

# 地震

地震はいつ起こるか分かりません。地震が発生したとき、被害を最小限におさえるには、一人ひとりがあわてずに適切な行動をすることが極めて重要です。

## 地震発生時の時間経過別行動マニュアル

地震発生

地震発生前の備え ◆家具や電化製品の転倒防止 ◆避難通路に物を置かない ◆非常持ち出し袋の準備

### 最初の大きな揺れは約1分間

- ◆まず、身を守る安全確保 机・テーブル等の下に入り手近な座布団などで頭を保護
- ◆大きな揺れの場合は、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所に一時避難する

### 揺れがおさまったら

- ◆火元を確認 火が出たら、落ち着いて初期消火
- ◆家族の安全を確認 倒れた家具の下敷きになっていないかを確認
- ◆靴をはく 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
- ◆避難するときは、屋根瓦・ブロック塀・自動販売機等に注意
- ◆危険が予想される地域はすぐ避難
- ◆ガス：今はマイコンメーターが付いており、大きな揺れがあった場合、作動し、ガスの供給を断ちます。

### みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ

隣近所に声をかけよう ◆要配慮者の安全確保 隣近所で助け合う ◆行方不明者はいないか ◆ケガ人はいないか

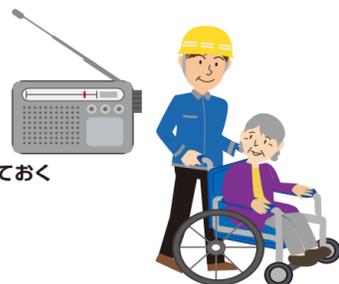
出火防止 初期消火 ◆初期消火 消火器を使う バケツリレー 風呂の水はため置きをしておく ◆漏電・ガス漏れに注意 ◆電気のブレーカーを下ろす・ガスの元栓を閉める ◆余震に注意

### ラジオなどで正しい情報を得る

- ◆大声で知らせる ◆救出・救護を ◆防災機関、自主防災組織の情報を確認
- ◆デマにまどわされないように ◆電話は緊急連絡を優先する

### 協力して消火活動、救出・救護活動

- ◆水、食料は蓄えているものでまかなう 3日間以上の飲料水と食料の備蓄をしておく
- ◆災害・被害情報の収集 ◆無理はしない
- ◆助け合いの心が大切 ◆壊れた家に入らない



## 屋内にいた場合

### 家の中

- ◆揺れを感じたら、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所へ避難しましょう。
- ◆火の確認はすみやかに(コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに)。
- ◆乳幼児や病人、高齢者など要配慮者の安全を確保しましょう。
- ◆裸足で歩き回らないようにしましょう(ガラスの破片などでケガをする)。

### 集合住宅

- ◆ドアや窓を開けて避難口を確保しましょう。避難にエレベーターは絶対に使わないようにしましょう。炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難しましょう。



### 劇場・ホール

- ◆カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示を聞きましょう。
- ◆あわてずに冷静な行動をとりましょう。

### デパート・スーパー

- ◆カバンなどで頭を保護し、ショーウィンドウや商品などから離れましょう。柱や壁際に身を寄せ、係員の指示を聞き、落ち着いた行動をとりましょう。

## 屋外にいた場合

### 路上

- ◆その場に立ち止まらず、窓ガラス、看板などの落下物から頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などに避難しましょう。
- ◆近くに空き地などがないときは、周囲の状況を冷静に判断して、建物から離れた安全性の高い場所へ移動しましょう。
- ◆ブロック塀や自動販売機などには近づかないようにしましょう。
- ◆倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意しましょう。



### 山間地

- ◆落石や土石流、かけ崩れや地すべりなどの土砂災害のおそれがあるので、すみやかに避難しましょう。

### 電車などの車内

- ◆つり革や手すりを手でしっかりとつかまりましょう。
- ◆途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしないようにしましょう。
- ◆乗務員の指示に従って落ち着いた行動をとりましょう。



# 火災

火災時の対応として、基本的には「通報(知らせる)」「初期消火」「避難(逃げる)」の順で行動しましょう。ただし、出火直後などは、初期消火が有効ですが、そのために逃げ遅れては大変です。行動の優先順位に気をつけ、冷静な判断を心がけましょう。

## 火災発生時の3原則

### 1 知らせる(通報)

- 「火事だ」と大声を出し、隣近所に援助を求めましょう。声が出なければやかんなどを叩き、異変を知らせましょう。
- 小さな火災でも119番に通報しましょう。当事者は消火にあたり、近くの人に通報を頼みましょう。

通報では次のような内容を落ち着いて説明しましょう。

- 出火場所の住所はどこか、目印になる建物など。
- 何が燃えている、規模の程度。
- けが人や逃げ遅れた人はいるか。
- 自分の氏名、電話番号など。



### 2 初期消火する

- 出火直後なら初期消火が可能です。落ちついて、素早く対応しましょう。
- 水や消火器だけで消そうと思わず、座布団で火を叩く、毛布で覆うなど手近なものを活用しましょう。



### 3 早く逃げる

- 天井に火が燃え移った場合は、速やかに避難しましょう。
- 避難するときは、燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を絶ちましょう。

#### 避難の際のポイント

本当に恐ろしいのは煙です。火災で発生する煙には一酸化炭素などの有毒ガスが含まれています。煙を吸わないように避難しましょう。

## 消火のコツ

### 油なべ

あわてて水をかけるのは厳禁。消火器がなければ濡らした大きめのタオルやシーツを手前からかけ、空気を遮断して消火をしましょう。

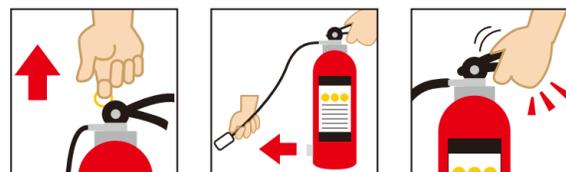
### ストーブ

消火器は直接火元に向けて噴射する。石油ストーブの場合は粉末消火器で消火をしましょう。

### カーテン・ふすま

カーテンやふすまなどの立ち上がり面に火が燃え広がったら、もう余裕はありません。引きちぎり蹴り倒して火元を天井から遠ざけ、その上で消火をしましょう。

## 消火器の使い方



安全ピンに指をかけた上に引き抜く。

ホースをはずして火元に向ける。

レバーを強く握って噴射する。

### 消火器のかまえ方

- 風上に回り風上から消す。炎にはまともに正対しないように。
- やや腰を落として姿勢をなるべく低く。熱や煙を避けるように構える。
- 燃え上がる炎や煙にまどわされずに燃えているものにノズルを向け、手前から火の根元を掃くように左右に振る。

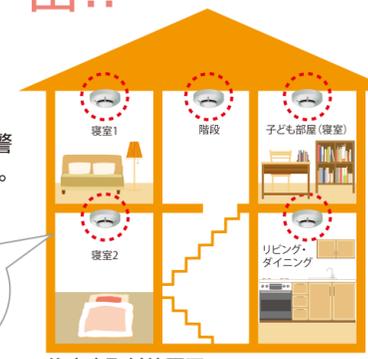


## 火災予防が一番!!

### 住宅用火災警報器の設置義務化

消防法の改正により、住宅用火災警報器の設置が義務付けられました。

火災による死傷者を無くすためにも設置しましょう。



住宅内取付位置図

### 火災警報器の設置場所

- 寝室…すべての寝室(子供部屋や老人の居室など就寝に使われている場合は対象となります)への設置が必要です。
- 階段…寝室のある部屋の階段の天井などへの設置が必要です。
- 台所…台所への設置もおすすめです。