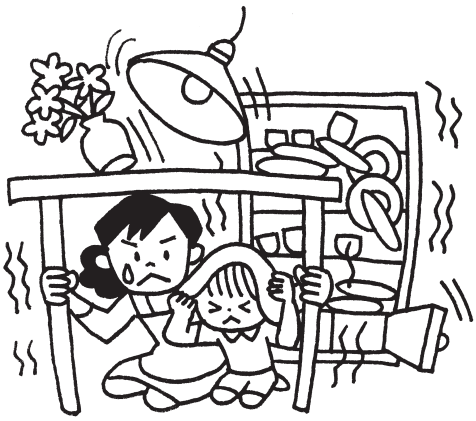
# 地震!!　そのときの行動

## ①まずは落ち着いて身の安全を

・揺れを感じたら、まず丈夫な机やテーブルなどの下に身を隠しましょう。
・玄関などの扉を開けて非常脱出口を確保しましょう。
・大揺れは1分程度でおさまるので周囲の状況をよく確かめ、あわてて外へ飛び出すことなく落ち着いて行動しましょう。



## ②あわてず冷静に火災を防ぐ

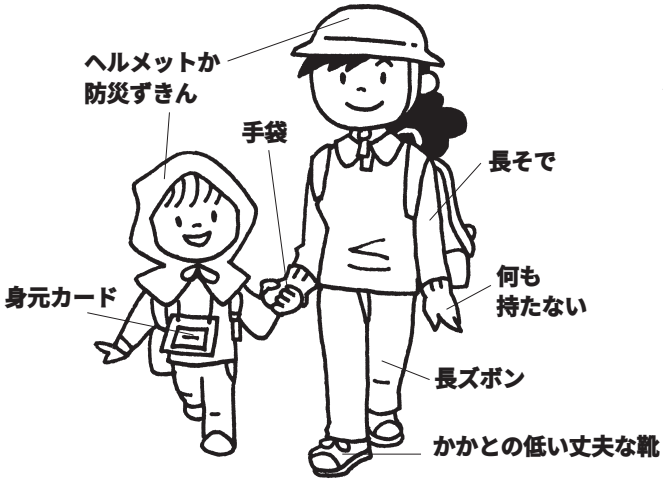
・使用中のガス器具、ストーブなどは、すばやく火を消しましょう。（ガス器具は元栓を締めましょう）
・万が一出火したら、大声で隣近所に声をかけ、みんなで協力し合って初期消火に努めましょう。

## ③狭い路地や塀ぎわ、崖や川べりに近寄らない

・狭い路地や塀ぎわは、瓦などの落下やブロック塀などの倒壊の恐れがあるので、これらの場所には近づかないようにしましょう。
・崖や川べりは地盤のゆるみで崩れやすくなっている場合があるので、これらの場所には近づかないようにしましょう。

## ④避難は徒歩で、持ち物は最小限に

・避難をするときは、必ず徒歩で、携帯品は必要な物のみにして、リュックなどで背負うようにしましょう。
・自動車運転中の場合は、道路の左側か空地に停車し、エンジンを止め、キーをつけたままにして避難しましょう。




## ⑤協力し合って救出活動・応急救護を

・建物の倒壊や落下物などの下敷きになった人がいたら、地域のみんなが協力し合って救出活動を行いましょう。
・軽いケガなどの処置は、みんながお互いに協力し合って応急救護をしましょう。

## ⑥正しい情報の入手を

・テレビ、ラジオの報道に注意し、デマに惑わされないようにしましょう。
・役場、消防署、警察署などからの情報には、絶えず注意しましょう。