



地震の時はこうしよう!!

家にいる時、外出している時、
もしも地震が起こったら、あなたはどうしますか？

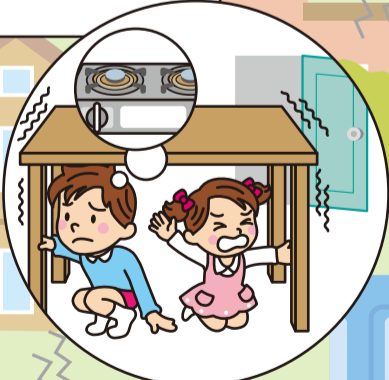
◎自転車や車に乗っている時は？

自転車は道路をふさがない所に止めましょう。
車から離れる時は、レスキュー隊の人が後で移動できるようにカギをつけたままで。



◎家にいる時は？

クッションなどで頭を覆い、
テーブルの下にもぐって脚を
しっかりつかみましょう。
火を使っていたら消して、
玄関か窓を開けて出口を確保。
慌てて外へ飛び出さず、
まわりの様子に注意して避難
しましょう。



◎外出している時は？

鞆などで頭を守りながら、倒れてくるかも
もしれない電柱や看板、ブロック塀、自動販
売機から離れましょう。割れた窓ガラスに
も気を付けましょう。
公園などの広い場所に避難しましょう。

◎電車の中にいる時は？

つり革や手すりに両手でしっかりつかまり
ましょう。揺れが止まっても勝手に外へ
出ずに、乗務員の指示に従いましょう。



1
2
3
4
32