

●外出中に地震が起きたら

スーパー・デパート

- ショーケースの転倒、商品の落下、ガラスの破片に注意する。
- 柱や壁際に身を寄せ、衣類や手荷物など身近なもので頭を守る。
- 店員の指示に従って行動する。



路上にいるとき

- ブロック塀、自動販売機には近づかない。
- 屋根瓦やガラスの破片などの落下物に注意。
- 倒れそうな電柱、垂れ下がった電線に注意。



電車・駅のホーム

- 将棋倒しや網棚からの落下物に注意。つり革や手すりにはしっかりつかまり、乗務員の指示に従う。
- 座っている場合は足をふんばって上体を前かがみにして、手すりにつかまる。
- ホームでは、近くの柱に体を寄せて、構内アナウンスに従う。



海岸や河口付近

- 津波はいつ来襲するかわからないので、海岸など海に近い場所にいるときに強い地震を感じたら、津波警報が出る前でもすぐに高台など安全な場所に避難する。
- 津波は繰り返し押し寄せる。テレビ・ラジオなどで正しい情報入手し、警報が解除になるまでは注意する。
- 東日本大震災では大津波が川をさかのぼり、流域に大きな被害をもたらしました。避難する時は、絶対に川の方へ行かない。



地下街

- 耐震構造になっており、比較的安全と言われている。壁や大きな柱に身を寄せて揺れがおさまるのを待つ。
- 火災が発生したらハンカチなどで鼻と口をおおい、壁づたいに体を低くして地上に避難する。



地震でエレベーターが停止!

- エレベーターの中にいて地震だと感じたら、全ての階のボタンを押し、停止した階で降りる。
- [注意] 閉じ込められても無理に脱出しようとせず、非常ボタンで外部との連絡をとり救出を待つ。



車の運転中

- ハンドルをしっかり握り、少しずつスピードを落として道路の左側に止め、エンジンを切る。
- 揺れがおさまるまで車外に出ず、カーラジオで情報を確認する。
- 車を離れるときは窓を閉め、キーをつけたままにする。ドアロックもしない。
- 車内にある車検証や貴重品などを持ち出す。



山やがけ付近

- 揺れを感じたら、できるだけ遠くに離れ、平らで安全な場所へ避難する。
- 余震により土砂崩れが発生することがある。また、緩んだ地盤が降雨で土砂崩れを起こすこともある。安全が確認されるまで、山やがけには近づかない。

