

# 地震発生時の行動パターンを確認

大きな地震が発生した際、冷静に対応するのは難しいものですが、一瞬の判断が生死を分けることもあります。いざというとき「あわてず、落ち着いて」行動するために、地震発生時の基本的な対応パターンを覚えておきましょう。

## 地震発生時の行動チャート

地震発生

- 机やテーブルなどの下へもぐり、身を守りましょう。倒れてくる家具や落下物に注意しましょう。
- ドアや窓を開けて、逃げ道を確認しましょう。



1～2分

- ガスの元栓を閉めましょう。
- 火元を確認し、出火していたら初期消火しましょう。
- 家族の安全を確認しましょう。
- 靴を履き、ガラスの破片などから足を守りましょう。
- 非常用持出品を手近に用意しましょう。



避難する場合

**津波・山・がけ崩れの危険が予想される地域は身の安全を確認してすぐ避難**

3分

- 隣近所の安全を確認しましょう。特に、一人暮らしの高齢者など要配慮者がいる世帯には積極的に声をかけ、安否を確認しましょう。火が出ていたら大声で知らせ、協力して消火しましょう。**P.18参照**
- 大きな地震の後には余震が発生します。余震にも注意しましょう。



5分

- テレビ・ラジオなどで災害情報を確認しましょう。
- 電話はなるべく使わないようにしましょう。
- 家屋倒壊などのおそれがあれば避難しましょう。避難の際、ブロック塀の倒壊やガラスの落下に注意しましょう。
- 避難の際、車は使わないようにしましょう。



5～10分

- 通電火災をふせぐため、電気のブレーカーを落としましょう。**P.10参照**



10分～数時間

- 隣近所で協力し、消火・救出活動を行いましょう。あわせて消防署等へ通報しましょう。



～7日くらい

- 災害発生から数日間は、外部からの応援が期待できないため、生活必需品は備蓄でまかないましょう。
- 災害情報、被害情報を収集しましょう。
- 自宅などが壊れた場合、入らないようにしましょう。
- 引き続き余震に注意しましょう。



避難生活では

- 自主防災組織を中心に行動しましょう。
- 集団生活のルールを守りましょう。
- 助け合いの心を持ちましょう。

**P.17～21参照**

