

地震時の行動 =あわてず、落ち着いて行動するために=

世界有数の地震国である日本では、昔から地震による多くの被害を受けてきました。

近年では、平成7年1月の「阪神・淡路大震災（兵庫県南部地震）」では、6,434人の死者が出るとともに、111,942棟の住家が全壊・全焼の被害を受けました。

さらに、平成16年10月の「新潟県中越地震」、平成19年7月の「新潟県中越沖地震」、平成20年6月の「岩手・宮城内陸地震」など、大きな地震は繰り返し発生しています。

このような大きな地震が発生したら、冷静に対応するのは大変難しいものですが、しかしながら、一瞬の判断が生死を分けることもあります。

地震が起きても、「あわてず、落ち着いて」行動するためには、地震発生から時間をおっての行動パターンを覚えていることが大切です。

<p>地震発生～2分</p>	<p>自分の身を守る 激しい揺れは数十秒程度で収まります。 まずは、自分の身を守って下さい。 ●机の下などへもぐる ●倒れている家具や落下物に注意をする ●ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する</p> <p>火の元の確認・火の始末 大揺れが収まってから、コンロの火を消し、ガスの元栓を閉めて下さい。 火が出ていたら初期消火を</p> <p style="text-align: center;">津波やがけ崩れなどの発生が予想される地域では、すぐに避難して下さい。</p>
<p>2分～5分</p>	<p>家族の安全を確認 非常持出品を用意する</p>
<p>5分～10分</p>	<p>ラジオなどで正確な情報を確認 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 靴をはき、ガラスの破片などから足を守って避難して下さい。 避難するときは、ブロック塀や門柱などに注意して下さい。 避難は徒歩で。車は使用しないで下さい（山間部などの地域を除く）。</p>
<p>10分～</p>	<p>隣近所の安全を確認 家が倒壊して埋もれている人がいないか、火災は起きていないか確認しましょう。 隣近所で協力して消火や救出活動を 埋もれている人や火が出ていたら、大声で知らせ、隣近所で協力して救出や消火活動を行いましょう。 自分たちで手に負えない場合は、消防署等へ通報して下さい。 幼稚園や小学校に子どもを迎えに 自宅を離れるときには、行き先を書いたメモを目立つ場所に残しておきましょう。 余震に注意</p>

