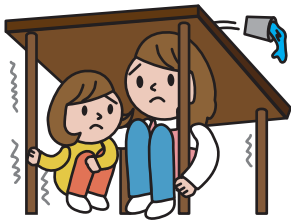


初期行動

自宅では …

廊下など家具が比較的少ない場所で身を守りましょう。安全な場所が近くにない場合は、頑丈な机の下にもぐり、足をしっかりと握りましょう。身を隠す場所がない時は、頭をクッションなどで保護しましょう。安全を確保するために事前に家具の転倒防止やガラスの飛散防止を心がけましょう。



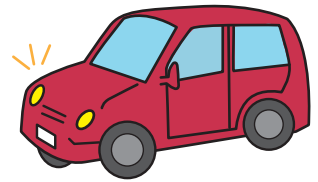
街中では …

上からの落下物やブロック塀、自動販売機など転倒物に気をつけましょう。信号が止まっていることも想定されるので、行き交う車にも注意しましょう。安全な建物の中に身を寄せましょう。垂れ下がった電線も危険です。地下街では、出口に人が殺到しパニックになる恐れがありますが、60mごとに出口が設置されているので、冷静に判断し最寄りの混み合っていない出口を探しましょう。



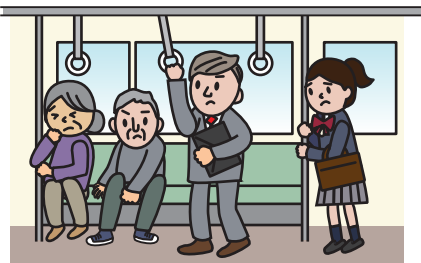
車では …

ハザードランプで合図しながらゆっくり減速して、道路端に停車します。スペースがあれば移動させ、緊急車両が通行しやすいようにしましょう。車のラジオなどで情報を収集し、車を離れるときは、エンジンキーは付けたまま車検証を持って離れましょう。高速道路上では、他の車に注意して非常口やICから避難しましょう。



電車では …

一旦停止時に手すりやつり革につかまり、転ばないようにしましょう。ホームでは、転落しないようホームの中央に移動し、案内表示板などの落下物に注意しましょう。



山では …

崖や狭い登山道から滑落しないよう、しゃがむ又は木にしがみついで揺れがおさまるまで待ちます。山崩れや落石に注意しながら道に迷わないように下山しましょう。



海では …

揺れの大きさに関わらず高いところへ避難しましょう。出かける前にいざという時に逃げられる場所を決めておきましょう。津波は繰り返し押し寄せるので、警報が解除されるまで高いところで待ちましょう。



シェイクアウト

シェイクアウト訓練は、1分間地震から身を守る安全行動1-2-3を実施する防災訓練です。

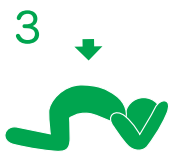
しせいをひくく



あたまをまもり



じっとする



津波避難の三原則

① 想定にとらわれるな

ハザードマップで安全とされている地域でも危険になることもあります。

② 最善をつくせ

「もう大丈夫」と思いこまず、状況に応じて安全を目指しましょう。

③ 率先避難者たれ

まず自分から行動に移しましょう。ほかの人に惑わされないようにしましょう。

参考文献：『防災・減災備L（そなえる）ガイド～家庭編～』 平成25年1月発行 愛知県、名古屋大学

問4

正解は ① とにかく高台へ逃げる でした!



海辺・海岸付近で地震にあつたら、揺れの大きさに関わらず高いところへ避難しましょう。特に、ゆっくりとゆーらゆーら揺れる地震が発生した場合は、津波が起きることを強く意識してすぐに避難します。揺れを感じなくても津波が発生することがあるので注意しましょう。