

# 地震災害

## 地震発生時の時間経過別行動マニュアル



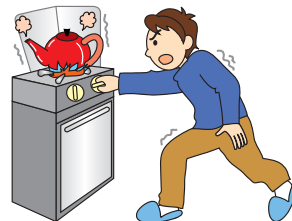
### 揺れを感じたり、緊急地震速報を見聞きしたら

- まず、手近な座布団などで頭を保護するなどの避難行動をとる
- 大きな揺れが来る前に、テーブルや机の下などで身の安全を確保する



### 揺れがおさまったら

- 火元を確認 火が出たら、落ち着いて初期消火
- 家族の安全を確認 倒れた家具の下敷きになっていないかを確認
- 靴をはく 家の中はガラスの破片が散乱、靴や厚手のスリッパをはく
- 避難するときは、ブロック塀・自動販売機等に注意

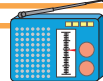


### みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ

- 隣近所に** ●隣近所で助け合う 災害弱者の安全確保  
**声をかけよう** ●行方不明者はいないか ●ケガ人はいないか
- 出火防止** ●初期消火 ●消火器を使う ●バケツリレー 風呂の水はため置きをしておく  
**初期消火** ●漏電・ガス漏れに注意 ガスの元栓・電気のブレーカーを切る ●余震に注意



### ラジオなどで正しい情報を



- 大声で知らせる ●救出・救護を ●防災機関、自主防災組織の情報を確認
- デマにまどわされないように ●避難時には車は絶対に使用しない
- 電話は緊急連絡を優先する

### 協力して消火活動、救出・救護活動を

- 災害情報・被害情報の収集 ●無理はやめよう
- 助け合いの心が大切 ●こわれた家に入らない
- 水、食料は蓄えているものでまかなう 3日間の飲料水と食料の備蓄をしておく



### 屋内にいた場合

#### 家の中

- ・緊急地震速報を見聞きしたり、揺れを感じたら、すばやく身の安全を確保する。
- ・火の使用中に揺れを感じたら、揺れが収まってからあわてずに火の始末をする（コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに）。
- ・乳幼児や病人、高齢者など災害弱者の安全を確保する。裸足で歩き回らない。（ガラスの破片に注意！）

#### デパート・スーパー

- ・カバンなどで頭を保護し、ショーウィンドウや商品などから離れる。柱や壁ぎわに身を寄せ、係員の指示を聞き、落ち着いた行動をとる。

#### 集合住宅

- ・ドアや窓を開けて避難口を確保する。
- ・避難にエレベーターは絶対使わない。炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難する。

#### 劇場・ホール

- ・カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示を聞く。あわてず冷静な行動をとる。

### 屋外にいた場合

#### 路上

- ・その場に立ち止まらず、窓ガラス、看板などの落下物から頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などに避難する。
- ・近くに空き地などのないときは、周囲の状況を冷静に判断して、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。
- ・ブロック塀や自動販売機には近づかない。倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意する。

#### 電車などの車内

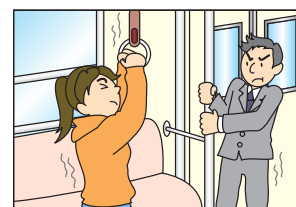
- ・つり革や手すりに両手でしっかりつかまる。
- ・途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。
- ・乗務員の指示に従って落ち着いた行動をとる。

#### 海岸付近

- ・高台へ避難し津波情報をよく聞く。注意報、警報が解除されるまでは海岸に近づかない。

#### 車を運転中

- ・ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落とし、緊急車両等の通行スペースを確保し、道路の左側に止め、エンジンを切る。
- ・揺れがおさまるまで冷静に周囲の状況を確認して、カーラジオで情報を収集する。
- ・避難が必要なときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難する。



## 停電への備え

### カセットコンロ、ポータブルストーブ、発電機の準備

・IH調理器や給湯、暖房設備は使用できませんので、カセットコンロ、ポータブルストーブ、発電機などを準備しましょう。オール電化の家庭は注意をしましょう。

### 停電復旧時の火災に注意

・停電復旧時に電気が通ると火災の恐れがありますので、停電時はブレーカーの電源を落とし、復旧後に電源を入れるようにしましょう。

### 水の確保を準備

・断水し、トイレも流せなくなります。飲料水の確保やお風呂に水をためるなどの準備をしましょう。

### モバイルバッテリー、ラジオの準備

・携帯電話やスマートフォンは、家族との連絡や情報の入手に必要です。日頃から充電を心がけましょう。乾電池式のモバイルバッテリー、ラジオも準備しましょう。






### 車のガソリンは多めに準備

・車が使えらると、暖をとったりテレビ、ラジオの情報入手やシガーソケットからの充電が可能となりますので、日ごろからガソリンは多めにしておきましょう。

### 医療機関の準備

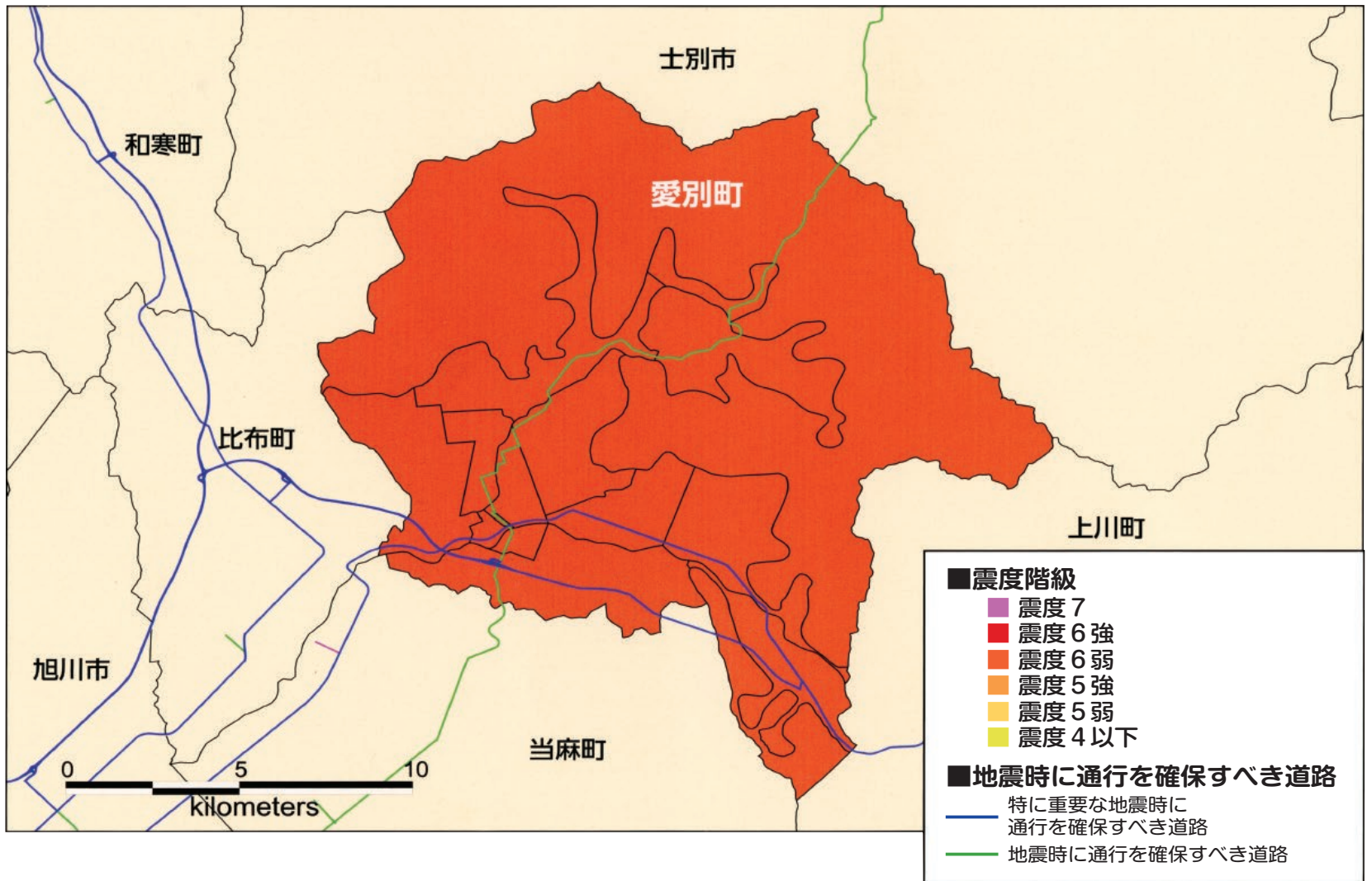
・医療機関をご使用の方は、停電時の対応方法を主治医に相談しておきましょう。

## 地震の震度表

震度	人の体感・行動	屋内の状況	屋外の状況
4	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 歩いている人のほとんどが揺れを感じる。</li> <li>● 眠っている人のほとんどが目覚めます。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 電灯などが大きく揺れ、棚にある食器類は音を立てる。</li> <li>● すわりの悪い置物が倒れることがある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 電線が大きく揺れる。</li> <li>● 自動車を運転していて揺れに気づく人がいる。</li> </ul>
5弱	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 大半の人が恐怖を覚え、物につかまりたいと思う。</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 電灯などの吊り下げ物は激しく揺れ、棚にある食器類、書棚の本が落ちることがある。</li> <li>● すわりの悪い置物の大半が倒れる。</li> <li>● 固定していない家具が移動することがあり、不安定な物は倒れることがある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● まれに窓ガラスが割れて落ちることがある。</li> <li>● 電柱が揺れるのがわかる。</li> <li>● 道路に被害が生じることがある。</li> </ul>
5強	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 大半の人が物につかまらなさと歩くことが難しいなど、行動に支障を感じる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 棚にある食器類や書棚の本で落ちる物がある。</li> <li>● テレビが台から落ちることがある。</li> <li>● 固定していない家具が倒れることがある。</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 窓ガラスが割れて落ちることがある。</li> <li>● 補強されていないブロック塀が崩れることがある。 <ul style="list-style-type: none"> <li>● 据付けが不十分な自動販売機が倒れることがある。</li> <li>● 自動車の運転が困難となり、停止する車もある。</li> </ul> </li> </ul>
6弱	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 立っていることが困難になる。</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 固定していない家具の大半が移動し、倒れる物がある。</li> <li>● ドアが開かなくなることがある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 壁のタイルや窓ガラスが破損、落下することがある。</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>強</b></p> 
6強	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 立っていることが出来ず、はわないと動くことが出来ない。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 固定していない家具のほとんどが移動し、倒れる物が多くなる。</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する建物が多くなる。</li> <li>● 補強されていないブロック塀のほとんどが崩れる。</li> </ul>
7	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 揺れに翻弄され、動くことも出来ず、飛ばされることもある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 固定していない家具のほとんどが移動したり倒れたりし、飛ぶことがある。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する建物がさらに多くなる。</li> <li>● 補強されているブロック塀も破損する物がある。</li> </ul>

# 揺れやすさマップ

全国どこでも起こりうる直下型の地震で最大規模(マグニチュード6.9)の地震が発生した場合の揺れやすさマップです。全道を500mメッシュ(約500m角の正方形)に分割したメッシュ毎に計算した震度を愛別町の字界に置き換えて表示したもので、愛別町全域に震度6弱の揺れが予想されます。



## 家の中の安全対策

事前に準備出来ているか、チェック☑しましょう。

1

### 家の中に逃げ場としての安全な空間をつくる

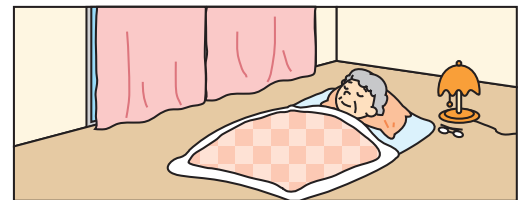
部屋がいくつもある場合は、人の出入りが少ない部屋に家具をまとめて置く。無理な場合は、少しでも安全なスペースができるよう配置換える。



2

### 寝室、子どもやお年寄りのいる部屋には家具を置かない

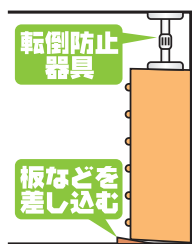
就寝中に地震に襲われると危険。子どもやお年寄り、病人などは逃げ遅れる可能性がある。



3

### 家具の転倒を防ぐ

家具と壁や柱の間に遊びがあると倒れやすい。家具の下に小さな板などを差し込んで、壁や柱によりかかるように固定する。また、金具や固定器具を使って転倒防止策を万全に。



4

### 安全に避難するため、出入口や通路にものを置かない

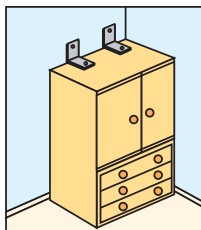
玄関などの出入口までの通路に、家具など倒れやすいものを置かない。また、玄関にいろいろなものを置くと、いざというときに、出入口をふさいでしまうことも。



## 家具の転倒、落下を防ぐポイント

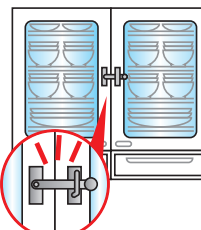
### タンス・本棚

L字金具や支え棒などで固定する。二段重ねの場合はつなぎ目を金具でしっかり連結しておく。



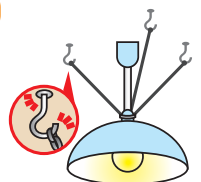
### 食器棚

L字金具などで固定し、棚板には滑りにくい材質のシートやふきんなどを敷く。重い食器は下の方に置く。扉が開かないように止め金具をつける。



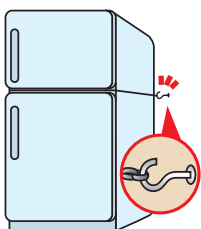
### 照明

チェーンと金具を使って数箇所止める。蛍光灯は蛍光管の両端を耐熱テープで止めておく。



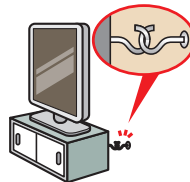
### 冷蔵庫

2ドアの場合は、扉と扉の間に針金などを巻いて、金具で壁に固定する。



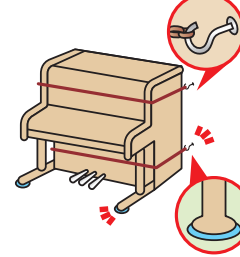
### テレビ

できるだけ低い位置に固定して置く(家具の上はさける)。



### ピアノ

本体にナイロンテープなどを巻きつけ、取りつけた金具などで固定する。脚には、すべり止めをつける。



# 火災対策

## 火災発生!そんなときどうする

### 初期消火の3原則

1人で消せるだろうと考えず、隣近所に火事を知らせ、すみやかに119番通報を。初期消火で火事を消せなかったら、すばやく避難しましょう。

# 1

#### 早く知らせる

- 「火事だ」と大声を出し、隣近所に援助を求める。声が出なければ、やかんなどを叩き、異変を知らせる。
- 小さな火でも119番に通報する。当事者は消火に当たり、近くの人に通報を頼む。



# 2

#### 早く消火する

- 消火器で消火する。消火器が無ければ、水バケツなどで。
- 失敗しても避難できるように、出口を背に初期消火。

### 火元別初期消火のコツ

#### 油なべ

あわてて水をかけるのは厳禁。消火器がなければ濡らした大きめのタオルやシーツを手前からかけ、空気を遮断して消火を。

#### 石油ストーブ

真上から一気に水をかけて消火(斜めにかけると石油が飛び散って危険)。石油が流れてひろがっていくようなら毛布などで覆い、その上から水をかけて消火を。

#### 衣類

着衣に火がついたら転げまわって消すのも方法。髪の毛の場合なら衣類(化学繊維は避ける)やタオルなどを頭からかぶる。

#### 風呂場

風呂場からの出火に気づいても、いきなり戸を開けるのは禁物。空気が室内に供給されて火勢が強まる危険がある。ガスの元栓を締め、徐々に戸を開けて一気に消火を。

#### 電気製品

いきなり水をかけると感電の危険が。まずコードをコンセントから抜いて(できればブレーカーも切る)消火を。

#### カーテン・ふすま

カーテンやふすまなどの立ち上がり面に火が燃え広がったら、もう余裕はない。引きちぎり蹴り倒して火元を天井から遠ざけ、その上で消火を。

# 3

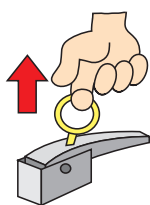
#### 早く逃げる

- 天井に火が燃え移った場合は、速やかに避難する。
- 避難するときは、燃えている部屋の窓やドアを閉めて空気を絶つ。



### 消火器の使い方

粉末・強化液消火器の場合



安全ピンに指をかける上に引き抜く。



ホースをはずして火元に向ける。



レバーを強く握って噴射する。

### 消火器のかまえ方

- 風上に回り風上から消す。3m程度の距離を保つ。
- やや腰を落して姿勢をなるべく低く。熱や煙を避けるように構える。
- 燃え上がる炎や煙にまどわされずに燃えているものにノズルを向け、火の根元を掃くように左右に振る。



# 火災予防が一番!!

## 住宅用火災警報器の設置義務化

消防法の改正により、住宅用火災警報器の設置が義務付けられました。火災による死傷者を無くすためにも設置しましょう。

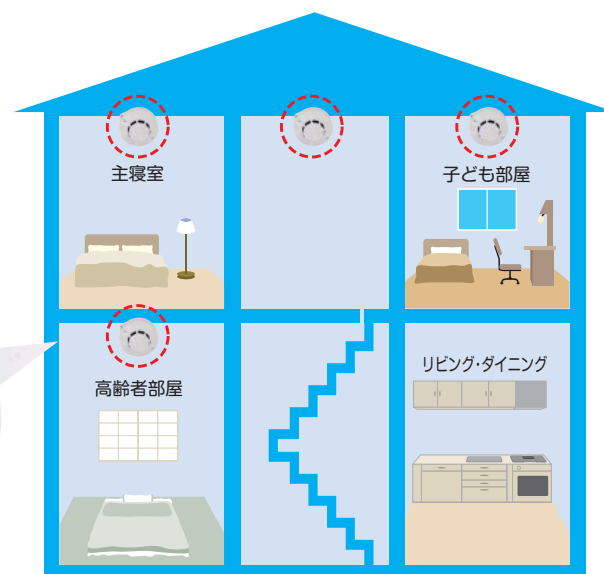
### 住宅用火災警報器の設置場所

- 寝室…すべての寝室(子ども部屋や高齢者の部屋など就寝に使用されている場合は対象となります)への設置が必要です。
- 階段…寝室のある部屋の階段の天井などへの設置が必要です。
- 台所…設置義務はありませんが設置をおすすめします。

注意:住宅用火災警報器は電池式のもの主流です。電池の寿命は5年から10年と言われていますので、早めの交換をお願いします。警報器の音を事前に確認することも重要です。



火災警報器



住宅内取付位置図