



地震発生時の安全確保

屋内にいた場合

■家中

- 机やベッドの下に隠れ、頭をクッションや座布団で守りましょう。
- 揺れが収まるまで動かず、落ち着いて行動しましょう。

■デパート・スーパー・劇場

- 商品棚や天井からの落下物に注意し、柱や壁際に身を寄せましょう。
- 手荷物で頭を守りましょう。
- 非常口の位置を確認し、揺れが収まったら迅速に避難しましょう。
- 出口に殺到せず、店員や係員の指示に従いましょう。



■エレベーター

- すべての階のボタンを押し、停止した階で外に出ましょう。
- 閉じ込められた場合は非常ボタンやインターホンで連絡し、救出を待ちましょう。
- 揺れが収まって、機器の安全が確認できるまでエレベーターを使用しないようにしましょう。



屋外にいた場合

■路上

- 頭を手荷物で守り、広場など安全な場所に移動しましょう。
- 建物や電柱から離れ、ガラスや看板、ブロック塀、自動販売機などの落下物に注意しましょう。



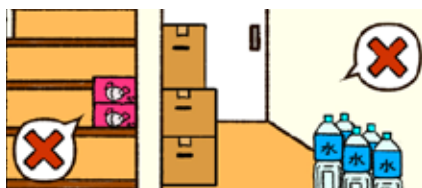
■車の運転中

- 道路の左側に徐々にスピードを落として安全に停車し、エンジンを切りましょう。
- 揺れが収まるまでは車外に出ず、カーラジオなどで情報を確認しましょう。
- 車を離れる場合は、車検証など貴重品を持ち、キーはつけたままでロックしないようにしましょう。

■電車やバスの中

- 手すりや座席にしっかりと掴まって身を守りましょう。
- 車内アナウンスや運転士、車掌の指示に従い、冷静に行動しましょう。
- 他の乗客と協力して、パニックを避けるよう努めましょう。

自宅の地震対策



■安全な空間・通路をつくる

避難経路を確保するために、家具や物を通路に置かないようにしましょう。特に玄関や出入り口付近は、倒れやすいものを置かないようにします。人が集まるリビングや廊下には、安全な空間を確保することが重要です。



■寝室などに家具を置かない

就寝中に地震が発生した場合、家具が倒れると避難が遅れる危険があります。特に子どもや高齢者、障害者の寝室には倒れやすい家具を置かないようにしましょう。どうしても家具を置く必要がある場合は、しっかりと固定することが大切です。



■家具の転倒を防ぐ

家具の転倒を防ぐために、家具と壁をL字金具で固定する、家具の上に重いものを置かない、耐震マットを使用するなどの対策を講じましょう。また、食器棚や本棚などは、扉が開かないようにストッパーを付けることも有効です。

南海トラフ地震について

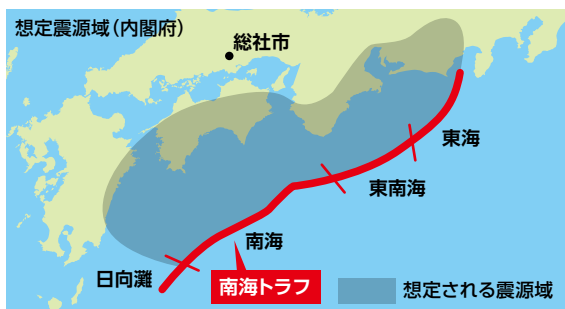
地震発生確率 30年以内に**80%程度**

■南海トラフとは

南海トラフは、フィリピン海プレートがユーラシアプレートの下に沈み込む海溝の一部で、日本の南海沿岸に沿って東西に延びる海溝です。この地域は地震活動が活発で、過去に巨大地震が繰り返し発生しています。

■南海トラフ地震

南海トラフ地震は、南海トラフ沿いで発生するマグニチュード8から9クラスの巨大地震を指します。この地震は広範囲に甚大な被害をもたらすと予想されており、津波や大規模な建物倒壊などの被害が懸念されています。



南海トラフ地震臨時情報について

南海トラフ地震臨時情報は、南海トラフ沿いで異常な地震活動が観測された場合に気象庁から発表される情報です。この情報は、巨大地震の発生リスクが高まっていることを示し、住民に対して警戒を呼びかけるものです。「巨大地震警戒」、「巨大地震注意」などのキーワードとともに発表されますので、日ごろからの地震への備えを再確認するなど、市からの呼びかけに応じた防災対策をとりましょう。