

地震に遭ったら!!

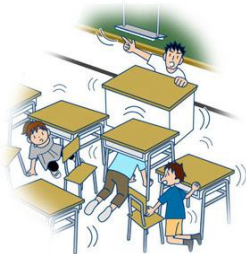
地震対応マニュアル

(総務省消防庁「防災マニュアル—震災対策資料—」より作成)

○ 学校で …

教室内では、机の下などに潜って落下物・倒壊物から身を守り、慌てて外に飛び出すなど勝手に行動せず、教職員の指示に従う。(指示がなければ各自で判断)

- 廊下・運動場・体育館などでは、中央部に集まってしゃがむ。
- 実験室などでは、薬品や火気に注意し、避難する。
- 通学路が危険なこともあるので、勝手に帰宅しない。

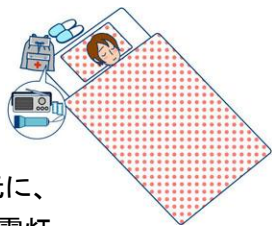


※ 登下校中など屋外では、揺れの終息後も、落下物・倒壊物、地面の状況などに注意する。

○ 就寝時 …

揺れで目覚めたら、寝具に潜り込むか、ベッドの下に入れる場合は入り、身の安全を確保する。

- 暗闇では、割れた窓ガラスや照明器具の破片による怪我に注意する。
- 地震が警戒される時は、枕元に、スリッパや厚手の靴下、懐中電灯、携帯ラジオなど、避難の準備をしておく。
- 寝室には、倒れそうな物を置かないようにし、頭の上に物が落ちてこない所で寝る。



○ スーパーやコンビニで …

バックや買い物かごなどで頭を保護し、ショーケースなど倒れやすいものから離れる。

- エレベーターホールや、比較的商品が少ない場所、また柱付近に身を寄せる。
- ガラス製品や瀬戸物、その他陳列棚の商品などの落下・転倒に注意する。
- 慌てて出口に殺到せず、係員の指示に従う。(指示がなければ各自で判断)
- エレベーターが動いていても、使用しない。



○ 自宅で …

丈夫な机やテーブルなどの下にもぐり、机などの脚をしっかりと握る。また、頭を座布団などで保護し、揺れが収まるのを待つ。(慌てて戸外に飛び出さない)

- 突然大きな揺れに襲われた時は、まず自分の身の安全を守ることを心がける。
- 戸を開け、出入り口を確保。
- テーブルの下などに潜って棚や棚に乗せてある物などの落下を避け、揺れが収まるのを待つ。



※ 避難の際は、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切る(火災予防)

○ 台所で …

まずはテーブルなどの下に潜り込み、揺れが収まるのを待つ。

- 無理して火を消しに行くと、調理器具の落下で火傷をしたりするので、揺れが収まるのを待つ。
- 食器棚や冷蔵庫が倒れてくるだけでなく、中身が飛び出してくることもあるので注意する。
- コンロの近くの場合、調理器具が滑り落ちてくる場合があるので、コンロから離れ、揺れが収まったら落ち着いて火を消す。
- 揺れを感じるとガス供給を止めるガス漏れ遮断器がある場合、特性や使い方を十分理解しておく。



○ 入浴時 …

揺れを感じたらまずドアを開け、避難路を確保し揺れが収まるのを待ちましょう。

- タイルや鏡、トイレでは水洗用タンクなどの落下に注意する。
- 浴槽内では、風呂のふたなどをかぶり、頭部を守る。
- 揺れが収まるのを待って避難する。

