大地震が発生したときにはどうするか？

■地震だ！ まず身の安全

- ☛大きな揺れを感じた時は、身の安全を最優先に行動しましょう。
- ☛丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」ような空間や部屋に身を寄せて、揺れがおさまるまで様子を見ます。
- ☛大きな家具のそばからは離れる。家具を支えたりしない。寝室には重い大きな家具を置かない。

■揺れは長く続くので慌てない

- ☛高層階では、揺れが数分続くことがあります。
- ☛大きくゆっくりとした揺れにより、家具類が転倒・落下する危険に加え、大きく移動する危険があります。

■足を守る

- ☛足を怪我すると避難などの行動が非常に難しくなります。
- ☛ガラスや瀬戸物の破片で足を切らないように、底が丈夫な室内履きや底が厚い運動靴を身近に置き、揺れが収まればすぐに履いて足を守ります。

■火元の確認

火を使っているときは、揺れが収まってから、あわてずに火の始末をします。以前は、すぐに火の始末と言われていましたが、大きな揺れの最中に火を止めに行くと火傷を負う危険が多く、また、最近では大きな揺れを感知すると自動的に消火される機能を備えたガス調理器具も備わっていますので、まず身の安全を確保し揺れが収まってから火元を確認する方が、安全という考えが主流です。

■火災発生への対処

万が一、火災が発生した場合は、大きな声で周りに火災の発生を知らせるとともに、手近の消火器(*)などで消火に努めましょう。

ただし、消火に努めても**天井まで火が回ってしまった場合は、生命の危険がある**ので消火を諦めてただちに安全な場所に避難してください。

(*)各棟の消火器・屋内消火栓の位置は、「消防・防災計画 付図1 消防用・緊急用設備等の配置図」で予めご確認ください。

■窓や戸を開け、出口を確保

揺れがおさまった時に、避難ができるよう出口を確保しましょう。

中央の森二番街の建物のドアは、鉄製なのでドア枠が歪むと開閉できなくなり出入りができません。地震発生後、可能な限り早く玄関ドアを細めに開けて、万が一の脱出口を確保します。

以 上

作成年月日： 2017年5月7日