こんな時どうする？　～地震編～

地震は、何の予兆もなく突然発生することが多いため、実際に遭遇した場合慌てることも少なくありません。

災害発生時には、まず**自分自身の安全を確保**する行動をしなければいけません。

しかし、その行動を誤ると、自身の命を危険に晒すことになり兼ねないため、場所ごとの対応方法を知っておく必要があります。

屋内にいる時

○　テーブルや机の下に移動

地震の際には、棚が倒れてきたり、天井が落下してくる危険性がありますので、まずは頑丈なテーブルや机の下に移動して身の安全を確保しましょう。

※　慌てて外に飛び出すと、屋根瓦や看板等が落下してきたり、割れたガラス等でケガをする危険性があります。

揺れがおさまったら、周囲の状況を確かめて素早く屋外に出てできるだけ建物から離れましょう。

○　火を消す

ガス使用時に地震が発生した場合、「ガスを消さなきゃ」と思われるのではないでしょうか？

火元に居た場合は、すぐに火を消して避難行動を取る必要がありますが、火元から離れていた場合は、

震度５相当の揺れが起きると、都市ガス、ＬＰガスともにガスメーターが揺れを感知し、ガスを遮断する仕組み

になっているので、無理に火を消しに行かず身の安全を確保することを最優先して下さい。

火災の原因は、ガスコンロの火やストーブだけではありません。

電気の漏電等による火災も多く発生していますので、屋内から避難する際は、可能であれば**ブレーカーを遮断**しましょう。

エレベーター内にいる時

エレベーターは、地震により緊急停止する場合があります。

もし、エレベーターに乗っている時に地震が発生した場合は、**全ての階のボタンを押し**、最初に停止した階で周囲の状況を確認して降りましょう。

エレベーターが緊急停止し、エレベーター内に閉じ込められた場合は、**インターフォン・非常ボタンを押して管理センターに連絡**しましょう。

非常ボタン等で連絡が取れない場合は、**携帯電話で警察・消防に連絡**しましょう。

車を運転している時

○　急ハンドル、急ブレーキを避け、ゆっくり減速して道路の左側に停車させる。

○　停車後は、カーラジオや携帯電話等を使って地震情報や交通情報を確認し、周囲の状況に応じて行動する。

○　引き続き運転を継続する場合は、道路の損壊状況、信号機の作動状況、落下物、建物や電柱等の倒壊等に十分注意する。

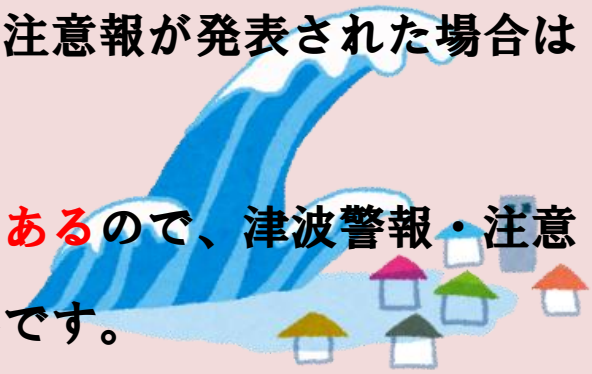
○　車を置いて避難する際は、他の車両の走行や避難する人の通行に支障のない場所に駐車し、エンジンキーは付けたままにして、ドアロックはしない。

◎　津波から避難するためやむを得ない場合を除き、避難のために車を使用しないこと。

津波に注意しましょう！

○　強い揺れや長い間ゆっくりした弱い揺れを感じた時は、直ぐに水辺から離れ、頑丈な建物や高台等の安全な場所に避難しましょう。

○　弱い揺れの場合でも、津波警報・注意報が発表された場合はすぐに避難しましょう。



○　津波は、繰り返し発生する場合があるので、津波警報・注意報が解除されるまでは、注意が必要です。