

地震に備える～わが家の安全対策～

ふだんからイメージして工夫することで、地震が起きた時に被害を少なくすることができます。家の中の家具やガラスなど、地震に対する安全性をチェックし、補強や移動を行っておきましょう。

窓ガラスの飛散や高い所からの物の落下を防ぎましょう

窓ガラスには飛散防止フィルムを貼るようにし、室内にスリッパや靴を用意しておきましょう。また、家具の上に物を置かないようにしましょう。



**寝室や人の出入りが多い部屋には
大きな家具を置かないようにしましょう**

就寝中に地震に襲われると大きな家具が倒れて危険です。大きな家具は、寝室や人の出入りが多い部屋には置かないようにしましょう。



家具の転倒、落下防止対策をしましょう

背の高い家具は市販のL字金具や支え棒で固定しましょう。



避難通路を確保しておきましょう

安全に避難できるように、玄関や廊下などには家具や荷物は置かないようにしましょう。



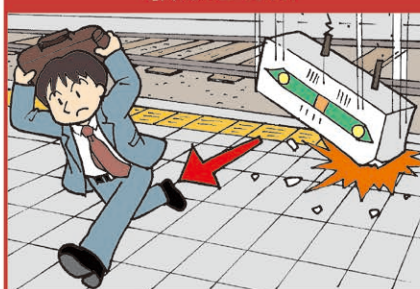
外出中に地震が起きたら

スーパーなどでは



- ・かばんなどで頭を保護し、ショーウィンドウや商品棚から離れましょう。
- ・階段や非常口に殺到しないで、店員の指示に従いましょう。

駅などでは



- ・落下物から頭を守りましょう。
- ・線路内には入らないようにしましょう。
- ・構内放送や係員の指示に従いましょう。

路上では



- ・窓ガラスや看板などの落下物から、頭を保護し、広場などに移動しましょう。
- ・ブロック塀や自販機などの倒れそうな物や垂れ下がった電線に近付かない。

乗物内では



- ・吊革や手すりにしっかりとつかまり、転倒しないように注意しましょう。
- ・電車、バス、列車は停車しますが、勝手に降車しないで係員の指示に従いましょう。

車を運転中では



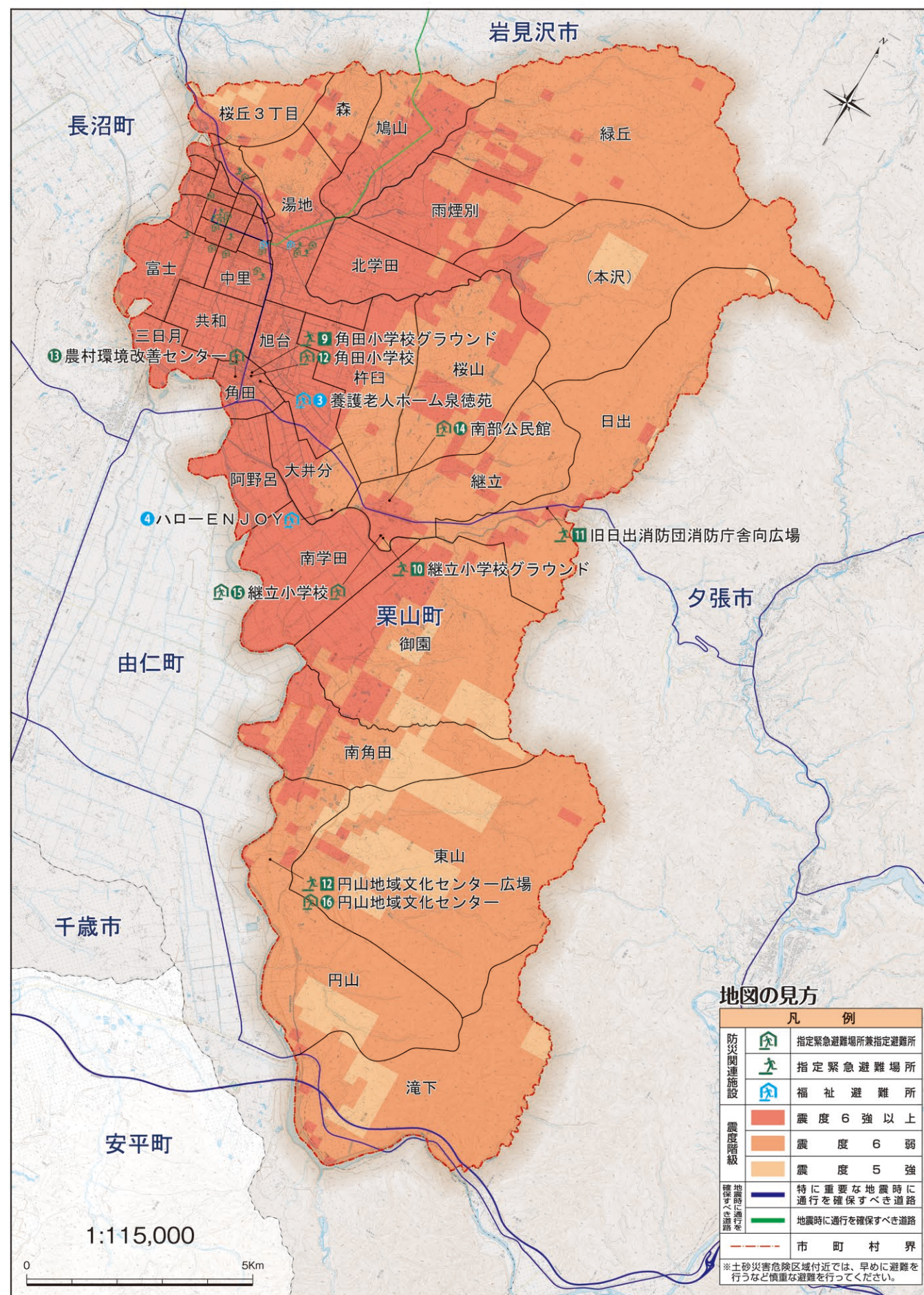
- ・道路左端に停車し、緊急車両を優先させるようにしましょう。
- ・ラジオで情報を収集し、車外に出る時はキーをつけたままにしておきましょう。

行楽地にいる時



- ・海岸では高台に避難し、津波情報をよく聞きましょう。
- ・崖地、傾斜地からは、すばやく離れて、崩壊の影響を受けないようにしましょう。

想定地震地図 石狩低地東縁断層帯主部による地震発生時の震度



出典：国立研究開発法人 防災科学技術研究所 想定地震地図 2023 年度版 ケース 1