

地震が起きたらどうする？

大きな地震が発生したら、冷静に対応するのは難しいもの。しかし、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、以下の行動パターンを覚えておきましょう。



地震発生

緊急地震速報

強い揺れ（震度5弱以上）が始まる数秒から数十秒前に、同報無線、いわたホットライン、テレビやラジオなどで「もうじき揺れること」を知らせてくれます。ただし、震源に近い地域では、強い揺れに間に合わないことがあります。



- 落ち着いて、自分の身を守る
- 火の始末はすばやく
- ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する

1～2分

津波、山・がけ崩れの危険が予想される地域はすぐ避難

- 火元を確認、出火していたら初期消火
- 家族の安全を確認
- 靴をはき、割れたガラス片等に注意し、いったん屋外に避難する
- 非常持出品を手近に用意する

3分

- 隣近所の安全を確認
特に一人暮らし高齢者などがある世帯には積極的に声をかけ、安否を確認する
- 余震に注意

5分

- ラジオなどで情報を確認
- 電話はなるべく使わない
- 家屋倒壊などの恐れがあれば避難し、被害がなければ自宅へ戻る



5～10分

- 子どもを迎えに
自宅を離れるときには、行き先を書いて！
- さらに出火防止を！
ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切る



10分～数時間

- 消火・救出活動
隣近所で協力して消火や救出を



～3日くらい

- 生活必需品は備蓄でまかなう
- 災害情報、被害情報の収集
- 壊れた家には入らないこと
- 引き続き余震に警戒する

避難生活では

- 自主防災会等を中心に行動を
- 集団生活のルールを守る
- 助け合いの心を忘れずに
- 要配慮者に心づかいを

