

五常

編集発行
コミュニティ
協議会
広報委員会

防災特集
地震発生時

うわあ、地震だ！ その時、あなたは？

この特集号では、地震が起きた時の行動について考えます。

地震発生時に、適切な行動がとれるよう、心構えを身につけておきましょう。地震発生から経過する時間ごとにするべきことが変わっていきます。何をすべきか、日頃からイメージしておきましょう。

地震が起きたぞ！

とにかく自分の身を守ろう！

家にいる時に、大きな揺れを感じたり、テレビなどで緊急地震速報を受けたら、丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」場所に身を寄せて、クッション、雑誌などで頭を保護し、揺れがおさまるまで待ちます。

風呂場やトイレにいる時は、ドアが変形して出られなくなることを防ぐため、ドアを開けて避難路を確保します。



戸外では、建物の看板や瓦やガラスが落ちてきたり、ブロック塀が倒れることに注意しながら、安全な位置に避難し、鞆などで頭を保護しましょう。

デパートやスーパーでは、陳列棚の倒壊や照明器具の落下に注意するとともに、多くの人が集まっている場合は出口に殺到するパニックによる二次災害にも注意しましょう。



地下街では概ね60メートル毎に出口があります。地上に比べて揺れが半程度で、すぐに非常灯が点灯するので、頭を保護し慌てずに非常口や階段に向かいましょう。多くの人が出口に殺到するパニックの危険性があるので、それに巻き込まれないよう冷静に行動するよう努めましょう。

劇場や映画館では、天井からの落下物に注意し、鞆などで頭を保護し座席の間などに身を寄せて体を保護します。人々が出口に殺到して将棋倒しに巻き込まれると、揺れから身を守れても、命の危険にさらされます。冷静な避難に努めましょう。

大揺れがおさまった

①火の始末で、火災阻止！

台所やストーブなど火の始末をしましょう。火を使っているときに地震が起きた時は、揺れがおさまってから、あわてずに火の始末をします。小さな地震の場合でも火を消す習慣をつけましょう。もし火が出たら慌てずに、消火をしましょう。

火災が発生した時は出火から数分間が勝負です。自分一人で消そうとしな



車を運転している場合は、ハザードランプを点滅させ、周囲の安全を確認しながら道路左側に停車します。車道に駐車し、避難する時は窓を閉めキーをつけたままドアもロックせず、連絡先を見えるところに示し、車検証など貴重品を持っていきましょう。

いで「火事だ!」と周囲に協力を求め、初期消火に努めましょう。
避難のときは、ブレーカーを切ることやガスの元栓を閉める事も忘れないようにしましょう。



②火の始末の後

(地震後5分〜10分)

・転倒落下した家具類やガラスの破片などに注意

床にはガラスなどが散乱していますので、足を守るために室内でも靴を履くなどの対策が必要です。
地震の後は、食器棚やクローゼットの中が不安定になっていて、中身が崩れてくる可能性があるため不用意に開けないようにしましょう。

・家族の安全の確認、確保

身内の安否確認に災害用伝言ダイヤル・災害用伝言板(携帯電話用・web111)を利用しましょう。

・避難のための出口の確保

マンションなどは、地震の揺れでドアがゆがみ、部屋に閉じ込められることがあります。揺れがおさまったら、戸を開けて出口を確保しましょう。

・災害情報、避難情報の入手

・あわてて外に飛び出さない!

戸外では、瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくるので、むやみに外に飛び出すのは危険です。周囲の状況をよく確かめて、落ち着いて行動しましょう。

大きな地震の後には、必ず大きな余震が繰り返されるので十分な注意が必要です。

②外に出たあと

(地震後10分〜半日)

・隣近所の安否確認、助け合い!

隣近所も同じように災害にあわれて



います。安否の確認をして、家や家具の下敷きになった人の救出や、消火活動を隣近所で協力して行いましょう。



・火災発生時の消火活動

住民で行う初期消火は火災の延焼を防ぐ事が目的ですので、決して無理をしないことが大切です。

地震後半日〜3日

避難のタイミングなど

市などから避難指示などがあつた時の他、自宅で火災が発生し、火が天井まで燃え移った時、近隣で火災が発生し、延焼する恐れがある時も、避難のタイミングです。自らの身を守るため、自らの判断で早めに避難する事が重要です。避難の際には、看板やガラスや

瓦などの落下や、ブロック塀や門柱などの倒壊に注意しましょう。
正しい情報で行動する!

災害時はデマなどに惑わされやすくなります。報道機関や区市町村、消防・警察からの情報に注意しましょう。



地震後数日間

地震発生後数日間は、水道、ガス、電気、電話等ライフラインをはじめ、食糧の供給が途絶えます。2〜3日は自分でしのげるように、生活必需品(非常用品)を備えておきましょう。

阪神・淡路大震災後のライフライン復旧には電気は7日でしたが、水道は90日、都市ガスは84日を要しました。なお、非常に大規模な地震の場合、7日程度は公的な救援ができない場合もあると発表されています。