



# 地震発生！そのときどうする？

あらかじめどう行動すればいいのか考えておけば、いざという時冷静に判断できます。地震発生から避難・避難後までの行動マニュアルを確認しましょう。

## 1 自分を守る

①まず、身を守る



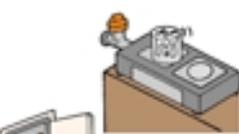
②すばやく火の始末

③非常脱出口の確保



## 2 家族を守る

①火元の確認



②家族の安全確認

③靴または底の厚いスリッパをはく

④津波の危険地域はすぐ避難

## 3 地域を守る

①隣近所への声かけ



②火災時には協力して初期消火



## 4 町民を守る

①地域ぐるみで協力して応急救護の体制を



②倒壊した家やその危険性のある家には入らない

③水・食料の確保

④災害情報、被害情報の収集

## 1 自分を守る

地震が発生したとき、まずは自分の身を守ることが必要です。

### ▼家の中にいるとき

クッションや座布団などで頭を保護し、机やテーブルの下で揺れがおさまるのを待ちましょう。揺れがおさまったら、火の始末をし、ドアや窓を開けて逃げ口を確保します。

### ▼デパートなどの施設にいるとき

あわてて出口に行かないで、係員の指示に従いましょう。エレベーターに乗っていたら、全ての階のボタンを押し、停止した階ですぐに降りましょう。

### ▼路上にいるとき

かばんなどで頭を保護し、近くの空き地や公園など広い場所に避難するか、丈夫な建物の中へ逃げ

ましょう。窓ガラス、ブロック塀や自動販売機などに近づかないようにしましょう。

### ▼車を運転中のとき

あわててブレーキをかけず、少しずつスピードを落とします。道路の左側に停車し、エンジンを切りましょう。避難するときは、駐車車両による渋滞を防ぐため、キーはつけたままにしましょう。

### ▼電車やバスに乗っているとき

つり革や手すりにしっかりつかまります。勝手に車外に飛び出さないようにしましょう。

## 災害用伝言ダイヤル 171

災害発生時に稼動するNTTの災害用伝言ダイヤルサービス。家族や友人が被災した場合の安否確認や連絡に役立ちます。

### 伝言録音は

171→1→市外局番からの電話番号

### 伝言再生は

171→2→市外局番からの電話番号