

# “いざ”というとき

## 地震の心得10か条 9月1日は「防災の日」

### 被害を最少限にするには

### 一人一人の行動が大切

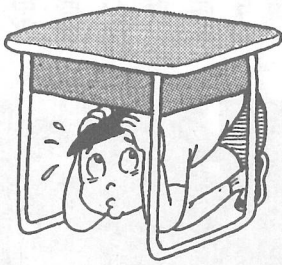
世界で起こる地震の1割が、日本で起きています。わが国が地震大国と言われるゆえんです。

そのため、避難する場所をつくったり、揺れに強い建物にしたりと、昔から様々な対策が考えられてきました。しかし、被害を最少限に抑えるには、何といつても一人一人の行動が決め手です。

地震に対する備えをしたあとは、実際に地震が起きたときの行動に即した、次の「地震10か条」を覚えておきましょう。

#### まず、わが身の安全を図ろう

大きな揺れは、一分程度でおさまります。テーブルや机など丈夫な家具の下で、頭を保護するようにしましょう。



#### 素早く火の始末

「ガラス」ときたら、必ずコ

ンロなどの火を消すようにしましょう。火事さえ起きなければ、被害はそれほど大きくなりません。

#### 非常脱出口を確保する

特に、マンションやコンクリート建ての家は、振動で扉がゆがみ開かなくなることがあります。

#### 火が出たら、まず消火

出火したら、消火器やバケツなどでボヤのうちに消し止めましょう。また、近所に声をかけ、協力して初期消火をしてください。

#### 慌てて外に飛び

出さないように

慌てて外に飛び出すのは危険です。瓦やガラスなどが落ちてくる可能性があります。周りの状況をよく見て行動しましょう。

#### 狭い路地や塀際、

がけや川べりに  
近寄らないように

ブロック塀が倒れたり、地盤がゆるんで崩れやすくなったりしています。避難するときは、このような場所には近寄らないようにしてください。

#### みんなが協力し合って 応急救護を

災害のときは、お互いに協力しなければなりません。軽いけがは、みんなで応急の処置をしましょう。

#### 山崩れ、がけ崩れ、 津波に注意する

地震で起きる火事や津波などの二次災害は、とても恐ろしいものです。役場や警察、消防署の注意を聞き、安全な場所に避難しましょう。

#### 避難は徒歩で、 持ち物は最少限に

自動車を使うことは、渋滞を引き起こし、消火活動や救急救助活動の妨げになります。避難は徒歩で、荷物は必要な物だけにしてください。

#### 正しい情報をつかみ 余震を恐れないように

災害で混乱しているときは、誤った情報にまどわされやすくなります。役場や警察、消防署などの指示に従い冷静に行動をしましょう。

## 防災訓練に 参加しよう 9月3日

いざというときに、落ち着いて行動するためには、普段からの備えと防災訓練に参加することが大切です。頭で理解したことを、いつでも行動に移せるようにしましょう。

今年は地震による大規模火災を想定して、上町、本町、東町、古川、両国新田、大島団地の地区を対象に9月3日の日曜日に実施しますので、家族ぐるみで訓練に参加しましょう。