

# 地震発生

安全を確保！

まずは

自分や家族の  
身を守る

家庭では



テーブルなどの下にもぐり、できるだけ体を固定しましょう！

- 周囲に身を守ることができない場合は、クッションなどで頭を守り、家具やガラス面などから離れましょう。
- 料理中は無理に火を消そうとせず、その場から離れましょう。
- (都市ガスは震度5弱以上で自動的に遮断されます。)

揺れが収まったら

つぎに

落ち着いて行動する



状況の確認！



- テレビで正しい情報を収集しましょう。
- 停電に備え、手回し充電ラジオなどを用意しておきましょう。

屋内のガラスに注意！

- 割れたガラスなどから足を守るため、スリッパや靴などをはきましょ。
- 新聞スリッパの作り方も覚えておきましょう。



さらに

避難

慌てずに避難！



- 玄関に家族の安否を表示しましょう。
- 非常持出袋を持って避難しましょう。

逃げ道の確保！



- 玄関扉や窓を開けて閉じ込められないようにしましょう。
- 通路に物は置かないようにしましょう。

火災を防止！



- 停電復旧後の出火（通電火災）を防ぐため、ブレーカーを落としましょう。
- ガス漏れを防ぐため、元栓を閉めましょう。