


まずは身の安全を。

地震発生時の10か条

- 
- ① テーブルなどの下に身をふせる
 - ② すばやく火の始末
(大きい揺れがおさまってから)
 - ③ 戸をあけて出口を確保
 - ④ あわてて外に飛び出さない
(瓦などが飛んでくる危険も)
 - ⑤ 隣近所は大丈夫？ お互いに声かけを
 - ⑥ 火がでたら、すばやく初期消火
 - ⑦ 門や塀には近寄らない (倒壊の恐れあり)
 - ⑧ ガラスの破片に注意
 - ⑨ 協力し合って応急処置
 - ⑩ 正しい情報収集 (非常持ち出し袋に携帯ラジオを)

★避難は火災予防を忘れずに
火の元を確認して、ガスの元栓を閉め、ブレーカーを切る

非常持ち出し袋

一般的な持ち出し品の例です。
備えあれば憂いなし！

- | | |
|-------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 携帯ラジオ | <input type="checkbox"/> スリッパ |
| <input type="checkbox"/> 懐中電灯 | <input type="checkbox"/> 食料・飲料水 (おおむね3日分) |
| <input type="checkbox"/> 軍手 | <input type="checkbox"/> 三角巾・包帯・ガーゼ |
| <input type="checkbox"/> レスキューホイッスル | <input type="checkbox"/> 紙食器 など |

★上記に加え、各家庭で必要なものを相談しておきましょう…例えば、薬、入れ歯、メガネ、紙おむつ、生理用品、衣類 など