

地震発生! その時どうする?

地震の時、まず自身の安全確保が第一です。

居る場所によって対応が異なりますが、身の回りの物で頭や身体を守りパニックにならず、冷静に行動できるよう日頃から対応を覚えてください。

① まず、自分を守る

揺れが続いている場合はテーブル、机などの下で安全を確保しましょう。



② すばやく火の始末

揺れが収まってから落ち着いて火の始末をしましょう。



③ 出口の確保を

建物がゆがんでドアが開かなくならないように開け放しましょう。



④ みんなが協力しあって応急救護

けが人が出た時はお互いに協力し合って応急救護をしましょう。



⑤ 正しい情報をつかむ

町の広報、ラジオやテレビの情報に注意しましょう。



⑥ 冷静に避難

地震は1分過ぎればまず安心。家庭などで話し合ったことを思い出しましょう。



ブレーカーを落とす

漏電による火災の恐れがあるので、避難する際は必ずブレーカーを落としましょう。

OFF



忘れないで、連絡メモを!

避難時など自宅を離れる場合、玄関など見やすい場所に避難先や安否情報を書いたメモを貼りましょう。

パパへ
〇〇公民館へ避難します。
みんな無事です。
21日午前11時
ママより

「自助」「共助」「公助」 岐阜県地震防災行動計画3つの柱

地震防災対策の基本的な考え方に、「自助(自らの命は自ら守る)」、「共助(みんなの地域はみんなで守る)」、「公助(国、県、市町村等が支援する)」というものがあります。この3つのうち、どれか1つが欠けても十分な対策はできません。日頃から、家庭・職場・地域で防災対策の備えについて点検・見直しをしましょう。

	自 助 (自らの命は自ら守る)	共 助 (みんなの地域はみんなで守る)	公 助 (国・県・市町村等が支援する)
意 味	「自らの命は自ら守る」といった災害対策の基本的な考え方にに基づき、各自・各家庭等で自ら備え、対策をとり、地震から身を守ることです。阪神・淡路大震災では、倒壊家屋などから救出された人の約65%の方が、自力もしくは家族により救出されたという報告があります。	地域が連携して行う地震防災対策のことです。隣近所や町内会、自治会等での活動がこれにあたります。阪神・淡路大震災では、倒壊家屋などから救出された人の約30%の方が、近所の方などにより救出されたという報告があります。	国や県や市町村等での行政機関が実施する地震対策で、「自助」や「共助」を支援する活動を行います。
事前対策	食糧や水の備蓄、家の耐震化、家具の転倒防止 等	地域の自主防災活動(防災訓練等)への参加 等	学校等の公共建築物の耐震化、各種対策への金銭的支援、各種啓発・教育活動 等
地震発生後の対策	自らの安全を確保する避難所等への避難 等	初期消火活動、近所の高齢者や障害者等の避難の手助け、地域の人々が被災した場合の救出活動 等	避難誘導、避難所開設・運営、支援物資やボランティアの受入、人命救助 等