

地震対策 地震発生! そんなときどうする

地震発生時の時間経過別行動マニュアル

地震発生

最初の大きな揺れは約1分間

- まず、身を守る安全確保 (手近な座布団などで頭を保護)
- すばやく火の確認 ガスの元栓、コンセント、ストーブ
- 室内に居ることが危ないと判断した場合、すばやく屋外の安全な場所に一時避難する



揺れがおさまったら

- 火元を確認 火が出たら、落ち着いて初期消火。※初期消火の限界は炎が天井に燃え移る前まで。
- 家族の安全を確認 倒れた家具の下敷きになっていないかを確認
- 靴をはく 家の中はガラスの破片が散乱。靴や厚手のスリッパをはく
- 避難するときは、屋根がわら・ブロック塀・自動販売機等へ注意

みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ

- 隣近所に声をかけよう
- 隣近所で助け合う 要配慮者の安全確保
 - 行方不明者はいないか ●ケガ人はいないか
 - 初期消火 ●消火器を使う
 - 座布団、毛布、大きめのタオル等の活用
 - 漏電・ガス漏れに注意 ガスの元栓・電気のブレーカーを切る
 - 余震に注意
 - バケツリレー 風呂の水はため置きをしておく (ただし、乳幼児のいる家庭では浴槽への転落防止のため工夫しましょう)
- 出火防止初期消火



ラジオなどで正しい情報を

- 大声で知らせる ●救出・救護 ●防災機関、自主防災組織の情報を確認
- デマにまどわされないように ●避難時に車は原則として使用しない
- 電話は緊急連絡を優先する



協力して消火活動、救出・救護活動を

- 水、食料は蓄えているものでまかなう 最低でも3日間、できれば1週間分備蓄しておく
- 災害情報・被害情報の収集 ●無理はしない ●風呂水を貯めおきしておく
- 助け合いの心が大切 ●こわれた家に入らない

1~2分

3分

5分

10分
数時間

3日

屋内にいた場合

家の中

- 揺れを感じたら、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所へ避難する。
- 火の確認はすまやかに(コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに)。
- 乳幼児や病人、高齢者など要配慮者、避難行動要支援者の安全を確保する。
- 裸足で歩き回らない(ガラスの破片などでケガをする)。

デパート・スーパー

- カバンなどで頭を保護し、ショーウィンドウや商品などから離れる。柱や壁ぎわに身を寄せ、係員の指示を聞き、落ち着いた行動をとる。



劇場・ホール

- カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示を聞く。あわてず冷静な行動をとる。



集合住宅

- ドアや窓を開けて避難口を確保する。
- 避難にエレベータは絶対使わない。炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難する。

屋外にいた場合

路上

- その場に立ち止まらず、周りの危険物に注意し、窓ガラス、看板などの落下物から頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などに避難する。
- 近くに空き地などのないときは、周囲の状況を冷静に判断して、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。
- ブロック塀や自動販売機などには近づかない。
- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意する。



海岸付近

- 高台へ避難し津波情報をよく聞く。注意報・警報が解除されるまでは海岸に近づかない。



車を運転中

- ハンドルをしっかり握り、徐々にスピードを落とし、緊急車両等の通行スペースを確保し、安全を確認して道路の左側に停車する。
- 揺れがおさまるまで冷静に周囲の状況を確認して、カーラジオで情報を収集する。
- 避難が必要なときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難する。

電車などの車内

- つり革や手すりに両手でしっかりつかまる。
- 途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。
- 乗務員の指示に従って落ち着いた行動をとる。

火災対策 火災発生! そんなときどうする

初期消火の3原則

1人で消せるだろうと考えず、隣近所に火事を大声で知らせ、すまやかに119番通報を。初期消火で火事を消せなかったら、すばやく避難しましょう。

1

早く知らせる

- 「火事だ」と大声を出し、隣近所に援助を求める。声が出なければ、やかんなどを叩き、異変を知らせる。
- 小さな火でも119番に通報する。当事者は消火に当たり、近くの人に通報を頼む。

2

早く消火する

- 出火から3分以内が消火できる限度。初期消火の限度は炎が天井に届くまで。
- 水や消火器だけで消そうと思わず、座布団で火を叩く、毛布で覆うなどの手近なものを活用する。

火元別 初期消火のコツ



油なべ

あわてて水をかけるのは厳禁。すぐにガス栓を閉める。消火器がなければ濡らした大きめのタオルやシーツを手前からかけ、空気を遮断して消火を。

風呂場

風呂場からの出火に気づいても、いきなり戸を開けるのは禁物。空気が室内に供給されて火勢が強まる危険がある。ガスの元栓を締め、徐々に戸を開けて一気に消火を。

石油ストーブ

真上から一気に水をかけて消火(斜めにかけてと石油が飛び散って危険)。石油が流れてひろがっていくようなら毛布などで覆い、その上から水をかけて消火を。

電気製品

いきなり水をかけると感電の危険が。まずコードをコンセントから抜いて(できればブレーカも切る)消火を。

衣類

着衣に火がついたら転げまわって消すのも方法。髪の毛の場合なら衣類(繊維は避ける)やタオルなどを頭からかぶる。

カーテン・ふすま

カーテンやふすまなどの立ち上がり面に火が燃えひろがったら、もう余裕はない。引きちぎり蹴り倒して火元を天井から遠ざけ、その上で消火を。



3

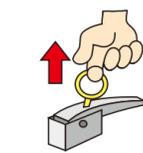
早く逃げる

- 天井に火が燃え移った場合は、速やかに避難する。
- 避難するときは、燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を絶つ。
- 一酸化炭素などの有毒ガスを含んだ煙を吸い込まないように低い姿勢でマスク・タオル等で口をふさいで逃げる。



消火器の使い方

消火器の使い方 粉末・強化液消火器の場合



安全ピンに指を
かけ上に引き抜く。



ホースをはずして
火元に向ける。



レバーを強く
握って噴射する。

かまえ方

- 風上に回り風上から消す。火災にはまともに正対しないように。
- やや腰を落して姿勢をなるべく低く。熱や煙を避けるように構える。
- 燃え上がる炎や煙にまどわされずに燃えているものにノズルを向け、火の根元を掃くように左右に振る。



火災警報器の設置義務化

火災予防
が一番!!

消防法の改正により、住宅用火災警報器の設置が義務付けられました。

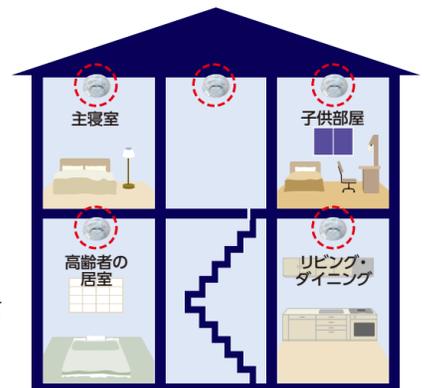
- 新築の場合は、平成18年6月1日から
- 既存の住宅は、平成21年6月2日から



警報器

火災警報器の設置が義務づけられている場所

- 寝室…すべての寝室(子供部屋や高齢者の居室など就寝に使われている場合は対象となります)への設置が必要です。
- 階段…寝室のある部屋の階段の天井などへの設置が必要です。
- 台所…義務ではありませんが、設置を推奨します。



住宅内取付位置図