

## 考えておくことの例

参加種別／内容	緊急地震速報 地震発生	揺れがおさまったら 建物の安全確認ができたなら
ご家庭内 事務所内	家具等から離れる 火を消す(離れている場合は無理して消火しない) 頭、体の保護し机の下に隠れる	あわてず状況確認 外に飛び出さない
事業所 (防災センター)	姿勢を低くし、頭、体を保護 館内への周知	状況確認 在館者を外に出さない 自衛消防隊等の訓練
まちなか 人が大勢いる施設 (屋外含む)	ブロック塀・看板・ガラス・自動販売機等から離れる 係員の指示に従い、あわてて出口に走り出さない 姿勢を低くし、頭、体を保護	あわてず状況確認 外に飛び出さない
鉄道・バス	つり革、手すりにしっかりつかまる 姿勢を低くする	係員の指示に従う
自動車運転中 運転中はメールがなっても携帯電話の操作は絶対 にしないで下さい	急にスピードを落とさない (急ブレーキ禁止) ハザードランプ点灯 道路状況を確認して左側に停止	あわてず状況確認 車外に飛び出さない

※訓練当日は交通法規を守り、実際にはやらないでください

**※ 訓練日当日は、高速道路等停車が禁止されている道路での停車は絶対にしないで下さい。**

さらに・・・

在館者等の誘導

家族、従業員の安否確認の実施

備蓄物資の確認

家族・社内防災会議の開催

帰宅ルート・最寄りの避難所の確認

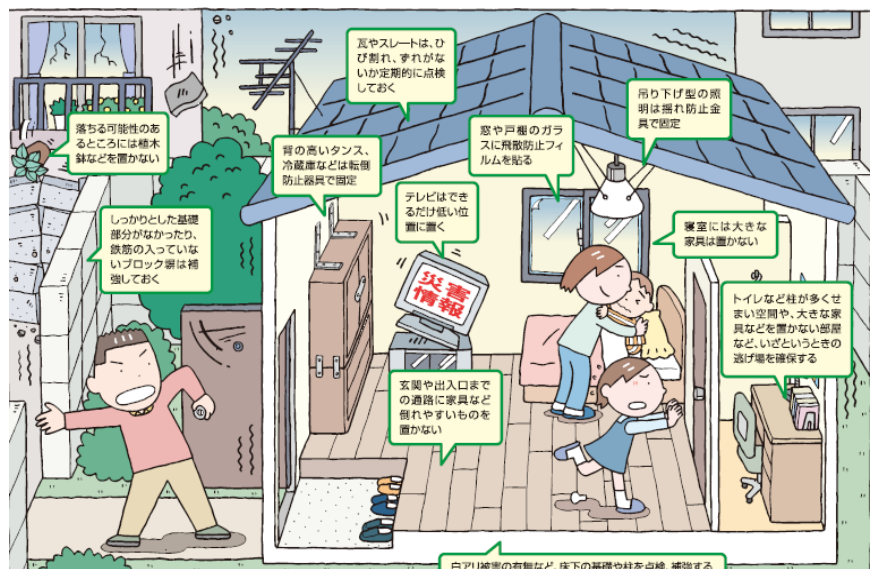


## 敵を見つけよう！！

地震の揺れで「動く、倒れる、落ちる、割れる、飛ぶ」ものを見つけ退治する。

【当日までの事前の確認事項】

- 建物の耐震性は？
- 地域の震度想定・地盤の状況は？
- 家具やロッカーの転倒防止措置は？
- 備品や備蓄物資の確認は？
- 身を守る確認は？
- あわてて帰宅しない確認



- 帰宅ルートの確認は？
- 最寄りの避難所の確認は？
- 家族や社内の防災会議の開催は？
- 災害用伝言サービスの使用方法の  
確認は？