

地震発生時の行動

地震発生時は、あわてず、落ち着いて、身の回りの安全を確認しましょう。

グラッと
きたら
地震発生!!

土砂災害の危険が
予測される地域は、
すぐ避難!!

命を守る

- 落ち着いて、自分の身を守る
- ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する



1~5分

揺れが収まってから
行動

家族を守る

- 家族の安全を確認
- 火の元を確認・初期消火
- 足をケガしないように靴をはく
- 必需品を手元に用意する
- 余震に注意



5~10分



地域を守る

- 隣近所の安全を確認
- ラジオなどで情報を確認
- 電気のブレーカーを切る
ガスの元栓を閉める
- 家屋倒壊などの恐れがあれば避難する



10分~
数時間後

避難生活

助け合いの心で

- 協力して消火・救出活動
- 壊れた家には入らない
- 水・食料は備蓄でまかなう
- 引き続き余震に注意
- 災害情報、被害情報の収集
- 避難場所では集団生活のルールを守る

