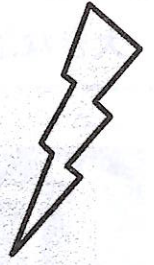


# 大地震！

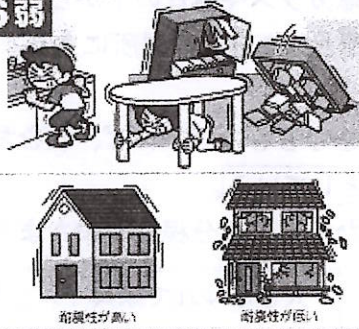


## 命を守るはじめの1分



東日本大震災や昨年のお正月に起きた能登半島地震では震度7、2019年には、北海道南部や新潟県において、震度6弱以上の大きな地震が発生しました。震度7や6の地震が発生すると、どんなことが起こるのでしょうか。

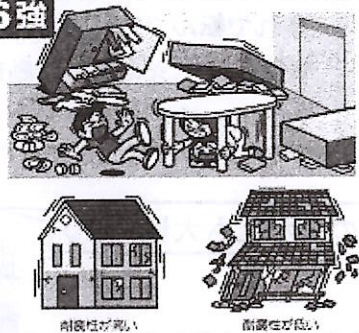
### 6弱



- 立っているのが難しい。
- 固定していない家具が動く。
- 倒れる家具もある。
- タイルや窓がこわれることがある。
- 瓦が落ちる。
- 耐震性の低い建物が傾く。



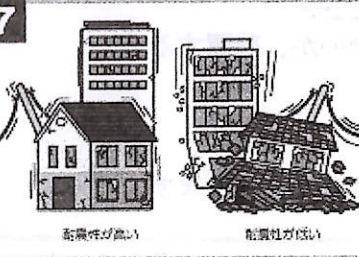
### 6強



- はわないと動けない。
- 人がとばされることもある。
- 固定していない家具が動き、倒れる。
- 耐震性の低い建物が傾いたり倒れたりする。
- 地割れが起きたり、地すべりがおきたりする。



### 7



- 耐震性が低い建物では、傾いたり倒れたりするものがさらに多くなる。
- 耐震性の高い建物でも傾くことがある。
- 鉄筋コンクリートの建物でも、耐震性が低いと倒れるものが多い。
- 大きな地割れや地すべりで、地形が変わることがある。

大きな地震が起きた時、あなたは どうしますか？



屋内で

屋外で



大きな地震が発生したら・・・

「シェイクアウト訓練」で

みんないっしょに 確認しよう！



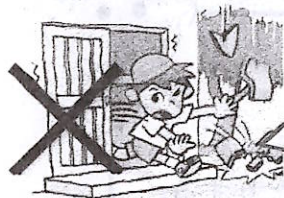
まずひくく あたまをまもり うごかない

## 安全行動の1-2-3

地震のゆれ自体でけがをすることはめったにありません。地震によるけがは、ほとんどが倒れてきたり、落ちてきたりしたものや、ガラスの破片によるものです。揺れを感じて、あわてて避難しようとする、かえって危険です。

一番大きなゆれはおおよそ1分ほどでおさまります。その「はじめの1分」に、「安全行動の1-2-3」を行い、大切な命を守りましょう！

### 屋内で



あわてて外へ  
飛び出すのは  
危険です！

1. 転ばないように、まずしゃがんで姿勢を低くする。

(廊下では、窓ガラスや電灯の下からはなれる。)

2. じょうぶな机の下など、頭と体を守る場所に入り、頭と体を守る。

(かばん、座布団など頭を守るものがある場合は、頭をおおう。)

3. ゆれがおさまるまでじっとしている。

(大きなゆれは1分程度でおさまります。)

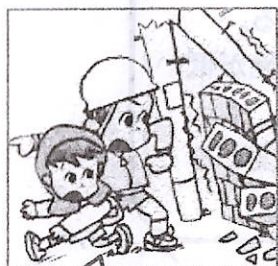


- ・大きなゆれで家具やロッカーなどが倒れることもあります。
- ・ゆれで転んでけがをしたり、家具の下じきになって動けなくなると、次の行動ができません。

家具を固定するなど、日頃のそなえも大切です。

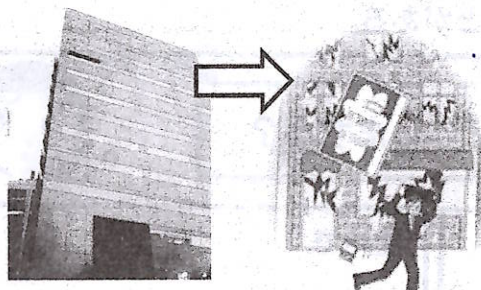


### 屋外で



古い建物や  
ブロック塀から  
はなれましょう。

1. より安全な場所でしゃがんで、姿勢を低くする。  
(周囲や頭上に危険なものはないか、確認する。)
2. かばんなどで頭を守る。
3. ゆれがおさまるまでじっとしている。  
(大きなゆれは1分程度でおさまります。)



- ・窓ガラスが割れて、落ちることがあります。
- ・ブロック塀や古い壁は、倒れるおそれがあります。
- ・看板や電柱なども、倒れたり、落ちたりすることがあります。

出典・参考

効果的な防災訓練と防災啓発提唱会議 (<https://www.shakeout.jp/>)

気象庁 HP

千葉県災害ポータルサイト

総務省消防庁 HP