

地震発生時の行動

安全確保行動1-2-3 (シェイクアウト)

- ①まず姿勢を低く!
- ②頭を守る!
- ③動かない!



安全確保行動1-2-3は地震発生時に身を守る方法として、とても重要で簡単な方法です。周囲の状況に応じて、慌てずに身の安全を確保しましょう。

家の中で大きな揺れを感じたら

● まずは身の安全を守る

地震が起きたら、まず第一に身の安全を確保しましょう。ある程度揺れがおさまってから、次の行動に移りましょう。

● 揺れがおさまってから、消火を確認

揺れがおさまったらガス器具やストーブなどの消火を確認しましょう。出火しても天井に燃え移る前なら慌てず消火器等で初期消火に努めましょう。通電火災を防ぐため、避難前に電気ブレーカーを落とし、ガスの元栓を閉めましょう。

● 戸を開けて出口を確保

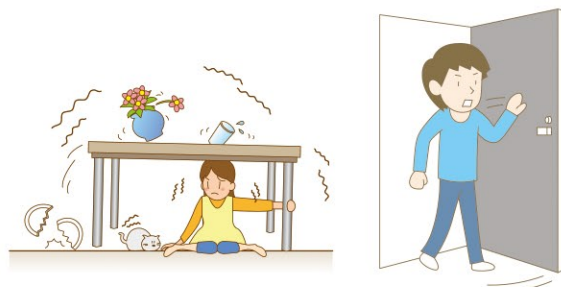
マンションなどの中高層住宅では出口の確保が重要です。逃げ口を失い閉じこめられないようにしましょう。

● 慌てて外に飛び出さない

家の倒壊の心配があれば外へ逃げましょう。瓦やガラスなどの落下物には十分注意し、お年寄りや子どもとはしっかりと手をつないで避難しましょう。

● 正確な情報を

すぐにテレビ・ラジオなどにより、報道機関や町からの正確な情報を得るようにし、デマに惑わされないようにしましょう。



外出先で大きな揺れを感じたら

屋外にいるときは

- 持ち物で頭を守りましょう。
- 建物から離れ、空き地など安全と思われる場所へ避難しましょう。
- ブロック塀、自動販売機、ショーウィンドウには近寄らないようにしましょう。

スーパーなどの建物の中では

- ガラスや陳列棚から離れ、落下物から頭を守りましょう。
- 非常口や階段に向かうときは、慌てず落ちついて行動しましょう。
- 場内放送や係員の指示に従いましょう。

車を運転しているときは

- ハザードランプを点灯させ、徐々に速度を落とし、道の左端に停止させましょう。
- 緊急車両を優先させましょう。
- 車を離れるときはキーを付けたままで、ドアはロックしない(スマートキー搭載車はキーを車内に置いておくようにしましょう)。

