

地震対策

地震が起きた場合、いる場所や時間の経過とともにとるべき行動が変わってきます。大きな揺れを感じたら、まずは身の安全を守り、揺れがおさまってから行動しましょう。

また、最近は強い揺れが来る前、あるいは強い揺れが来た後に、緊急地震速報が発表されます。緊急地震速報を見聞きしたときは、まわりの人に声をかけながら、周囲の状況に応じて、あわてず、まずは身の安全を確保しましょう。



緊急地震速報とは？

地震計でとらえたデータを解析し、到達時刻や震度を予想し、強い揺れが来る前に可能な限り早く知らせるシステムです。

※震源に近いところでは速報が間に合わなかったり、予測された震度に誤差を伴う可能性があります。

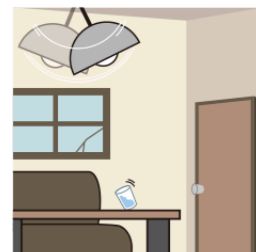
予想震度 **4** 以上で
テレビ・ラジオ・携帯電話
などを通じて発表



地震発生時と直後、場所ごとの行動を知っておきましょう

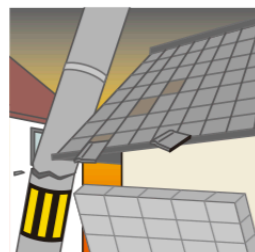
小さな揺れから大きな揺れになる場合があります。緊急地震速報の発表時はもちろん、小さな揺れでも直ちに身を守ることを優先しましょう。

地震発生！ まず身を守ることを優先して安全ゾーンへ



屋内

- ◆ 転倒落下物から離れ、机の下などへ
- ◆ 火の始末は揺れがおさまってから
- ◆ ドアや窓を開けて逃げ道を確認



住宅街

- ◆ ブロック塀、門柱や、建物から離れる
- ◆ 屋根瓦、ガラスなどの落下物に注意
- ◆ 電線に触れない



スーパー/コンビニ

- ◆ 買い物かごや手荷物で頭を守る
- ◆ 棚から離れ広い場所へ
- ◆ 係員の指示に従う



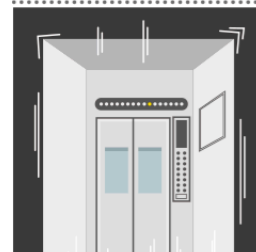
車の運転中

- ◆ ハザードランプをつけ、左側に停止
- ◆ 崖、橋、海岸など危険箇所から離れる
- ◆ キーはつけたまま、車検証をもって徒歩で避難する



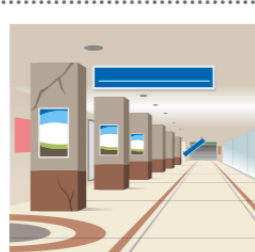
電車/バスの中

- ◆ 網棚からの落下物に注意
- ◆ 手すりやつり革にしっかりとつかまるか、姿勢を低くする
- ◆ 係員の指示に従って行動する



エレベーター

- ◆ 全ての階のボタンを押す
- ◆ 最初に停止した階で降りる
- ◆ 閉じ込められた場合はインターフォンで通報し、救助を待つ



地下街

- ◆ ガラスから離れ、柱や壁に身を寄せる
- ◆ 火災時はハンカチなどで鼻と口を覆い、姿勢を低くし、壁伝いに地上へ避難



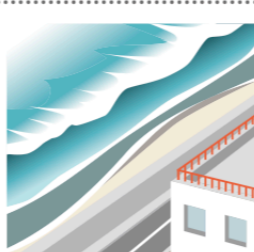
繁華街

- ◆ バッグなどで頭を守る
- ◆ 落下物に注意し、建物から離れる
- ◆ 塀や自動販売機の転倒に注意する



山間地

- ◆ 斜面や崖から離れる
- ◆ 沢や谷には近寄らない
- ◆ 荷物などで頭を守る



海岸付近

- ◆ ビルの4階以上に避難
- ◆ 元気な人は車を使わず駆け足で移動
- ◆ いったん避難したら津波警報の解除までもどらない

身の安全確保と被害の拡大をどう防ぐか意識しておきましょう

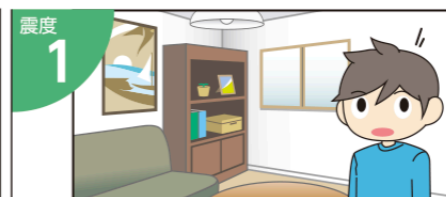
地震発生時や直後は、冷静な判断や行動が難しくなりがちです。屋内か屋外か、また、建物の種類などによって感じ方は異なりますが、揺れの大きさや想定される被害などを知って、対処法をイメージしておくことは大切です。

震度別 揺れの感じ方と被害想定

参考資料：気象庁震度階級関連解説表



震度0
人は揺れを感じない



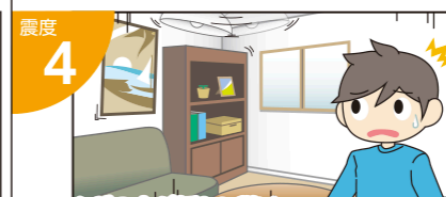
震度1
屋内で静かにしている人がわずかに揺れを感じる



震度2
屋内で静かにしている人の大半が揺れを感じる



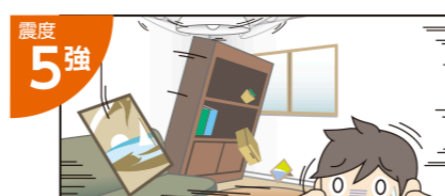
震度3
屋内にいる人のほとんどが揺れを感じる



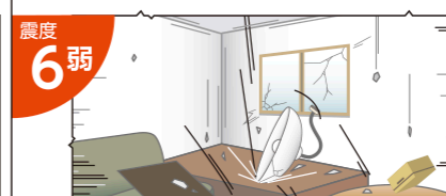
震度4
ほとんどの人が揺れに驚く
車を運転していて気づく人がいる



震度5弱
大半の人が恐怖を感じる
棚の中の食器類が落ちることがある



震度5強
大半の人が物につかまらなると歩くことが難しい



震度6弱
立っていることが困難
壁のタイルや窓ガラスの破損も



震度6強・7
揺れにほんろうされ動けない
地割れが生じたり建物が倒れたりする

震度とマグニチュードの違いって？

震度は地震による各地点の揺れの強さをあらわし、マグニチュードは地震そのもののエネルギーの大きさをあらわしています。

強い揺れの後

NG行動

- ・ 部屋の中を裸足で歩く
- ・ ガス漏れかも？換気扇をつける
- ・ 電気をつける
- ・ 落ちたブレーカーを上げる
- ・ 外へ飛び出す、下の階へ下りる
- ・ エレベーターを使う

OK行動

- ・ 靴やスリッパを履く
- ・ ガス漏れかも？窓を開け火気厳禁
- ・ スイッチを切り、プラグを抜く
- ・ 避難時はブレーカーを落とす
- ・ 室内(上の階)で安全確保
- ・ 階段を使う

家族・近所の安否確認と情報収集

- ◆ 家族の安否確認
- ◆ 近隣に声をかけ、必要があれば避難の補助を
- ◆ 根拠のない噂や情報に惑わされないよう注意し、正しい情報を得る

こんな時はすぐ避難

- ◆ 自宅が倒壊する危険がある
- ◆ 周辺でガス漏れや火災発生危険がある
- ◆ 津波の可能性がある
- ◆ 行政から避難情報が発令された など

火災が起きてしまったら

万一火災が発生してしまったら『あわてず、騒がず、落ち着いて』行動しましょう。

①早く知らせる!

火災を発見したら大きな声で「火事だ!」と叫びましょう。小さな火事でも消えかけてくずびっている場合は速やかに119番通報をしてください。

②早く消火する!

火災は発見が早ければ早いほど消火が簡単です。出火から3分以内が勝負です。まだ小さな火のうちなら水や身の回りの物、消火器などで十分消火可能です。

③早く逃げる!

避難する時に恐れや焦り、迷いは禁物です。避難を決めたら再び中には戻らない。服装や物にはこだわらず逃げることだけを考えてください。火災で恐ろしいのは炎と同時に煙です。有毒ガスが含まれていて吸い込むと中毒死や動けなくなってしまう。煙を吸わないよう姿勢を低くして避難しましょう。



◆消火器の使い方

- 1 黄色いピンを引き抜く
ピンを抜かないとレバーが動かない構造になっています。
- 2 ホースを外し、火元に向ける
炎や煙にまどわされず燃えている物に向けてください。勢いよく粉末が出ますのでしっかりと握りましょう。
- 3 レバーを握って消火粉末を噴射する
粉末が噴射される距離は約5m程度、時間は約10秒~15秒です。

