

地震 日ごろから地震に備えよう！

震度と揺れ等の状況

震度 1～4 震度1 屋内で静かにしている人の中には、揺れをわずかに感じる人がいる。 震度2 屋内で静かにしている人の大半が、揺れを感じる。 震度3 屋内にいる人のほとんどが、揺れを感じる。 震度4 ほとんどの人が驚く。電灯などのつり下げ物は大きく揺れる。座りの悪い置物が、倒れることがある。	震度 5弱 大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。 ●耐震性の低い木造建物は、壁などに軽微なひび割れ・亀裂が入ることがある。 ●固定していない家具が移動することがあり、不安定なものは、倒れることがある。 ●亀裂や液状化、落石、がけ崩れが発生することがある。まれに窓ガラスが割れて落ちることがある。	震度 5強 物につかまらなると歩くことが難しい。 ●耐震性の低い鉄筋コンクリート造建物では、壁、梁、柱などの部材に、ひび割れ・亀裂が入ることがある。 ●棚にある食器類や本で落ちるものが増える。固定していない家具が倒れることがある。 ●補強されていないブロック塀が崩れることがある。
震度 6弱 立っていることが困難になる。 ●耐震性の低い木造建物は、瓦が落下したり、建物が傾いたりすることがある。倒れるものもある。 ●固定していない家具の大半が移動し、倒れるものもある。ドアが開かなくなることがある。 ●壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。	震度 6強 はわないと動くことができない。飛ばされることもある。 ●耐震性の低い木造建物は、傾くものや、倒れるものが増える。 ●固定していない家具のほとんどが移動し、倒れるものが増える。 ●大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山の斜面の崩壊が発生することがある。	震度 7 動くこともできず、飛ばされることもある。 ●耐震性の高い木造建物でも、まれに傾くことがある。 ●耐震性の低い鉄筋コンクリート造建物では、倒れるものが増える。 ●広い地域でガス、水道、電気の供給が停止することがある。 ●大きな地割れが生じたり、大規模な地すべりや山の斜面の崩壊が発生することがある。

リスクマップで自分の居場所の危険を知ろう P40

まんのう町では大部分が震度6弱です！（最大震度6強）



まずやること

シェイクアウト

低い姿勢で、頭を守って揺れがおさまるのを待ちましょう。



避難の注意 — あわてず、冷静に

すばやく火の始末

「火を消せ！」とみんなで声を掛け合い、調理器具や暖房器具などの火を消しましょう。



周りに気をつけよう

塀が倒れたり、火災が発生します。ガラスや瓦などの落下物に注意しましょう。



余震に注意

余震が繰り返起こります。あらかじめ危険の少ない避難路を調べておきましょう。



いろんな場所での対応の仕方

地震から命を守るために、いざという時のとっさの避難行動や安全でスムーズに避難するための方法を日ごろから考えておきましょう。

家の中



- 頭を保護し、机の下などに逃げましょう。
- ガス器具、ストーブなどの火を消しましょう。（元栓を締める）
- 電気ブレーカーを落としましょう。

人が大勢いる所



- あわてて出口に向かって走り出さないで、係員の指示に従って落ち着いて行動しましょう。

スーパー等



- 頭を保護し、ショーケースなどから離れましょう。
- 壁や太い柱に身を寄せましょう。
- あわてて出口に殺到せず、係員の指示に従いましょう。
- 避難は、階段を使いましょう。

エレベーター



- すぐに各階のボタンをすべて押し、停止した階で降りましょう。
- 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ましょう。

オフィス



- カバンなどで頭を保護し、机の下などに逃げましょう。
- 本棚などの転倒に注意しましょう。

地下街



- 停電になると非常用照明灯がつかます。落ち着いて行動しましょう。

自動車の運転中



- 道路の左側か空き地に車を止め、エンジンを止めましょう。
- 警察官が交通規制を行っている場合は、その指示に従いましょう。
- 車を離れるときはキーをつけたままにし、ドアをロックしないでおきましょう。
- 貴重品は忘れずに持ち出ししましょう。

バスや電車の中



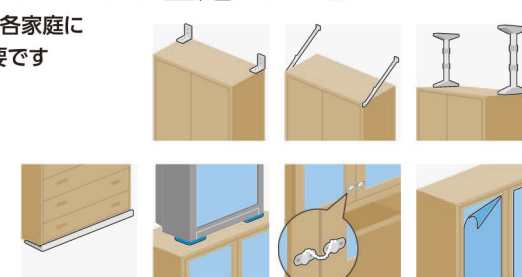
- 急停車することがあるので、つり革や手すりなどにしっかりとつかまりましょう。
- 途中で止まっても勝手に行動せず、乗務員のアナウンスに従って落ち着いた行動を取りましょう。

家具の転倒防止対策

家具の下敷きにならないように固定しましょう

地震による怪我を防止するため、各家庭において対策を行うことが大変重要です

- L字金具 ●チェーン固定
- 突っ張り棒
- 家具転倒防止板
- 粘着マット ●開き戸固定
- ガラス飛散防止フィルム



水・食料の備蓄

3日間をしのぐ

震災直後は、冷蔵庫の中をはじめ、台所周りに買いおきしている普段の食材・飲料水を工夫して食べましょう

飲料水は、1人で1日3リットル
3リットル×家族分(4人)×3日間
=36リットル(2L、ペットボトル18本分)

くわしくは46・47ページで