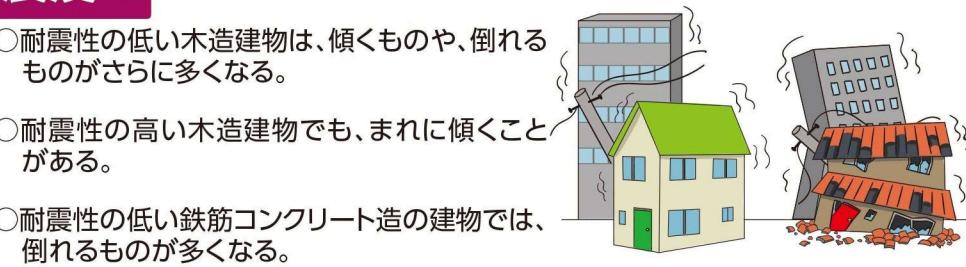
震度 6 強



震度 5 強



震度 7



地震
編

地震
編