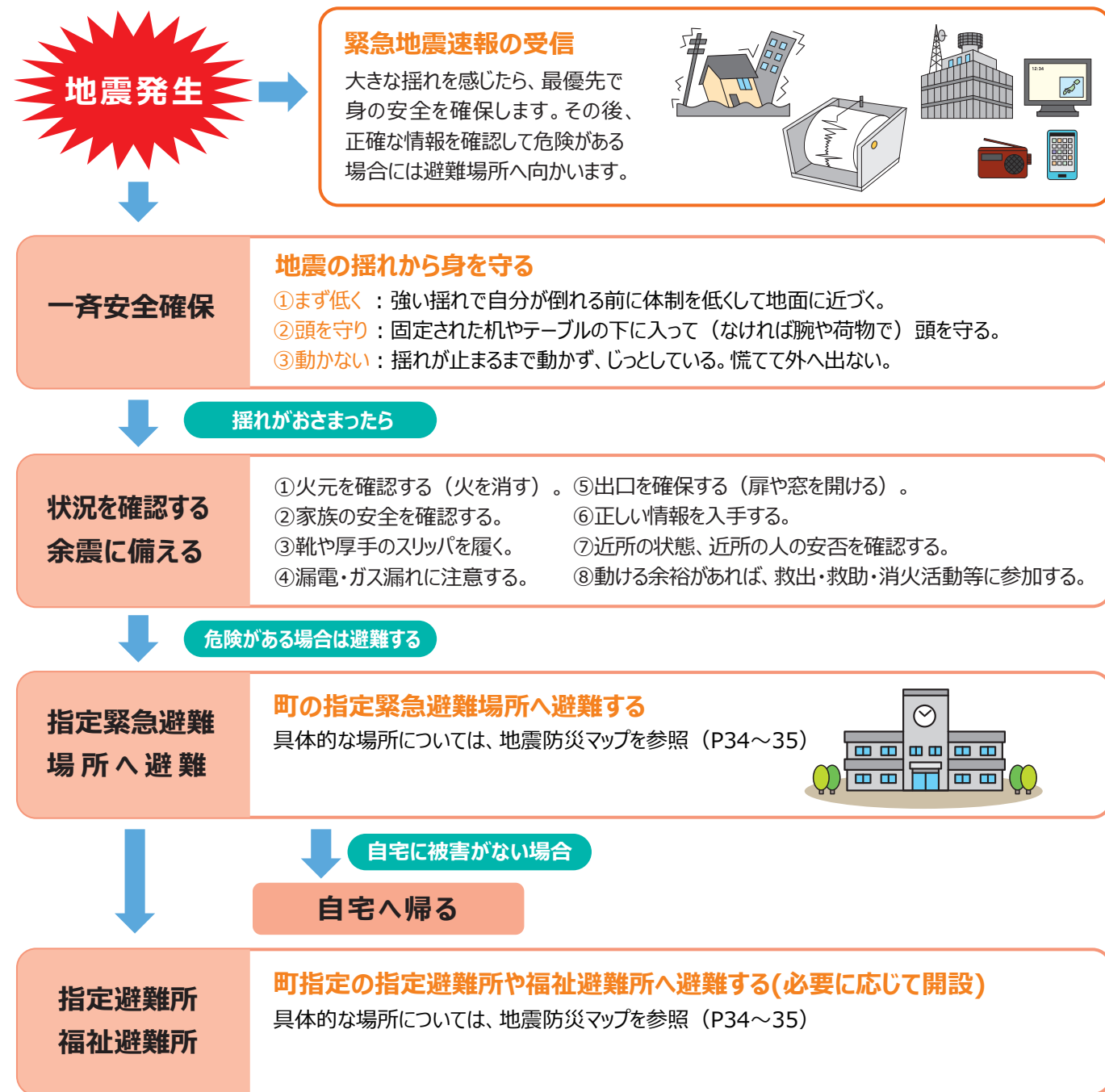


地震が発生したときの避難行動



場所に応じた避難行動

車の運転中

- 徐々に減速して道路の左側に停車する。
- 車を離れるときは、キーはつけたまま、ドアロックはしない。
- できるだけ駐車スペースへ移動し、緊急車両が通行しやすいようにする。

屋外にいるとき

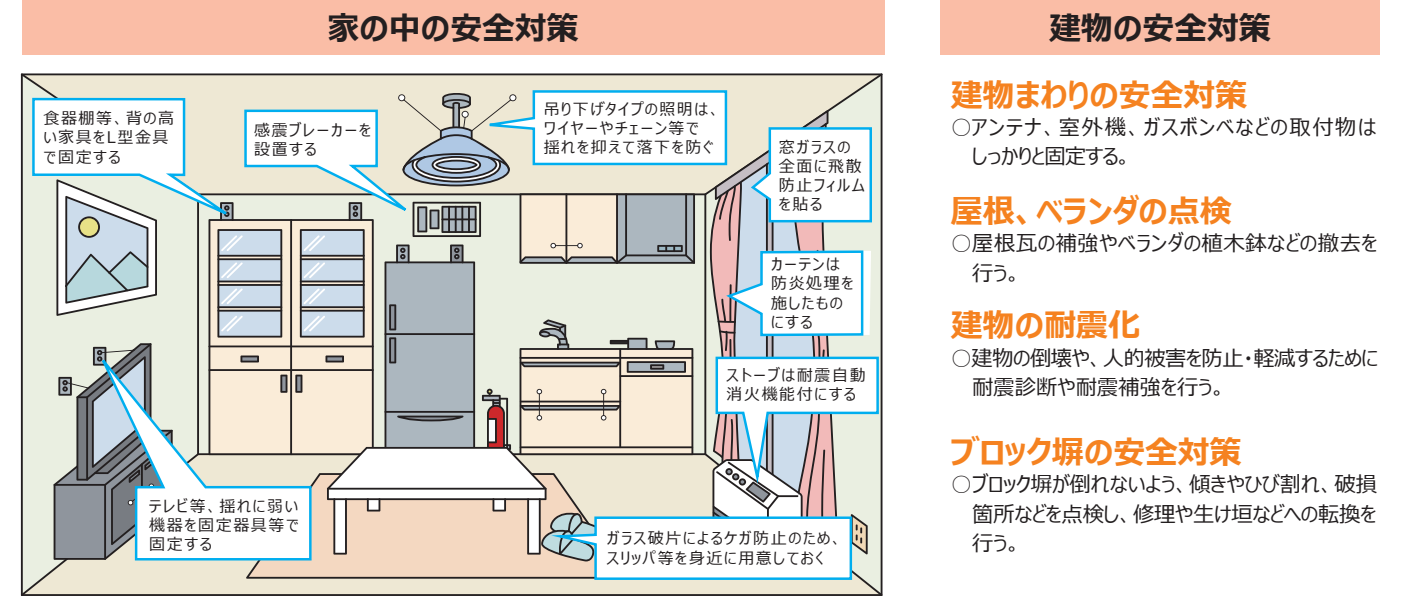
- 塀、電信柱、自動販売機などの転倒物から離れる。
- ビルが多いところでは、上からのガラスや看板の落下物に注意する。
- 垂れ下がった電線には近寄らない、さわらない。
- 山ではけが崩れに、海では津波に注意する。

エレベーターにいるとき

- 全部のボタンを押して、止まった階で降りる。
- エレベーターは地震になると緊急停止するので、パニックにならず、インターホンで連絡し、助けを求める。



地震への備え



家での備え

水の備え

- 飲料水は一人1日3ℓが目安。消費期限を確かめながら備蓄しておく。

食料の備え

- 缶詰やレトルト食品に加え、米、乾物など、最低3日分は用意する。

停電時の備え

- 懐中電灯、予備の電池、携帯ラジオ、携帯電話、スマートフォンなどのバッテリーを用意する。

非常持出品の確認

- 避難先で生活しやすくするため、また貴重品を失わないために、持出品の確認と用意をする。

家庭の防災会議

- 慌てずに済むよう、「家庭での地震の備え」、「行動基準」などを日頃から話し合っておく。

ペットがいる家庭の備え

- フード、ケージやキャリーバッグ、トイレ用品などの用意。しつけやワクチン接種などの健康管理をしておく。

地域での備え

災害による被害を減らすためには、隣近所や地域での助け合いが欠かせません。日頃から地域住民の協力体制を整えておくようにしましょう。

地域での防災訓練や活動への参加

平常時の活動

- 防災知識の普及（講習会等）
- 地域と家庭での安全点検（危険箇所の確認、図上訓練）
- 災害時に配慮が必要な人の把握や支援体制づくり
- 防災用資機材の点検と整備
- 防災訓練の実施



災害時の活動

- 本部の設置及び運営
- 災害情報の収集と伝達
- 出火防止及び初期消火
- 住民の避難誘導
- 災害時に配慮が必要な人の安否確認、負傷者の応急手当
- 炊き出し



災害時に配慮が必要な人への協力

高齢者・病気の人には

- 複数の人で対応しましょう。急を要する時はロープ等を使って背負い、安全な場所へ避難しましょう。

外国人・旅行者の人には

- 外国語がわからなくても、身振り手振りで話しかけ、孤立させないようにしましょう。



体の不自由な人には

- それぞれの人に適した誘導方法を確認しましょう。車椅子の場合は、必ず3人で協力して移動し、配慮者に恐怖感を与えないように配慮しましょう。

乳幼児・妊婦の人には

- 乳幼児はひも等で背負い避難しましょう。おなかの大きい妊婦さんは体が思うように動かないので気を配りましょう。

