



## 速報発表から強い揺れがくるまでの時間は、数秒から数十秒

地震の揺れを感じた場合や緊急地震速報を見聞きした場合は、あわてずにまずは身の安全を確保してください。そして落ち着いてテレビやラジオ、携帯電話やスマートフォンなどで正確な情報の把握に努めましょう。



## 地震発生

### 最初の大きな揺れは約1分間

- まわりの人に声をかけながら、あわてずに身の安全を確保する。
- ドア等を開けて、逃げ道を確保する。

### 揺れがおさまったら

- 火元を確認し、火が出ていたら初期消火する。
- 倒れた家具の下敷きになっていないかなど、家族の安全を確認する。
- 避難するときは、屋根瓦の落下・ブロック塀の倒壊・自動販売機などの転倒に注意する。



2分

## みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ 余震に注意する

### 隣近所に声をかけよう

- 要配慮者の安全を確保する。
- 隣近所で助け合う。
- 行方不明者はいないか確認する。
- ケガ人はいないか確認する。

### 出火防止・初期消火

- 消火器を使う。
- 漏電・ガス漏れ防止のため、電気のブレーカーを下ろす・ガスの元栓を閉める。

3分

## テレビ・ラジオ・インターネットなどで正しい情報を確認する

- 防災機関、自主防災組織の情報を確認する。
- インターネット等でのデマにまどわされないようにする。
- 電話は緊急連絡を優先する。



10分

数時間

3日

## 協力して消火活動、救出・救護活動をする

- 水、食料は蓄えているものでまかなう。
- 災害・被害情報を収集する。
- 近くの人を救出・救護する。
- 壊れた家に入らない。



## 屋内にいる場合

### 家の中

- 頭を保護しながら丈夫な机の下などに隠れる。
- 靴をはく（ガラスの破片などでケガをしないため）。



### 大規模店舗や集客施設にいるとき

- つり下がっている照明などの下から避難する。
- あわてて出口や階段に殺到しない。

### エレベーターに乗っているとき

- すべてのボタンを押し、最寄りの階で停止させて、すぐに降りる。

## 屋外にいる場合

### 路上

- ブロック塀や自動販売機には近づかない。
- 頭上からの落下物に注意する。



### 車を運転中

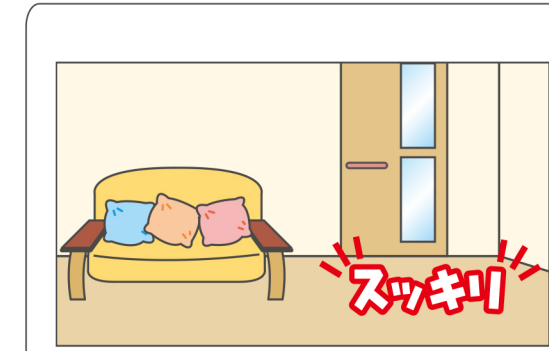
- あわてて急ハンドルや急ブレーキをかけず徐々に速度を落とす。
- 避難するときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない。
- 車検証などの貴重品を忘れずに持ち出す。

### 山や崖付近にいるとき

- 落石や崖崩れに注意し、できるだけその場から離れる。

## 屋内の安全対策

事前に準備できているかチェック☑しましょう



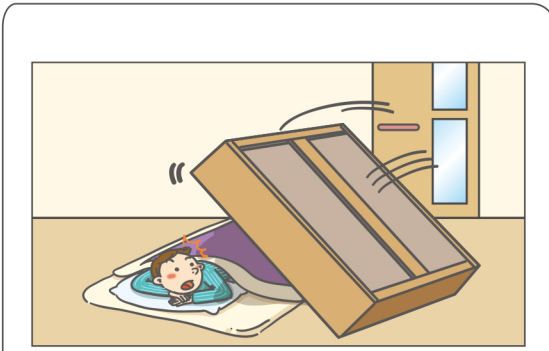
### リビング

逃げ場として安全なスペースができるよう配置換える。



### 通路・出入口

安全に避難するため倒れやすいものを置かない。



### 寝室

出入口や就寝位置と重ならないように家具を配置する。

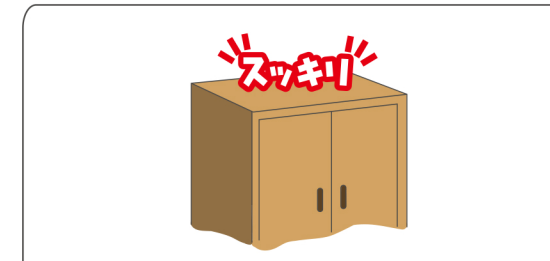
## 家具の転倒、落下を防ぐポイント

事前に準備できているかチェック☑しましょう



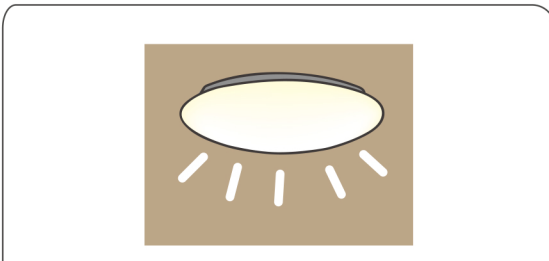
### 家具

背の高い家具等は支え棒で固定する。家具の下に転倒防止ストッパーを差し込む。



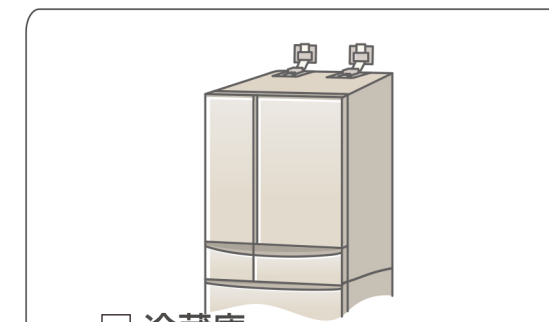
### タンス・本棚

家具の上に割れやすい物を置かない。



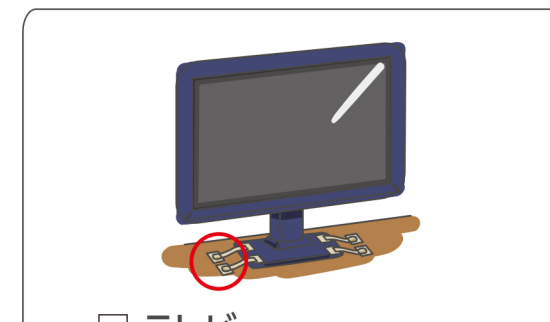
### 照明

天井に直に取り付けるタイプ（シーリングライト）の器具に交換する。



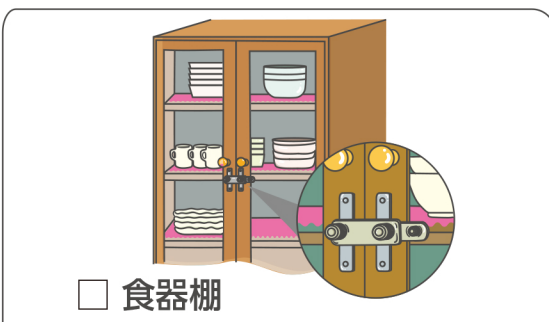
### 冷蔵庫

固定ベルトや支え棒などで固定する。



### テレビ

低い位置に固定して置く。



### 食器棚

滑りにくい素材のシートを敷く。扉が開かないよう止め金具をつける。

## 屋外の安全対策

事前に準備できているかチェック☑しましょう

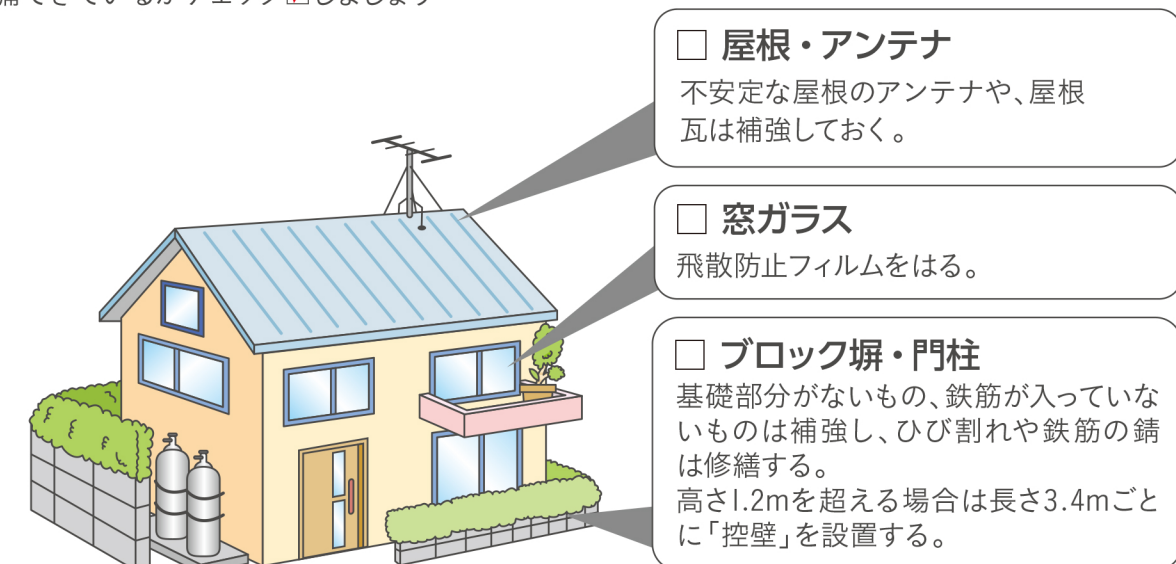
### 住まいの耐震化のご案内

昭和56年(1981年)以前の建物のなかには、地震で倒壊する危険が高いものがあります。市では耐震診断・耐震改修を支援しています。

### ブロック塀等撤去等事業補助金制度

地震等によるブロック塀等の倒壊、転倒等を防止し、市民の安全を確保するために、ブロック塀等の撤去等に係る費用の一部を補助します。補助金をご希望の方は都市整備課にお問い合わせください。

☎028-681-1120



### 屋根・アンテナ

不安定な屋根のアンテナや、屋根瓦は補強しておく。

### 窓ガラス

飛散防止フィルムをはる。

### ブロック塀・門柱

基礎部分がないもの、鉄筋が入っていないものは補強し、ひび割れや鉄筋の錆は修繕する。高さ1.2mを超える場合は長さ3.4mごとに「控壁」を設置する。