

避難のタイミング・ポイント

急な地震におそわれても、あわてずに行動することが自分の身を守ることになります。地震発生時の行動を日ごろから考えておくことが大切です。

地震発生

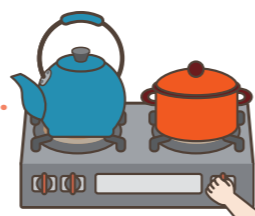
- あわてて外に飛び出さないようにしましょう。
- ドアや窓を開けて逃げ道を確認しましょう。
- すばやく火の始末を行いましょ。

すぐに身を守る行動を! 地震発生時の安全確保行動 1-2-3 (Drop, Cover, and Hold On) とっさの行動ができるよう、日頃から訓練しておきましょう!



地震発生後 1~2分

- 火元の確認や出火の場合は消火しましょう。
- 家族の安全を確認しましょう。
- 外に逃げる時には安全のため必ず靴をはきましょう。



地震発生後 3分

- テレビやラジオで情報を確認しましょう。
- 余震に注意しましょう。

地震発生後 5分

- 隣近所の安否確認や周囲の様子を確認しましょう。
- 火災が発生している場合は周囲の人や消防に知らせるとともに、できれば消火活動を行いましょ。
- 倒壊の危険がある場所には近寄らないようにしましょう。



地震発生後 5~10分

- 家を離れる場合は避難場所などの貼紙をしておきましょう。

地震発生後 10分~数時間

- 隣近所で協力し、消火や救助活動を行いましょ。

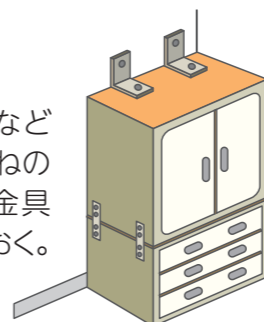


家具の転倒、落下を防ぐポイント

Check Point

タンス・本棚

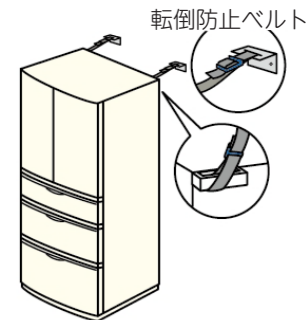
L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合はつなぎ目を金具でしっかり連結しておく。



Check Point

冷蔵庫

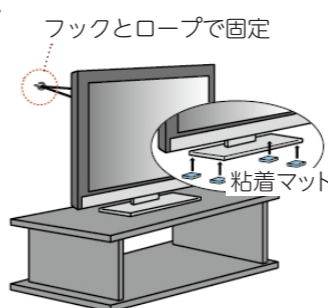
ベルトの取付口や取っ手にベルトを通して金具などで固定する。



Check Point

テレビ

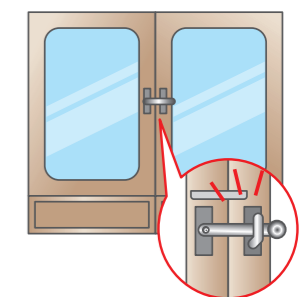
テレビ台や壁などにテレビを固定しておく。



Check Point

食器棚

L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下の方に置く。扉が開かないように止め金具をつける。



※東京消防庁「家具類の転倒・落下防止対策ハンドブック」を参考に作成

このチェックポイントは一般的なものを示しています。それぞれのご家庭の状況に応じて危険な箇所がないかご確認ください。下記のチェックリストに気づいた点などを記入して活用してください。

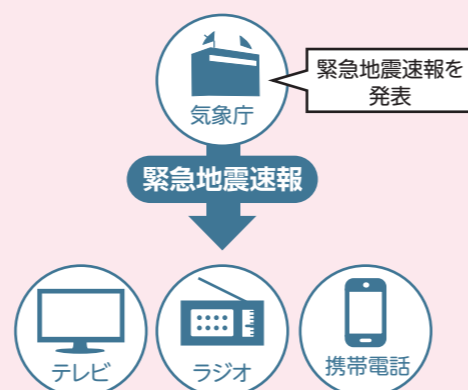
自己チェックリスト

チェック欄	わが家で対策が足りていない箇所	備考
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		
<input type="checkbox"/>		

((())) 緊急地震速報を活用して身を守ろう!

緊急地震速報は気象庁が地震発生直後に、各地での強い揺れの到達時刻や震度を予想し、可能な限り素早く知らせる情報のことです。

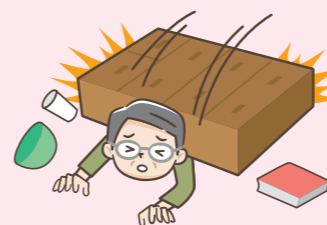
緊急地震速報を発表して強い揺れが到達するまでの時間は、数秒から長くても数十秒くらいです。この短い間にあわてずに身の安全を確保しましょう。震源に近い場所では、緊急地震速報が強い揺れの到達に間に合わない場合があります。自分を守るために情報を最大限活用しましょう。



防災 チェックポイント

家具が転倒するとどうなるの?

建物が無事でも家具が転倒すると、その下敷きになってけがをしたり、室内が散乱することによって逃げ遅れてしまう場合があります。家庭での被害を防ぎ、安全な逃げ道を確認するためにも、家具の転倒・落下防止対策をとっておきましょう。



阪神・淡路大震災でけがをした人の原因

(神戸市消防局調査より)

