

2-3 地震時の行動 Action to be taken at the time of an Earthquake

1分~2分

5分~10分

10分~数時間

身を守る!

身の周りの安全確保!

家族の安全確認 避難準備

地域で協力 一時避難場所へ集合

避難生活



安全確保の行動!



落ちついて火の元を確認し、出火していたら初期消火しましょう



落ちついて行動し、けがに注意しましょう

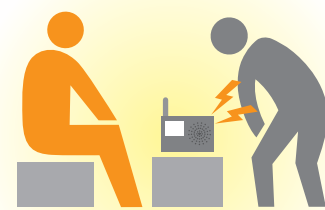


窓や戸を開け出口を確保しましょう



(外出先から)

家族の安否確認を行きましょう



うわさやデマに惑わされないように正しい情報を得ましょう



外出前にブレーカーを切り、ガスの元栓を締めて避難しましょう



隣、近所の安否確認を行きましょう

避難途中、門や塀には近寄らないようにしましょう

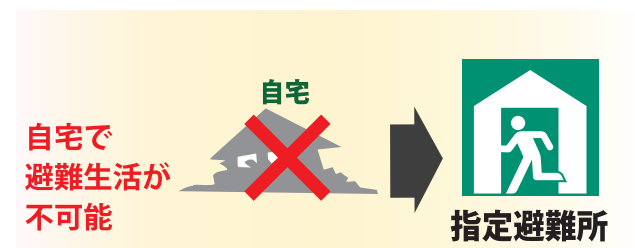
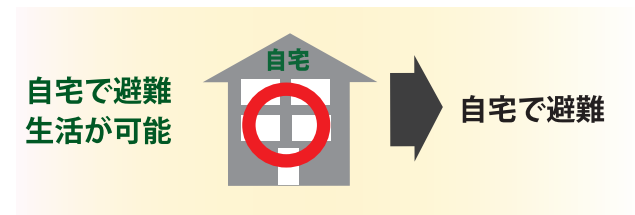
一時避難場所 (近くの公園など)



各町内会、自治会で安否確認を行きましょう



地域ぐるみで協力し合って救急、救護、初期消火を行きましょう



避難生活の安定へ ※要配慮者は必要に応じて福祉避難所へ

食料や生活必需品は家庭内備蓄でまかないましょう 最低3日分、できれば1週間分

応急手当の方法

大規模な地震時には、早い段階での救急隊による救護が望めない場合が考えられます。そのような事態に備え、適切な応急手当の方法を身につけておきましょう。

出血したとき

- ・傷口にガーゼや布を直接当て、強く圧迫します。
- ・手足は心臓より高い位置に上げると血が止まりやすくなります。
- ・止血ができない場合は、傷口から心臓に近いところを、包帯などで固く結び圧迫します。



骨折したとき

- ・動かさないようにし、傷があれば止血・消毒します。
- ・添え木は身近なものを代用し、骨折部分の上下の関節を2カ所以上結んで固定します。



やけどをしたとき

- ・やけどをしたところをすばやく水で冷やします。痛みや熱を感じなくなるまで十分冷やします。
- ・服を着ている場合は、そのまま服の上から水をかけて冷やします。
- ・広い範囲にやけどをした場合は、ホースやバケツなどで水をかけるか、浴槽の水につかって冷やします。

