

大地震発生時の外出シーンごとの注意事項

繁華街・住宅街では

- ・上着やバッグを使って落下物から頭を保護しましょう（頭からは10cm程隙間を作り、何もいないときには手を使って守りましょう）
- ・瓦やガラスなどの落下物の避けるため、建物からはなるべく離れるようにしましょう。
- ・ブロック塀や自販機、電柱や切れた電線に近寄らない。
- ・公園などの広く安全な場所へ避難しましょう。
- ・周辺で火災が起これば風上へ避難します。

駅・空港では

- ・落下物から頭を保護しましょう。
- ・ホームから転落しないように近くの柱の傍に移動し、ずくまって揺れが収まるのを待ちましょう。
- ・ホームから線路には絶対に下りないようにしましょう。
- ・駅員や空港職員の指示に従いましょう。

電車の中では

- ・立っている場合にはつり革や手すりにしっかりとつかまり、車両中央寄りに身をおきましょう。
- ・座っている場合には頭を保護して姿勢を低くして身を守りましょう。
- ・車両が停止したら、乗務員の指示に従いましょう。

車の運転中の場合には

- ・ハザードランプを点灯して徐々に減速します。
- ・道路の左側（駐車場や空き地があればそこに）停車し、エンジンを切ります。
- ・揺れが収まるまで待ち、カーラジオをつけて情報を入手します。
- ・避難で車を離れる場合にはキーをつけたままでドアロックせず、連絡先をメモで残しましょう。

エレベーターの中では

- ・すべての階を押して停止した階で降りましょう。
- ・閉じ込められたらインターフォンで通報しましょう。

関前防災会 代表 島田豊文
51-2030
<https://sekimaebousai.web.fc2.com/>

地下街では

- ・停電になっても、非常灯がつくので待ちましょう。
- ・ショーウィンドウから離れ、柱や壁の傍に移動し揺れが収まるのを待ちましょう。
- ・非常口、階段には殺到せず落ち着いて行動しましょう。

劇場・ホール・スタジアムでは

- ・落下物から頭を保護しましょう。
- ・シートの上に身を寄せて身体を守りましょう。
- ・館内放送や係員の指示に従いましょう。
- ・非常口、階段には殺到せず落ち着いて行動しましょう。

デパート・スーパーでは

- ・買い物かご等で落下物から頭を保護しましょう。
- ・ショーケース、大型商品から離れ、階段の踊り場や柱の傍に移動しましょう。

海や川、山では

- ・津波を想定し高台（近くにないときは高い建物の3階以上）へ避難しましょう。
- ・津波警報の情報を入手しましょう。
- ・警報や注意報が解除されるまでは低地に下りないようにしましょう。
- ・土砂崩れの危険があるので、斜面や崖からは離れましょう。
- ・避難が困難な高齢な方や介護が必要な方を見つけたら助け合って行動をしましょう。

編集後記

この「せきまえ防災」も第9号となりました。そろそろ、第1号の情報も古くなってきたことから最新の防災情報とともに紙面を再構築したものをお届けしようかと思っておりましたが、1面でも書きましたように、外出時の注意事項を整理してお届けすることも必要なのでは？という意見から、今回とりまとめさせていただきました。あらためて、是非、ご一読いただき、防災知識としてお役にたてれば幸いです。

