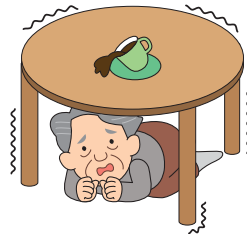


●こんな場所で地震が起こったら

【避難の原則】

- 屋内では…
 - ・机の下にもぐり、頭を保護する。
 - ・出口に殺到せず、落ち着いて避難。
 - ・エレベーターは使わず、階段で避難。
- 屋外では…
 - ・落下物や倒壊するものに注意する。
 - ・狭い路地に入らない。
 - ・路上よりは頑丈なビルの中へ。

家にいるとき



- 丈夫な机などの下にもぐりこむ。
- タンス、本棚、吊り下げ物、窓ガラスから離れる。
- あわてて外へ飛び出さない。
- 揺れがおさまったらコンロ、ストーブなどの火を消す。また、ドアを開け出口を確保する。
- 底の厚いスリッパや厚手の靴下などを履いて足を保護する。
- 避難指示や家屋倒壊などのおそれがあれば避難する。

交通機関を利用しているとき



- 手すりなどにつかまり姿勢を低くする。
- 乗務員の指示に従って避難する。
- 電車外には勝手に出ない。
- 時刻表や蛍光灯などの落下に注意する。
- カバンなどで頭を保護する。
- 線路に落ちないように、姿勢を低くし、固定物につかまる。

海岸や河口付近にいるとき



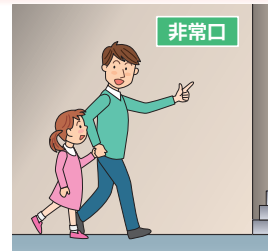
- 海岸や河口付近から離れる。
- 真っ先に津波の心配をする。
- 揺れがおさまると直ちにその場所を離れ、できるだけ遠くの高台か3階建以上のビルに避難する。
- 自動車は極力使わない。
- 津波の見物はしない。

道路を歩いているとき



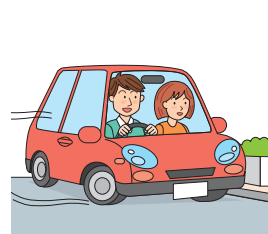
- ビルの窓ガラスの破片、看板などの落下物に注意し、持ち物などで頭を守る。
- 狭い路地やへい際から遠ざかる。
- 老朽建物やガケなどの危険箇所から遠ざかる。
- 近くの広場や丈夫なビルに一時避難し、様子を見る。

地下街にいるとき



- 誘導灯や避難誘導者の指示に従いあわてて出口に殺到しない。
- 地下の火災では、煙や有毒ガスが、充満しやすく危険なので、出火を見つけたときは、近くの消火器などですばやく消火する。

自動車を運転しているとき



- あわてて急停車せずに、徐々に減速し、道路の左側に停止し、エンジンを止める。
- 避難するときは、キーをつけたまま歩いて避難する。
- カーラジオで災害情報などを聞く。
- 警察官、消防職員、消防団員の指示に従う。

学校にいるとき



- 教室内では、机の下にもぐりこんで、落下物などから身を守り、あわてて外に飛び出さず、教職員の指示に従う。
- 廊下、運動場、体育館などでは、中央部に集まり、頭を保護してしゃがむ。
- 実験室などでは、薬品や火気に注意し、避難する。

高層ビルやエレベーターの中にいるとき



- エレベーターを使用せず階段で避難する。
- すべての階のボタンを押し、一番近い階で止まったらすぐ降りる。
- 停電などでドアが開かなくなったら、緊急連絡ボタンを押し、指示を待つ。
- ビルの上層階では、地表より揺れが大きくなる可能性がある。