

～地震对策指南～

爱知县警察

我们无法知道什么时候会发生地震。
平时做好「心里」，「物品」的准备会使受害程度控制到最小。

万一现在发生地震的话你能自救吗！？

在发生大地震之前能做的

有 很多准备应该在大地震发生之前做好。

1 召开家庭防灾会议！

事前和家人商量好大地震发生时的「避难场所」和「联系方法」，是很重要的。

检查项目

- 避难场所和避难路线。
- 联系家里人的方法。
- 贵重物品，紧急用品的准备。
- 「171」灾害用留言电话的使用方法。

请参考我的
「安全·安心」检查表。

2 确认房子！

现在你住的房子经得起什么程度的地震，再次确认一下有没有危险的地方。

检查项目

- 在玻璃窗上贴着防止飞散薄膜吗？
- 采取防止家具倒落措施了吗？
- 家具等东西上没有放沉重的东西吗？
- 家具有没有固定在柱子上、墙壁、天棚上？
- 采取照明器材的防止落下措施了吗？
- 睡觉的地方，家具会不会倒下来？
- 房子的抗震性能如何？

3

检查一下住家的外边！

住家外边也有很多应该确认，准备的事情。

检查项目

- 地震发生时，房子或者房子附近有没有会塌落、倒塌的混凝土墙等？
- 参加‘町内会’或者‘自治会’防灾讲习了吗？
- 从单位或者学校走路回过家吗？

地震发生时！！

发生大地震时，请注意下列事情。

当您在
室内时

- 躲到桌子下，用座垫等物品保护头部。
- 避开家具等。
- 不要慌忙地逃到屋外。
- 地震摇晃停止前，不要慌张地逃到屋外。

当您在
室外时

- 用书包、手提包等物品保护头部。
- 避开自动售货机等可能倒下的东西。
- 当您正在乘坐电车或者公共汽车时，用双手抓紧扶手或吊环。
- 当您在驾驶汽车时，在漫漫减速停车。

注意！！

这里指出的措施只是一小部分。

看情况，采取能够尽量减少人口伤亡的行动。



地震摇晃平息后!!

地 震摇晃平息后，采取下列的行动。

当您在
室内时

- 确认家人是否平安。
- 打开大门或便门、窗户，确保避难出口畅通无阻。
- 关闭煤气。
- 关闭电闸。
- 如果有人受伤，请跟邻居协力救助。

当您在
室外时

- 请确认周围的灾害状况
- 如果有人受伤，请跟附近的人共同协力救该人。
- 通知家人您平安没事。
- 在电车上、公共汽车上、百货公司里，请按照乘务员或者店员等的指示来行动。
- 在地铁站台时或者地下商场的时候，请不要慌乱地前往出口处。
- 汽车无法通行时，把车停在道路以外的地方或路边，不要拿掉钥匙、不要锁门。将汽车停放在该地，去别处避难。

不要轻信错误的信息!!



发生地震时

「没有体验过地震的人」

「不太懂日语的人」

容易相信错误的信息。

发生地震的时候，要看电视，收音机或者行政机关的网页等可靠的信息来源，确认真伪，镇静地行动。

和家人商量好「事前准备好的事物」，
自己想好「大地震发生时，应该如何行动」！