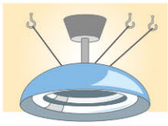
屋内の安全対策

地震で建物が倒壊しなくても、家具の転倒やガラスの飛散等により、大きなケガをしたり逃げ場をふさがれたりします。事前に家具などの固定や配置方法の工夫を行い、屋内の安全性を高めておきましょう。

収納に工夫を

●タンスや本棚などにものを入れる場合は、重いものは下に、軽いものは上に収納するようにします。
●本棚は隙間をブックエンドで固定するなど、なるべく空間を作らないようにしましょう。

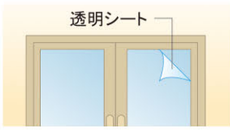


照明器具の補強を

●吊り下げ式の照明器具は、チェーンなどで止めておきましょう。

置き方に工夫を

●家具の下部の前方に転倒防止のビニール樹脂状のものを入れ、壁にもたれ気味にします。
●出入口や通路には、なるべく荷物を置かないようにしましょう。
●就寝場所に家具が倒れてこないように、配置の工夫を。



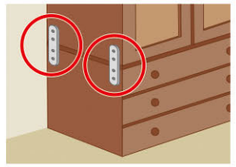
ガラスの飛散防止を

●割れたガラスが飛び散るのを防ぐため、ガラス飛散防止フィルムを貼りましょう。

耐震金具を利用しよう

転倒防止金具

壁や柱と家具を固定するタイプと、床などに固定するタイプがあります。家具や室内の状況によって使い分けましょう。

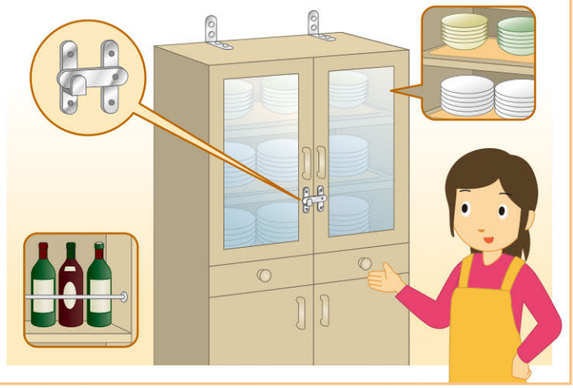


重ね留め用金具

重ねた上下の家具を固定し、上の家具の落下を防ぎます。

扉・引き出し開放防止金具

地震発生時に、扉・引き出しが開かないように固定します。さらに、収納物の落下を防止するために棚板にふきんを置いたり、木やアルミ棒による飛び出し防止枠をつけると安心です。

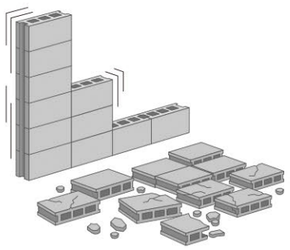


屋外の安全対策

地震の揺れにより、ブロック塀などが崩れてケガをしたり、ガスボンベなどが倒れるなどした場合に、火災やけがにつながる場合があります。事前に家の周りを点検し、屋外の安全性を高めておきましょう。

壁・塀

●壁や塀にひび割れなどがないか、腐ったりしていないか点検しましょう。
●ブロック塀は、地震の揺れにより崩れる可能性があるので、できれば安全な生垣などにしましょう。



ガスボンベ

●ガスボンベは、動かないように壁に固定しましょう。
●ガスボンベの周りには、物を置かないようにしましょう。

緊急地震速報を見聞きしたら…

「緊急地震速報」は、地震によって大きな被害が出ると予想される地域を対象に、揺れが始まる前にテレビ・ラジオ・防災行政無線や携帯電話（対応機種）などからみなさんに伝えられます。この「緊急地震速報」を見聞きしてから数秒～数十秒後に強い揺れが始まりますので、この間に身を守るための行動をとる必要があります。ただし、震源域に近い地域では「緊急地震速報」が強い揺れに間に合わないことがあります。

家庭では… ●頭を保護し、丈夫な机の下などに隠れる。 ●あわてて外へ飛び出さない。 ●無理に火を消そうとしない。	**屋外では…** ●ブロック塀の倒壊等に注意する。 ●看板や割れたガラスの落下に注意し、丈夫なビルのそばであれば、ビルの中に避難する。	**人がおおぜいいる施設では…** ●施設の係員の指示に従う。 ●落ち着いて行動する。 ●あわてて出口に走り出さない。
自動車運転中は… ●あわててブレーキをかけない。 ●ハザードランプを点灯し、揺れを感じたらゆっくり停止する。	**鉄道やバスでは…** ●つり革や手すりにしっかりつかまる。 **山やがけ付近では…** ●落石やがけ崩れに注意する。	**エレベーターでは…** ●最寄りの階で停止させ、すぐに降りる。 **周囲の状況に応じて、あわてずに身の安全を確保しよう**

地震が起きたときにとるべき行動

地震発生時には、あわてずに、まず身の安全を確保しましょう。また、火災の発生などにも注意してください。

1 地震発生! 地震の揺れから身を守る

●落ち着いて自分の身を守る。
●ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する。
●土砂災害の予測される地域は、ただちに避難する。

2 安全の確認 避難の準備・開始 火の元やブレーカーを確認

●家族の安全を確認する。
●火の元を確認・初期消火を行う。
●足をケガしないように靴をはく。
●揺れがおさまったら、ただちに避難する。ただし、海岸付近にいる場合は、揺れと同時に避難する。
●非常持ち出し品等を用意する。
●余震に注意する。
●電気のブレーカーを切る・ガスの元栓を閉める。
※復旧時の火災・事故を防ぐため。
●地域の要配慮者の手助けを行う。

3 情報の入手 情報の収集は安全な場所で行う

●安全な場所に移動してから、正確な情報を確認する。
●間違った情報や、うわさ、デマなどに惑わされないように注意する。
●安全が確認されるまで、自宅には戻らない。

4 避難施設へ移動 一時的に避難した場所から、避難施設や自宅へ移動

●安全の確認ができたら、一時避難した場所から避難施設などに移動する。
●避難施設では集団生活のルールを守り、助け合いの心を持つ。
●引き続き、災害情報・被害情報を収集する。