

地震一口メモ No.250

地震から身を守る

前月号では、津波から身を守るために知っておいていただきたいことをご紹介しました。今月号では、地震から身を守るために日ごろから備えておいていただきたいことについてご紹介します。

■地震に備える

地震は「いつ・どこで」起こるかわかりません。いつ揺れに見舞われても身を守ることができるように、屋内・屋外問わず周囲の状況や避難経路を確認し、揺れに備えましょう。



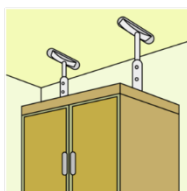
訓練への参加



備蓄・非常持ち出し品の準備



避難場所・避難経路の確認



家具の固定



安全スペースの確保



連絡手段の確認

※安全スペースとは

ものが落ちてこない・倒れてこない・移動しない空間のことです。

詳細は、気象庁 HP「地震から身を守るために」を参照ください。

https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/jishin/jishin_bosai/index.html

■揺れを感じたら

地震の揺れを感じたら…

緊急地震速報を見聞きしたら…

あわてず、まず身の安全を!!



家庭では

- ❖ 安全スペースに避難
- ❖ 頭部を保護し、丈夫な机の下など安全な場所に避難
- ❖ あわてて外へとびださない
- ❖ 無理に火を消そうとしない



屋外(街)では

- ❖ ブロック塀などの倒壊に注意
- ❖ 看板や割れたガラスの落下に注意



エレベーターでは

- ❖ 最寄の階に停止させ、すぐに降りる



鉄道・バスでは

- ❖ つり革・手すりにしっかりつかまる

経験したことがない出来事や、あらかじめ想定していない状況では、とっさに適切な行動を取ることが容易ではありません。そのため、地震が発生した際にどのような行動を取るべきかを、日ごろから具体的にイメージしておくことも重要です。

新年度が始まり、新たに大阪府へ移り住まわれた方、学校や勤務先が変わられた方などいらっしゃるかと思います。この機会に、日ごろからの備えを再確認してみてもはいかがでしょうか。

地震は「いつ・どこで」起こるかわかりません。
いざというときに身を守るために、日頃から備えておきましょう！