地震対策

地震発生時の行動（時間別）

地震がおきた時、あわててむやみに行動するとかえって危険です。緊急地震速報を活用したり、報道等で正しい情報を入手して、冷静に状況を判断して的確な行動をしましょう。

地震発生

激しい揺れは1～2分！
●落ち着いて！身の安全を守るための行動を！
頭を保護し、丈夫な机の下など安全な場所に避難する。あわてて外へ飛び出したりせず、冷静に行動を！

1～2分

揺れがおさまったら

●火元を確認……火災が発生してもあわてずに初期消火。
●家族の安全を確認……家族や火元の安全確認が済んだら次の行動へ。
●靴を履く……家の中はガラスの破片が散乱。靴や厚手のスリッパをはく。
●非常用持ち出し品……危険予想地域では、速やかに安全な場所に避難。

3分

●みんなの無事を確認…家族の次に隣近所は？要配慮者の安全確保、隣近所で助け合う。
●近くに火は？……近所に火の手は？消火活動はみんなに呼びかけ、協力を！
●余震に注意！……大地震の後には余震が発生！気を抜かずに行動を！傾いた家などには入らない！近寄らない！

5分

●ラジオなどをつけて正しい情報を！…町・自治体の情報を確認！デマにまどわされない！最新の正確な情報を入手。
●電話はなるべく使わない！……電話の使用は緊急連絡を優先し、極力避ける。安否情報は「災害用伝言ダイヤル171」を利用。

～10分

●子どもを学校等へ迎えに！
●ブレーカーを切る！
●ブロック塀の倒壊や自販機の転倒、看板やガラスの落下に注意！……余震などで傾いたブロック塀や自動販売機が倒れることもあるため、注意！
●ガスの元栓を閉める！
●行き先メモを玄関に！

～数時間

●避難

避難するときは、指定緊急避難場所へ避難！
避難時は車は極力使用しない！
被害が拡大長期化する場合は災害対策本部の開設する指定避難所へ避難！
自宅を離れるときは、安否、行き先などのメモを玄関に用意！

～3日

●生活必需品は備蓄で！……発災後数日は物資の援助は期待できない。しばらくは非常用持ち出し品や備蓄食糧で！
●壊れた家に入るのは危険！……壊れた家に入るのは非常に危険です。二次災害防止に努めよう！

屋内にいた場合

自宅にいるとき
●頭を保護し丈夫な机の下などに身を隠す。家具の転倒や落下物には十分に注意する。
●揺れがおさまったら、あわてずにガス器具などの火を消す。避難時は、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落とす。
●揺れでドアが開かなくなることもある。玄関、部屋のドア、窓などを開けて避難口を確保する。
●あわてて外に飛び出さない。外ではガラスや瓦などが落ちてくることがある。冷静に状況を判断する。

人が大勢いる施設では
●あわてて出口に走り出さないで、係員の指示に従って落ちついて行動します。

エレベーターの中では
●ただちに各階のボタンをすべて押し、停止した階ですぐに降りる。
停電などで閉じ込められた場合は、非常ボタンを押し続け外部に助けを求める。

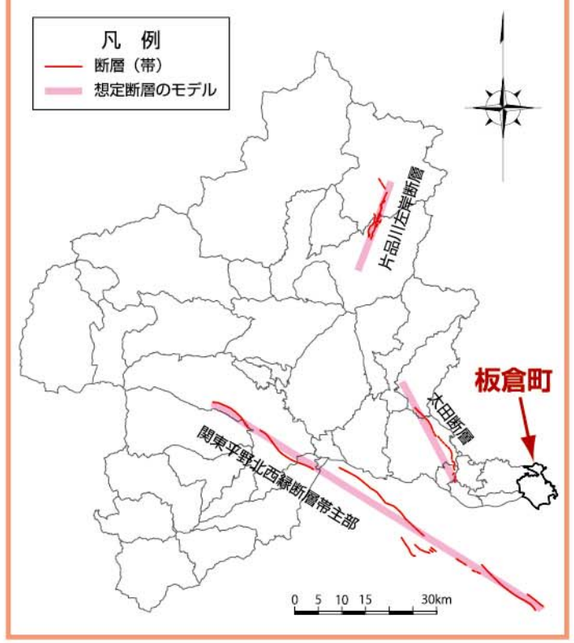
屋外にいた場合

路上や街中にいる場合
●ブロック塀や自動販売機の転倒に注意し、看板や割れたガラスの落下にも注意する。
ビルなどの建物から離れ、持ち物や両手で頭を守り、近くの公園や広い場所に避難する。

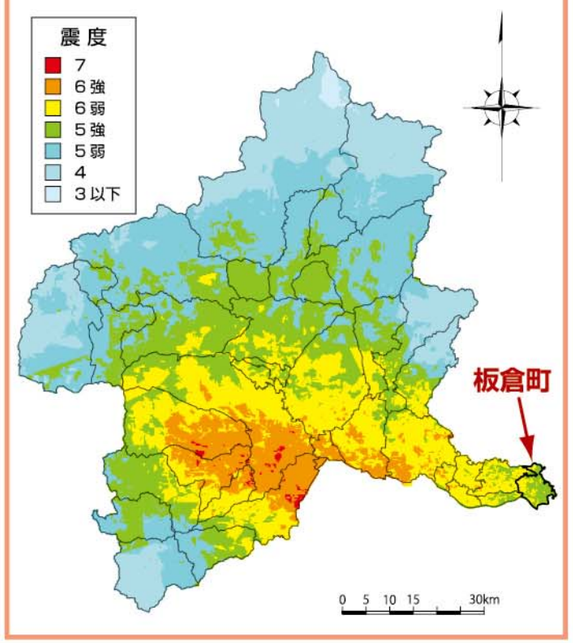
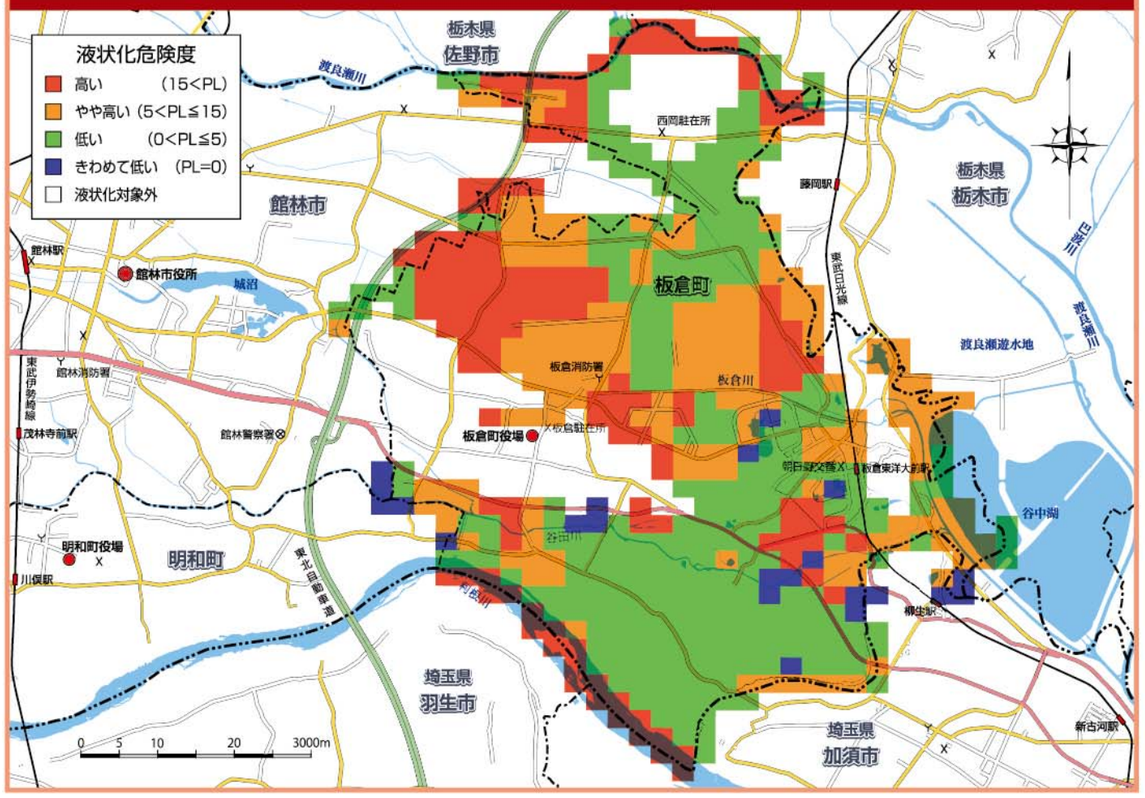
自動車を運転中は
●大きな揺れを感じたら、あわててスピードを落とさず、ハザードランプを点灯させて、周りの車にも注意を促す。
急ブレーキはかけず、緩やかに速度を落として道路の左側に停止する。

鉄道やバスに乗車中は
●つり革や手すりにしっかりつかまります。
乗務員などの指示に従って落ちついて行動します。

想定断層の地表位置図



関東平野北西縁断層帯主部による地震（M8.1）の場合の地表震度分布図



関東平野北西縁断層帯主部による地震（M8.1）における液状化危険度