

さいがい み まも じしんへん しつない とき
災害から身を守ろう！『地震編・・・室内にいる時』

ゆ かん じょうぶな つくえ した み
揺れを感じたら、じょうぶな机やテーブルの下にもぐるなどして、身を
まも 守ります。おお じしん ゆ じかん すうぶんかん つづ こと
守ります。大きな地震の場合は、揺れている時間が数分間、続く事があり
ります。

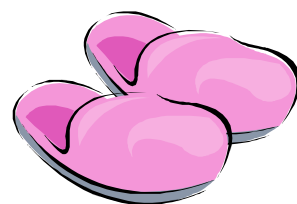


ひ つか とき じしん お ひ け こと たいせつ おお
火を使っている時に地震が起きたら、火を消す事が大切ですが、大き
く揺れている さいちゆう むり ひ け きけん
く揺れている最中に、無理をして火を消そうとすると、やけどをする危険
があります。

ばあい ゆ ひ け
その場合には、揺れがおさまってから火を消しましょう。

そと と だ やね かんばん
あわてて外に飛び出さないようにしましょう。屋根がわらや看板などが
お 落ちてきて、けがをする 危険性 があります。

うご とき へや なか はきもの は はだし
また、動く時には部屋の中でも履物を履くようにしましょう。裸足だ
とガラスの破片が刺さったりして、とても危険です。



ゆ あ でぐち かくほ
揺れがおさまったら、ドアを開けて出口を確保しましょう。

ひなん とき かなら くつ は
避難する時は、必ず靴を履き、ヘルメットなどをかぶっ



とほ ひなんじよ ひなん
て、徒歩で避難所に避難しましょう。

ひごろ ちか ひなんじよ おぼ こと たいせつ
〔日頃から近くの避難所を覚えておく事が大切です〕