

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

- 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
- デマにまどわされないように ●避難時に車は極力使用しない
- 電話は緊急連絡を優先する



10分
数時間
3日

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、避難をする)

屋外にいた場合

路上

- その場に立ち止まらず、窓ガラス、看板などの落下物から頭をカバンなどで保護する。
- 建物から離れ、安全性の高い場所へ移動する。
- ブロック塀や自動販売機などには近づかない。
- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意する。



車を運転中

- ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落とし、緊急車両などの通行スペースを確保し、道路の左側に止め、エンジンを切る。
- 揺れがおさまるまで冷静に周囲の状況を確認して、カーラジオで情報を収集する。
- 避難が必要なときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難する。

山沿い・谷沿い

- 地震により土砂災害が発生するおそれがあるため、安全な場所へ避難する。

地震対策

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

- 人は揺れを感じない。

震度 1

- 屋内で静かにしている人の中には、揺れをわずかに感じる人がいる。

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

- ほとんどの人が驚く。
- 電灯などのつり下げ物は大きく揺れる。
- 座りの悪い置物が倒れることがある。

震度 6 弱

- 立っていることが困難になる。
- 固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。ドアが開かなくなることがある。
- 壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。
- 耐震性の低い木造建築は、瓦が落下したり、建物が傾いたりすることがある。倒れるものもある。



震度 5 強

- 大半の人が恐怖を覚え、物につかまらないと感じる。
- 棚にある食器類や本が落ちることがある。
- 固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは倒れることがある。



震度 6 強

- はわないと動くことができない。飛ばされることがある。
- 固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが多くなる。
- 耐震性の低い木造建築は、傾くものや、倒れるものが多くなる。
- 大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山林の崩壊が発生することがある。



震度 5 強

- 物につかまらないと歩くことが難しい。
- 棚にある食器類や本が落ちるものが多くなる。
- 固定していない家具が倒れることがある。
- 補強していないブロック塀が崩れることがある。



震度 7

- 耐震性の低い木造建築は、傾くものや、倒れるものがさらに多くなる。
- 耐震性の高い木造建築でも、まれに傾くことがある。
- 耐震性の低い鉄筋コンクリート造の建物では、倒れるものが多くなる。

