

<地震発生時の行動>

1. 地震だ！まず身の安全

- ・揺れを感じたり、緊急地震速報を受けたときは、身の安全を最優先に行動する。
- ・丈夫なテーブルの下や物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間に身を寄せ、揺れがおさまるまで様子を見る。

【高層階（概ね10階以上）での注意点】

- ・高層階では、揺れが数分続くこともある。
- ・大きくゆっくりとした揺れにより、家具類が転倒・落下する危険に加え、大きく移動する危険があります。

<地震直後の行動>

2. 落ち着いて 火の元確認 初期消火

- ・火を使用しているときは、揺れが収まってから、あわてずに火の始末をする。
- ・出火したときは、落ち着いて消火する。

3. あわてた行動 けがのもと

- ・屋内で転倒・落下した家具類や、ガラスの破片などに注意する。
- ・瓦や窓ガラス、看板などが落ちてくるので、外に飛び出さない。

4. 窓や戸を開け 出口の確保

- ・揺れがおさまったときに、避難できるよう出口を確保する。

5. 門や塀には 近寄らない

- ・屋外で揺れを感じたら、ブロック塀などには近寄らない。

<地震後の行動>

6. 火災や津波 確かな避難

- ・地域に火災の危険がせまり、身の危険を感じたら、一時集合場所や避難場所に避難する。
- ・沿岸部では、大きな揺れを感じたり、津波警報が出されたら、高台などの安全な場所にすばやく避難する。

7. 正しい情報 確かな行動

- ・ラジオやテレビ、消防署、行政などから正しい情報を得る。

8. 確かめ合おう わが家の安全 隣の安否

- ・わが家の安全を確認後、近隣の安否を確認する。

9. 協力し合って 救出・救護

- ・倒壊建物や転倒家具などの下敷きになった人を近隣で協力し、救出・救護する。

10. 避難の前に安全確認 電気・ガス

- ・避難が必要なときには、ブレーカーを切り、ガスの元栓を締めて避難する。