

地震

地震発生時の行動

地震が起きたら

地震発生 緊急地震速報が発表！ 強い揺れが発生！

まずは身を守る！

- 頑丈なテーブルの下や家具の無いスペースで転倒物や落下物から身を守り、テーブルなどの脚は両手でしっかりと握っておく。



緊急地震速報は震度4以上の揺れが予想される地域に対して発表されます。

発生直後 最初の大きな揺れがおさまったら

家族の安全確認！

- 一緒にいる家族にけがはないか、お互いの状況を確認しましょう。

火元を確認！

- 火を使っている場合は、強い揺れがおさまってから火の始末をする。
- 出火していたら消火器などで初期消火をする。
- コンセントを抜く。

出口を確保！

- いつでも避難できるように部屋の窓や玄関のドアを開ける。

けがに注意！

- 屋内では、倒れた家具や落下物、割れたガラス片などに注意する。
- スリッパや靴を履く。



その後は 状況を正しく認識し、適切に行動する

正しい情報を把握する

- ラジオやテレビ、防災行政機関などから正しい情報を集める。
- 災害時にはデマやうわさなど不確実な情報が出回りやすいので信頼できる情報を入手する。



危険が迫れば避難する

- 家屋倒壊、土砂災害のおそれや大規模火災の危険が迫ったりした場合は避難所などに避難する。

- 避難が必要になった時は、電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉めて避難する。

隣近所の安全を確認する

- 高齢者などの要配慮者世帯には積極的に声かけをする。
- 近隣で出火していたら協力して初期消火する。
- 建物の倒壊などで下敷きになった人がいたら、協力して救出・救護する。

地震に備える～わが家の安全対策～

ふだんからイメージして工夫することで、地震が起きた時に被害を少なくすることができます。家の中の家具やガラスなど、地震に対する安全性をチェックし、補強や移動を行っておきましょう。

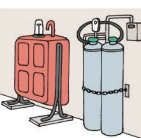
家の耐震化

耐震診断をし、必要があれば耐震化を行う。



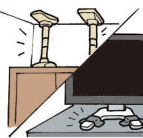
プロパンガスや灯油タンクの固定

転倒等による容器流出や衝撃による損傷を防止するため、鎖やベルトなどの固定金具を使用し、転倒防止を行う。



家具・家電の転倒防止対策

背の高い家具はL字金具や支え棒で固定し、台に固定したい家電は粘着マットやストラップ式の器具などで固定します。



壁や塀の点検強化

ひび割れ・破損の有無を点検し、補強する。



避難経路の確保

安全に避難できるように、玄関や廊下などには家具や荷物は置かない。



家具配置の見直し

倒れても安全なように、向きと配置を確認する。



揺れの強さ

揺れの強さは震度で表されます。各震度の強さを知り、地震が起きたときの対処法を想定しましょう。

緊急地震速報（予報）

震度3



大半の人が揺れに気づく

震度4



大半の人が揺れに驚く

緊急地震速報（警報）

震度5弱



大半の人が物につかまりたいと感じる

震度5強



大半の人が行動に支障を感じる

緊急地震速報（特別警報）

震度6弱



立っていることが困難になる

震度6強



這わないと動けない

震度7



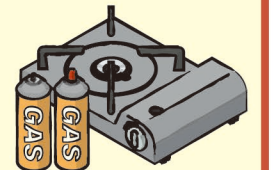
動けず、飛ばされることもある

停電時の備え

平成30年9月6日発生 of 北海道胆振東部地震では、北海道の広範囲で数日にわたり大規模停電（ブラックアウト）が発生しました。停電は日常生活に様々な支障をきたしますので、日頃から備えておくことが大切です。

備え① カセットコンロや発電機を準備！

IH調理機や給湯・暖房設備は使用できません。カセットコンロやポータブルストーブ・発電機などを準備しましょう。（特にオール電化の家庭は注意しましょう）



備え② モバイルバッテリーを準備！

携帯電話やスマートフォンは、家族との連絡、各種情報の入手に有効です。

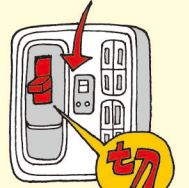


備え③ 水を確保！ ※高層階の方は要注意

断水し、トイレも流せなくなります。飲料水の準備や風呂に水をためるなど、水を確保しましょう。

備え④ 車のガソリンは多めに給油！

車が使えると、暖をとったり、テレビ・ラジオの視聴やシガーソケットからの充電が可能です。日頃からガソリンは多めに心がけましょう。



備え⑤ 停電復旧時の火災に注意！

電源復旧時に電気が通ると火災のおそれがあります。停電時はブレーカーの電源を切り、復旧後に電源を入れるようにしましょう。

停電時に役立つもの

- 乾電池・ガスボンベ・ランタンなどのキャンプ用品
- 暖をとるもの（アルミ製ブランケット、毛布、電源不要のポータブルストーブ）



停電情報

ほくでんネットワーク

北海道エリアの停電地域や発生日時、復旧状況などの情報が公開されています。

▶ <https://teiden-info.hepco.co.jp>

