

地震発生！ そのときどうする

マグニチュード8クラスの巨大地震が発生した場合、一瞬の判断が生死を分けることもあります。最初の1分間は身の安全確保が第一。あわてないで、冷静に行動しましょう。

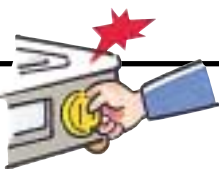
地震発生！

身の安全を守る



●大きな揺れが続くのはせいぜい1分間程度。急いでテーブル、机、ふとんなどの下にもぐりましょう。あわてて外に飛び出さないことが大切。

火の始末をする



●揺れが小さい場合はただちにガスやストーブの火を消し、コンセントを抜きましょう。揺れが大きいときは揺れがおさまってから火の始末を。

脱出口を確保する



●ドアや窓が変形して開かなくなることがあるので、揺れの合間をみてドアや窓を開けて、逃げ道を確保しておきましょう。特に中高層住宅の場合は忘れずに。

危険なときは避難する



●避難指示があったときは急いで避難しましょう。指示がなくても、激しい揺れで家具が倒れるなど危険を感じたときや、火災が発生して火が天井まで燃え移ったときは、ただちに避難してください。

正しい情報を集める



●災害時は誤った情報が流れることがあります。その後の対処を間違わないためにも、ラジオなどで正しい情報を入手するようにしてください。また、しばらくの間は余震の危険がありますので、倒れかけた家や危険な看板などには近づかないようにしましょう。

集合住宅の場合は

●**出入口の確保** 揺れで建物がゆがみ、ドアやベランダの窓が開かなくなり、中に閉じ込められることがあります。できるだけ早くドアや窓を開けて、脱出口を確保しましょう。

●**避難するときは** 火災の延焼を防ぐために、ドアや窓を閉めて避難しましょう。エレベーターは使わず、必ず階段を利用してください。万一、ドアが開かない場合は、ベランダの避難ハッチ（非常脱出口）から避難しましょう。

●**エレベーターに乗っていたら** ただちに各階のボタンをすべて押し、停止した階で降りましょう。停電などで中に閉じ込められた場合は、非常ボタンを押し続け、非常用電話（停電でも使用可能）で救助を求めてください。