

屋内にいる時

地震が起こったらどうする？

住宅やビルの中

- 座ぶとんなどで頭を保護、急いで机の下などに逃げる。
- 本棚などの移動・転倒に注意する。備品のない廊下のほうが安全。
- あわてず落ち着いた行動をとる。
- 外へ逃げるときは落下物などに注意。
- ビルや高い建物の場合は、エレベーターで避難しない。

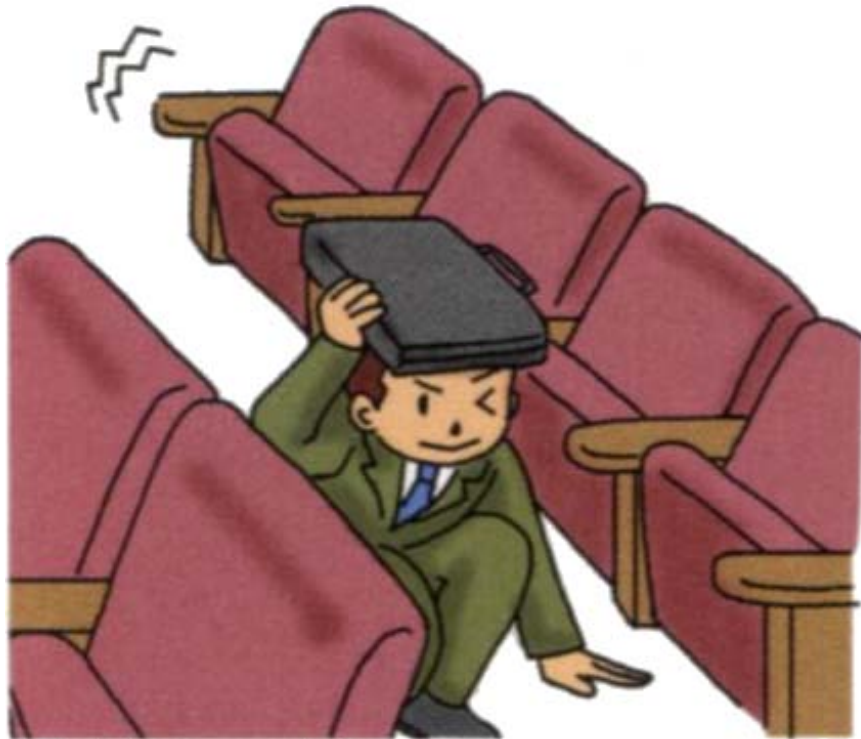


屋内にいる時

地震が起こったらどうする？

劇場・ホール

- イスの間にしゃがみ、バッグなどで頭を保護する。
- あわてて出口に殺到せず、係員の指示に従って外に出る。



屋内にいる時

地震が起こったらどうする？

スーパー・デパート

- バッグなどで頭を保護し、倒れやすいショーケースなどから身を離す。
- 近くの丈夫な机などの下にもぐり込むか、柱や壁ぎわに身を寄せる。
- あわてて出口に殺到せずに、係員の指示に従う。
- デパートは階段から避難をする。



屋外にいる時

地震が起こったらどうする？

住宅街

- ブロック塀や石塀、電線などからすぐに離れて安全な場所へ移動する。
- 窓ガラスの破片や屋根瓦などが落ちてくることもあるので、建物の周りには近づかず、広場のような場所へ逃げる。



屋外にいる時

地震が起こったらどうする？

商店街・ビル街

- その場に立ち止まらず、頭をかばんなどで保護し、近くの空き地などへ避難する（木造の建物、自動販売機、ブロック塀際などへは決して避難しない）。
- 垂れ下がった電線には近づかない。



屋外にいる時

地震が起こったらどうする？

車を運転中

- 地震を感じたら、徐々に速度を落とし、道路の左側に寄せてエンジンを切る。
- 揺れがおさまるまで車外に出ないで、地震情報をカーラジオで聞く。
- 車を離れるときは必ずキーをつけたままにし、ドアロックもしない。



屋外にいる時

地震が起こったらどうする？

電車など車内

- 急停止することがあるので、つり革や手すりなどにしっかりつかまる。
- 途中でとまっても、非常コックを開けて勝手に車外に出たり、窓から飛び出さない。
- 乗務員のアナウンスに従って落ち着いた行動をとる。



屋外にいる時

地震が起こったらどうする？

海岸・崖付近

- 津波、山、崖くずれの危険が予想される場合は、すみやかにその場を離れ、安全な場所へ避難する。

