

大地震発生時、こんな所にいたらどうする？

家の中では・・・

- テーブルなどの下に隠れて身を守る。余裕があれば、座ぶとんなどで頭を保護する
- ガラスの破片などでけがをする恐れがあるので靴やスリッパを履く
- 扉や窓を開け、避難口を確保する
- 揺れが収まったら火の始末をしてガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切る



デパート、スーパーでは・・・

- かばんなどで頭を保護して、ショーウィンドーや商品棚から離れる
- 柱や壁際に身を寄せ、係員の指示に従って落ち着いて行動する
- 子どもを連れているときは、必ず子どもの手をつなぐ
- 慌てて出入口や非常口に殺到しない



映画館、劇場では・・・

- かばんなどで頭を保護して、座席の間に身を隠し係員の指示に従う
- 将棋倒しなどに巻き込まれる恐れがあるので、慌てず落ち着いて行動する
- 慌てて出入口や非常口に殺到しない
- 建物の外では看板、ネオン塔などの落下物に注意する



集合住宅では・・・

- ドアや窓を開けて避難口を確保する
- エレベーターは絶対に使用せず、階段を使って避難する

エレベーター内では・・・

- すべての階のボタンを押して最初に停止した階で降り、階段を使って避難する
- 閉じ込められたときは、非常連絡ボタンを押して救助を待つ（天井の非常口から脱出すると、転落や感電の危険がある）
- 停電しても非常灯がつき、連絡は取れるので、慌てず落ち着いて行動する



地下街では・・・

- 地下街は耐震構造になっているので、比較的安全といわれている。壁や太い柱に身を寄せて揺れが収まるのを待つ
- 出口は数十メートルおきにあり、停電になっても非常灯がつくので、落ち着いて行動する
- 火災が発生したときは、ハンカチなどで口と鼻を覆い、壁伝いにはうようにして、煙が流れる方向へ逃げる

車の運転中は・・・

- 揺れを感じたら徐々にスピードを落とし、道路の左側に寄せてエンジンを切る
- 揺れが収まるまで車外には出ないで、カーラジオで地震情報を聞く
- 車外へ避難するときは、キーを付けたままドアもロックしない
- 高速道路を走行中は、街路灯や防音壁の倒壊に気を付ける



路上では・・・

- 窓ガラスや看板などの落下物に気をつけて、空き地や公園などの広い場所に避難する
- ブロック塀や石垣、自動販売機、電柱などからすぐに離れる
- 切れた電線には近づかない



電車やバスの車内では・・・

- 立っているときは、つり革や手すりにしっかりつかまる
- 座っているときは、足を踏ん張って前かがみになり、雑誌やかばんなどで頭を保護する
- 停車しても勝手に降りないで、乗務員の指示に従って落ち着いて行動する



海岸付近では・・・

- 高台に避難して津波情報をよく聞く
- 注意報、警報が解除されるまで決して海辺には近づかない
- 第1波の津波が過ぎても、第2波の方が強いことがあるので油断しない

