## 地震発生時の行動パターン

地震発生

### 最初の大きな揺れは約１分間

●火の始末はすばやく
●ドア、窓を開けて脱出口を確保する
●転倒の恐れのある家具などから離れ、机などの下に身を隠す
●あわてて外に飛び出さない

地震発生後 1~2分

### 揺れがおさまったら、火元・家族の安全を確認

- 火元の確認・初期消火
- 家族の安全を確認
- 靴をはく
- 出火防止。ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを切る
- 非常持ち出し品の用意

地震発生後 3分

### ラジオ・テレビなどで正しい情報をつかむ

- ラジオなどで情報を確認
- 周囲の様子を確認
- 余震に注意

地震発生後 5分

### 災害の状況に応じて冷静に対応

- 隣近所の安全を確認
  隣近所に声を掛け、互いの安否を確認する。
  特に高齢者や障害者などの避難行動要支援者へは
  積極的に声をかける。
- 消火・救出活動
  隣近所で協力して消火や救出を行う。自分
  たちの手に負えない場合は消防署、警察へ通報する。
- 周囲に危険が迫っている場合は速やかに避難する

地震発生後 数時間~3日間

### 正確な情報を入手し、安全が確保できるまで警戒を

- 自宅や地域の安全が確認できるまで警戒をする
- 生活必需品は備蓄でまかなう
- 壊れた家には入らない
- 避難生活では集団生活のルールを守る