

## 地震発生時の行動

### 地震発生直後の行動

#### まず自分の身を守る行動を！

緊急地震速報がテレビやラジオ、スマートフォンから流れ、強い揺れを感じるまでの時間は数秒から数十秒です。

緊急地震速報が鳴れば、すぐに家具類の転倒・落下の恐れがない安全な場所に移動するか、落下物などから身を守るために、丈夫なテーブルなどの下で揺れが収まるのを待ちましょう。



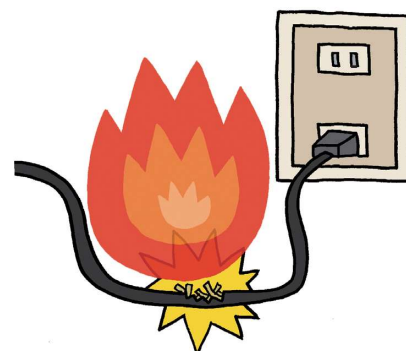
家具類の転倒・落下・移動を防ぐ 11頁

### 揺れが収まったら

#### (1) ライフラインの安全確認

大きな揺れが収まれば、身の安全を確認し、後で避難できるように窓や玄関の扉を開けて、避難路の確保やライフラインの確認をしましょう。

- 火元を確認します。火災が発生した場合は、落ち着いて消火器などで初期消火を行いましょう。
- 電気のブレーカーを落としましょう。ブレーカーが入ったままだと、電気が復旧した際に漏電による火災の原因になります。
- ガスの元栓を締め、安全確認できるまで使用は控えましょう。



#### (2) 家族の安否確認

大規模災害時、すぐには家族の安否が確認できないことがあります。日頃から、家族や友人と連絡を取る方法を確認しておきましょう。

- LINEのステータスメッセージや、Twitterの固定ツイートなどに自身の安否情報を入れておくことで、直接連絡が取れないときでも安否を伝えることができます。
- NTTの災害用伝言ダイヤル「171」や災害用伝言板「web171」、携帯電話各社の「災害用伝言板サービス」などを活用して安否を確認しましょう。

#### 災害用伝言ダイヤルの使用方法

##### 伝言の録音・再生方法

1 7 1 にダイヤル

録音は 1 再生は 2 をプッシュ

(×××) ××××-××××  
被災地の方の電話番号を入力

ガイダンスに従って録音・再生する



### (3) マンションでの安否確認と在宅避難

災害発生後、避難所は人があふれ、プライバシーの確保は困難です。南海トラフ巨大地震で予測されている津波が大阪に到達すると、天王寺区の浸水想定はありませんが、海に近い地域から避難される方が増える可能性があります。

避難所は新型コロナウイルスなど感染症のリスクも高く、避難者同士の間隔を取れば、受け入れできる人数は更に少なくなります。

避難所生活のストレスなどを考えると、可能な限り住み慣れた自宅での「在宅避難」を前提に、同じマンションの居住者で協力して対応しましょう。



出典：災害写真データベース  
「2007年新潟県中越沖地震での避難所」

- 天王寺区では災害時に一定期間滞在し避難者の生活環境を確保するための「災害時避難所」を20ヶ所指定しています。「災害時避難所」は市などからの救援物資の受け取り場所や、救援情報の集約場所にもなるので、「災害時避難所」の場所については、「防災マップ」や地域の防災計画で確かめておきましょう。
- あらかじめ決めておいた方法(→15頁)で、マンション内に在宅避難している居住者の安否確認を行い、最寄りの災害時避難所にその人数を伝えましょう。
- 共有設備の停止や故障の対応、物資や情報の共有など、マンション単位で行動した方がよいものは、マンション内に災害対策本部を設置し、お互いに協力して行いましょう。



つながって、防災力の向上を(共助の備え) 14頁

▶ 防災マップ  
各地域別防災計画(概要版)

