

☆前回の防災通信 (No.28号) で、災害発生時緊急行動 10 原則 を紹介しました。
その10原則の中のひとつ

「その場に合った身の安全」の8項目を説明します

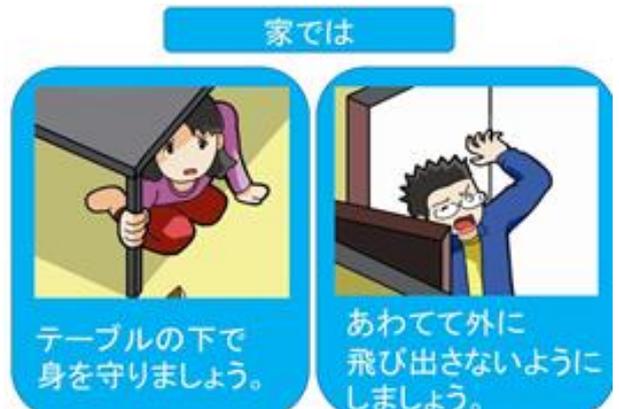
① まずは安全ゾーンへの避難

小さな揺れや緊急地震速報の時に、ただちにドアを開けるなど、避難路を確保し安全ゾーンへ避難します。

安全ゾーンとは：落下物の少ない、閉じ込められない場所のことです。

耐震性の高い建物では「机の下に身を隠す」行動です。地震発生時にいる建物やその状況によって、退避方法は変わります。

倒壊の恐れのある建物では、外の安全ゾーンへ退避すべきです。



② 地震！まず身の安全、そして火をけせ！

目の前で火を使っていたら、直ちに火を消します。もし離れていたら、まずは身の安全です。1993年1月に発生した釧路沖地震のあと「地震！まず身の安全、そして火をけせ！」に変わりました。



③ 地震直後は火気厳禁です (照明用には懐中電灯準備)

阪神・淡路大震災では停電になったので、ローソクに火を点けたとたんに漏れていたガスに引火して火災になったケースがありました。

④ エレベーターに乗っているとき地震にあったら？

すべての行き先ボタンを押し、停まった階で降りて階段で避難します。

もし、エレベーターに閉じ込められた場合は、設置されている緊急連絡ボタン（インターホン）で外部と連絡を取り、慌てず救助を待ちます。



⑤ 地下街や地下鉄の駅にいるとき地震にあったら？

一般的に地上に比べて地下構造物のほうが地震の揺れに強いと考えられています。

その場その場で身の安全を確保した後、揺れが収まったら慌てず、早めに地上に脱出することが大切です。

地下鉄に乗っているとき地震に遭遇したら、係員の指示に従いましょう。



⑥ 車を運転中に緊急地震速報や地震が起きたら？

ハザードランプを点灯させ、前後の車に注意しつつ徐行し左側に寄せて停車しましょう。



⑦ デパートやスーパーマーケットにいるとき地震にあったら？

その場で身の安全を図り、係員の指示に従いましょう。

⑧ 街中を歩いているとき地震にあったら？

建物から離れること、離れられない場所であれば、安全そうなビルの陰かビルの中に入りましょう。

⑨ 海岸近くにいるとき地震にあったら？

まず身の安全を図り、揺れが収まったら高台か近くのビルに避難しましょう。



《 お知らせ 》

秋の防災訓練：9月30日 10:00 スタート

・インターネットで防災隊の活動及び防災通信が閲覧できます。（下記に閲覧方法を紹介します）

- ① インターネットの検索欄に [ドリーム燦燦](#) と入力して検索し、[ドリーム燦燦](#) を見つけます。
- ② その[ドリーム燦燦](#) をクリックして開き、画面の右欄にある「全体グループ予定表」の下段にある「プラス地域活動団体」の最下部「[県ドリームハイツ防災隊トップ](#)」をクリックします。
- ③ 画面中左欄にある「防災隊メニュー」で防災組織他、防災隊の活動が分かります。
- ④ 「防災隊メニュー」の防災通信をクリックすれば防災通信が閲覧できます。