

地震が起きた時には…



**火を消し
避難路確保
安全な場所へ**



まずはコンロなど**火**を使用していたら**消す**。次に窓や戸を開けて（家がゆがむと開かなくなります）から、机やテーブル等の下に隠れ、揺れが収まってから**屋外の安全を確認**して家を出る。この時、ブレーカーを必ず落として（通電火災の防止）ください。

揺れている最中に火災が発生した場合、何はともあれ、その場から離れてください。揺れが激しいと、火を消す余裕なんかありません。火災で一番恐ろしいのは、**火災によって発生する有毒ガス**を吸い込み、**体が動かなくなる**ことです。そうなる前に逃げてください。（但し、揺れが収まった場合は、消化活動を行ってください。もちろん素人でも手に負える範囲に限ります）

揺れが収まったら、何はともあれ水を貯めます。これは飲み水に使うのではなく、「**トイレ用**」としてのものです。一般的な水洗トイレで使用する水の量はバケツ約2杯分。給水所で並んで手に入れた貴重な水を、そんなことには使えませんよね。でも、流さなければ便器はてんこ盛りになってしまいます。

仮設トイレにも限りがあります。特に女性にとって死活問題ですから、迅速に貯水を行ってください。



ポリ袋（ごみ袋）も、代用可能です。



避難所へは徒歩で移動。切れた電線や地割れに注意しましょう。**電線はあちこちで切れて**垂れ下がっています。一箇所回避したら終わり、ではありません。

また、ラジオ等でできるだけ**正しい情報を確認**してからの避難が望ましいです。安全だと思い込んでた場所が、実は危険だったなんて事態も想定されます。

荷物は最低限だけ持って、避難してください。車は絶対にいけません。渋滞を誘発し、緊急車両の移動の妨げになります。みんなに白い目で見られますの嫌ですよ。

屋外にいた場合…頭を覆って、ショーウィンドウや窓ガラス、ブロック塀から離れる。

屋内にいた場合…太い柱の近く、自分の横にあるものより低い姿勢でうずくまる。出口に殺到しない。避難者が多い場合、死に至る圧力がかかり非常に危険。冷静に第二の脱出経路を探す。

車を運転していた場合…徐行して道路左端に停車し、エンジンを切る。車を離れる場合はキーは抜かず、ドアもロックしない。切れた送電線が車に触れている場合、むやみに外に出ない。電車やバスに乗っている場合は、乗務員の指示が無い限り、むやみに外に出ない。