

发生地震时时间序列 行动手册

即使发生地震也不慌张行动很重要。冷静的判断会使自己、家人、身边人的生命获救。请事先想象一下发生地震时的行动。

自己家(室内)

外出地点(户外)

发生地震

确保人身安全 大摇晃会持续约1分钟

- 钻到桌子下面等地方
- 注意倒下来的家具及掉落物
- 熄灭燃气灶火, 关闭煤气的总阀门
- 打开门和窗户, 确保逃生之路



- 用手提包等保护头部
- 将身体靠着柱子及墙壁
- 远离橱窗及预制块墙
- 汽车逐渐减速, 停在道路左侧, 关闭发动机



1~5分钟

确认自己身边的情况 为了不引起二次灾害沉着行动

- 确认火源
- 断开电气的断路器
- 确认家人的安全
- 准备紧急带出物品
- 有塌方危险的地区立即进行避难
- 穿鞋以保护脚免遭玻璃碎片划伤



- 前往附近的空地及公园避难
- 在公共机构及店铺等听从工作人员的指示
- 停电时沉着地等待, 直至应急照明亮灯
- 在车内用收音机进行信息收集
- 绝对不靠近悬崖及沿岸地区



5~10分钟

确认大家平安 请相互合作把握状况



奥州市紧急告知广播

- 向需照顾者提供支援
- 如果周围有受伤者, 协助进行急救
- 着火时大声地进行通知, 并协助灭火
- 绝对不要使用电梯
- 电话要优先用于紧急联系警察、消防、急救
- 通过收音机等确认信息



- 确认邻居的安全
- 如果房屋可能倒塌等要进行避难
- 极力不要在车内避难

- 从车内出去避难时, 插着钥匙且不锁车门, 并留下联系方式

10分钟~数小时~7天

注意余震 请依据准确的信息采取切实的行动

- 生活必需品由储备品来充当
- 收集灾害信息、受灾信息
- 不进入倒塌的建筑物
- 与邻居分享物资等进行协助



- 前往附近的避难所避难
- 判断为周边的安全得到了确保时, 步行回家
- 通过灾害用留言电话等告知行踪



地震带来的灾害

强烈的摇晃除了对电及水道等生命线的影 响外, 还会引起重大的二次灾害。

液化现象	松软堆积的砂土地基, 如果遭受强烈的地震摇晃, 就会变成液体的状态。填埋地、排水开垦地、填埋了旧河道的混凝土土地等, 是容易产生该现象的地方。	→ 避难时 小心脚下!
建筑物等倒塌	由于强烈的摇晃和余震而损伤, 支撑房屋的力量变弱。旧的木造房屋等由于白蚁对柱子的侵蚀灾害等变得容易倒塌。由于人有被活埋的危险, 需要采取对策。	→ 迅速避难 不要靠近!
发生火灾	由于燃气管及电气配线的破损、摇晃致使衣服掉到火炉上, 而发生火灾的情况很多。在住宅区等密集的地方, 也有可能发生大规模的火灾。	→ 平时做好火源的安全对策!
土砂灾害	直至地下深处地基都很松软, 余震和小雨也有可能引起塌方和山体滑坡。此外, 有土砂堵塞河水、引起大规模洪水的危险。	→ 一旦感到摇晃 就远离悬崖!

关于活断层

在奥州市内, 包括已知的在内, 被认为存在无数的活断层。其中有被称为北上低地西缘断层带(出店断层带)的地方, 被认为从北上市岩崎地区到奥州市胆泽地区附近约24km。有关详细的调查内容等, 被刊登在了岩手县的网站, 请阅览。

北上低地西缘断层带(出店断层带) ▶



抑制地震灾害的对策

也有可能被家具压在下面、失去生命。请务必留意做好防止自家受灾的对策。

确保逃生路径



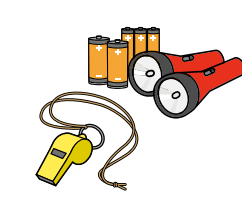
请不要将家具和纸箱等放在出入口的通道上, 确保道路通畅。

卧室不放家具



就寝中有逃生晚了危险, 因此请极力不放家具。

将手电筒和哨子放在身边

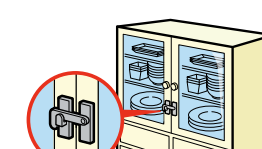
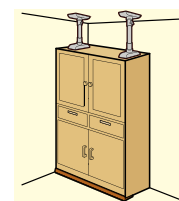


请事先放在黑暗中行动所需的手电筒和告知自己所在之处的哨子。

家具的固定

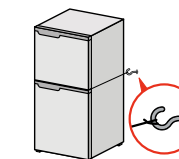
衣橱

用L形金属件及顶棍等进行固定。重叠两层时, 请用金属件切实地连接接缝。



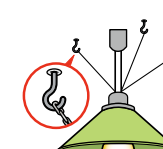
冰箱

请在门与门之间缠上铁丝等, 用金属件固定在墙壁上。



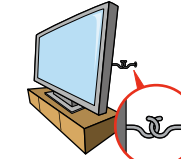
碗柜

重的餐具放在下面。为了不让门打开, 请安装固定金属件。



电视机

请固定在墙壁上, 或者贴上粘合垫, 放置在较低的位置。



户外的对策

屋顶

不稳定的天线、瓦片请进行加固。

窗玻璃

请粘贴防飞溅薄膜。

阳台

请对花盆等进行整理整顿。

预制块墙

请修理裂缝及钢筋的锈蚀。

液化气

请用锁链将气瓶固定在外壁上。

