

地震が起きたら

グラツときたら

地震発生!

山・がけ崩れの危険が予測される地域は、とにかくすぐ避難!

揺れが収まったら
1~4分

命を守る

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



家族を守る

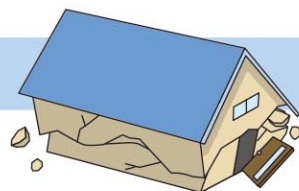
- 家族の安全を確認
- 火の元を確認・初期消火
- 足をケガしないように靴をはく
- 必需品を手元に用意する
- 余震に注意



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
- 家屋倒壊などのおそれがあれば避難する



10分~数時間

避難生活

助け合いの心で...

- 協力して消火・救出活動
- 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
- 引き続き余震に注意
- 避難所では集団生活のルールを守る



地域ぐるみの助け合い

- 「向こう三軒両隣」ということばのように、日ごろから、近所同士の交流を持ち、いざというときに互いに助け合える人間関係を作っておくことが大切です。
- 高齢者や体の不自由な方など、個人では避難が困難な方もいらっしゃいます。これらの人は、身内の手助けとともに、地域の人達が協力して支援することが大切です。

