

## 地震時の行動 =あわてず、落ち着いて行動するために=

世界有数の地震国である日本では、昔から地震による多くの被害を受けてきました。

近年では、平成7年1月の「阪神・淡路大震災（兵庫県南部地震）」では、6,434人の死者が出るとともに、111,942棟の住家が全壊・全焼の被害を受けました。

さらに、平成16年10月の「新潟県中越地震」、平成19年7月の「新潟県中越沖地震」、平成20年6月の「岩手・宮城内陸地震」など、大きな地震は繰り返し発生しています。

このような大きな地震が発生したら、冷静に対応するのは大変難しいものですが、しかしながら、一瞬の判断が生死を分けることもあります。

地震が起きても、「あわてず、落ち着いて」行動するためには、地震発生から時間をおっての行動パターンを覚えていることが大切です。

<p>地震発生～2分</p>	<p><b>自分の身を守る</b>                      激しい揺れは数十秒程度で収まります。                      まずは、自分の身を守って下さい。                      ●机の下などへもぐる                      ●倒れている家具や落下物に注意をする                      ●ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する</p> <p><b>火の元の確認・火の始末</b>                      大揺れが収まってから、コンロの火を消し、ガスの元栓を閉めて下さい。                      火が出ていたら初期消火を</p> <p style="text-align: center;"><b>津波やがけ崩れなどの発生が予想される地域では、すぐに避難して下さい。</b></p>
<p>2分～5分</p>	<p><b>家族の安全を確認</b>                      非常持出品を用意する</p>
<p>5分～10分</p>	<p><b>ラジオなどで正確な情報を確認</b>                      電話はなるべく使わないようにしましょう。  <b>家屋倒壊などのおそれがあれば避難</b>                      靴をはき、ガラスの破片などから足を守って避難して下さい。                      避難するときは、ブロック塀や門柱などに注意して下さい。                      避難は徒歩で。車は使用しないで下さい（山間部などの地域を除く）。</p>
<p>10分～</p>	<p><b>隣近所の安全を確認</b>                      家が倒壊して埋もれている人がいないか、火災は起きていないか確認しましょう。  <b>隣近所で協力して消火や救出活動を</b>                      埋もれている人や火が出ていたら、大声で知らせ、隣近所で協力して救出や消火活動を行いましょう。                      自分たちで手に負えない場合は、消防署等へ通報して下さい。  <b>幼稚園や小学校に子どもを迎えに</b>                      自宅を離れるときには、行き先を書いたメモを目立つ場所に残しておきましょう。  <b>余震に注意</b></p>

