

じしん お まえ

地震が起きる前にできること

- いえ しょうかき お
• 家に消火器を置きましょう。
- たんす ほんだな かぐ たお と
• タンスや本棚など家具が 倒れないように 留めておきましょう。
- じしん みず た もの じゅんび
• 地震のときのために 水や食べ物を いつも準備しておきましょう。
- じしん だいじ も じゅんび
• 地震のときのために 大事なものは 持っていくことができるように かばんを準備しておきましょう。
- なか みず た もの かいちゆうでんとう い
かばんの中には 水や食べ物・懐中電灯を 入れておきましょう。
- じしん お かぞく そうだん
• 地震が起きたとき どうするか家族と 相談しておきましょう。
- れんらく あ に
どうやって連絡しますか？ どこで会いますか？ どこへ逃げますか？

じしん お

地震が起きたら・・・

- いえ
○ 家にいるとき
 - てーぶる した はい
• テーブルなどの下に 入ります。
 - そと に へや げんかん どあ あ
• 外に 逃げられるよう、部屋や玄関のドアを 開けておきます。
- そと
○ 外にいるとき
 - せま みち い
• 狭い道へ 行かないでください。
 - こうかどうろ ちか
• 高架道路(たかいところをとおっているみち)へは 近づかないでください。
 - かわ ちか い
• 川の近くには 行かないでください。
- くるま
○ 車にのっているとき
 - くるま みち ひだりがわ なに と えんじん き
• あわてないで 車を道の左側か、何も無いところに止めて、エンジンを 切ってください。
 - くるま に えんじん かぎ つ
• 車をおいて、逃げなければならないときは、エンジンの鍵を 着けておいてください。
 - どあ かぎ
• ドアに鍵を かけないでください。

避難場所(みんながにげるところ)

- ちか がっこう こうえん なに ひろ あんぜん い
• 近くの学校や公園など、何もないところで 広くて 安全なところへ 行きましょう。
- じぶん いえ かえ しゅうようひなんじよ い
• 自分の家に帰ることができないときは「収容避難所」に 行ってください。
- ふくしまく しゅうようひなんじよ こ いえ ちか しょうがっこう ちゅうがっこう こうとうがっこう
• 福島区には「収容避難所」が 13個あります。家の近くの小学校 や 中学校 ・ 高等学校です。
- しゅうようひなんじよ しら
• 「収容避難所」がどこにあるか、調べておいてください。

くわ

★ 詳しくはこちら

ふくしまくひなんじよいちらん

[福島区避難所一覧へ](#)