

(1) 行動手順の確認

自分や家族の安全を確保するためには、地震が発生しても慌てず行動できるかがポイントになります。いざというときに慌てないように、地震発生時の標準的な行動パターンをしっかりと訓練して確認しましょう。

訓練内容

◆ 大きな揺れを感じたら〔地震発生から：0分～1分〕

① 自分と家族の安全確保

落ち着いて、近くの丈夫な机やテーブルなどの下に身を隠します。身を隠す場所がない場合は、座布団やクッションなどで頭を保護します。

注) 大きな揺れの場合、自動的にガスの供給が停止されるメーターの設置が増えているので、やけどの危険をおかしてまで火を消さないでください。



◆ 大きな揺れがおさまったら〔地震発生から：1分～5分〕

② 火の始末と初期消火

火を消し、ガスの元栓をしめます。出火したときは落ち着いて消火します。



初期消火が可能なのは、天井に火が
まわるまで！！

初期消火が可能なのは、一般的に天井に火がまわるまでといわれています。一般的な住宅で出火からおよそ3分程度に天井にまわります。

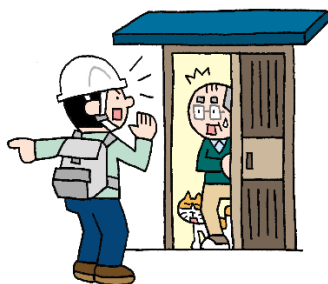
③ 逃げ道の確保

玄関などの扉を開けて逃げ道を確保します。あわてて外へ飛び出さず、周囲の状況をよく確かめ落ち着いて行動します。



④ 隣近所の安否確認

わが家の安全を確認後、隣近所の安否を確認します。



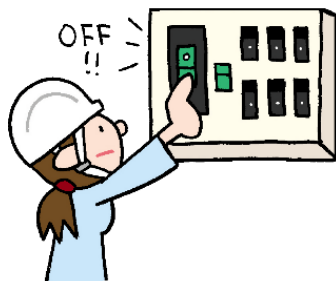
⑤ 情報の入手

余震のおそれもあるので、テレビやラジオなどで正しい情報を入手し落ち着いて行動します。



⑥ 避難行動

避難が必要なときには、ブレーカーを切り、ガスの元栓をしめ、安全確認してから避難します。



通電火災に注意！！

ブレーカーを切らないと「通電火災」が発生するかもしれません。

「通電火災」は、停電が解消して、電気の供給が再開された後、倒れたままのオーブントースターや電気ストーブ、損傷した状態のコードなどから引火して起こります。東日本大震災の地震における火災のうち、実に過半数が、電気によるものであったとみられています。

※ 地震災害に限らず、避難に備えて非常用持出品を用意しておきましょう。

