

地震発生時の行動パターン

地震発生

最初の激しい揺れは
約1分程度

まず、身を守る

座布団等で頭を保護し、丈夫な机やテーブルの下などに隠れ足等をしっかり持つ。

避難口の確保

玄関、窓を開け逃げ口を確保する。



1~2分

揺れがおさまったら
家族の安全確認

火元の確認

ガスの元栓を締め、ブレーカーを落とす。もし火が出ていた場合、可能な限り初期消火を行う。

家族の安否確認

靴、スリッパ等を履く

ガラスの破片や散乱物から足を守るため、分厚い靴、スリッパを履く。

津波危険区域はすぐ避

津波のこない高台に避難する。

3分

余震に注意しつつ
近隣所の安全確認

近隣所への声かけ

けが人、行方不明者がいないかを確認する。



火災時には、協力して初期消

大声で知らせ、消火器、バケツリレーなど近隣で協力して初期消火を!!
ただし無理な消火活動はしない。



5分

テマにまどわされず
正確な情報を収集

正しい情報を聞く

ラジオ等で正確な情報を収集。役場等の組織の情報を収集



家屋倒壊の危険がある場合はすぐに避難

電話は緊急連絡を優先

災害時要援護者を支援

高齢者、障害者、けが人、妊婦、子供等の避難を支援

10分~3日

避難後は集団生活のルールを守り
助け合いの心を忘れずに

自主防災組織

危険箇所への立ち入り禁

水・食料の確保

いざという時のために、日頃から最低でも3日分の飲料水と食料の備蓄をしておく。



災害情報・被害情報の収