

地震

いつ起こるのか、誰にも予測することができない地震。その「もしも」に備え、どのように行動すればよいのか、自宅や学校、職場などで確認しましょう。

Nobody can tell when an earthquake occurs. To be well-prepared for the possible earthquakes, it is crucial to check in advance the most desirable action at home, at school or at work upon emergency.

地震何时会发生谁也不能预测。以防万一，该如何行动请在家中，学校，单位里等确认。

เราไม่สามารถที่จะคาดการณ์เหตุการณ์แผ่นดินไหวได้ว่าจะเกิดขึ้นเมื่อไหร่เพราะฉะนั้นทุกคนต้องมีใจโอนเอียงว่า "ถ้า" ฉันต้องทำหน้าที่ตรวจสอบให้แน่ใจทั้งที่บ้านหรือที่โรงเรียนรวมถึงสถานที่ทำงานของคุณ

自宅・屋内では

When You Are at Home

在家・屋内時

ในบ้านภายในห้อง

■ 出口と身の安全を確保

窓やドアを開け、出口を確保します。あわてて外に出ると、割れたガラスなどが落ちてきたり、塀が倒れたり、思わぬケガをします。

丈夫なテーブルや机の下などに避難するか、頭部をかばんなどで保護するなど、身の安全を確保してください。



■ 火の始末、電源オフは揺れがおさまってから

ガスは大きな揺れで供給がとまるしくみが普及しています。揺れがおさまり安全になってから元栓を閉めましょう。

避難する時は、できるかぎり電化製品のプラグは抜いておきましょう。火事の発生を防止します。



■ 室内を歩くときはスリッパか靴で

足をケガすると避難やその後の生活に大変な支障が生じます。

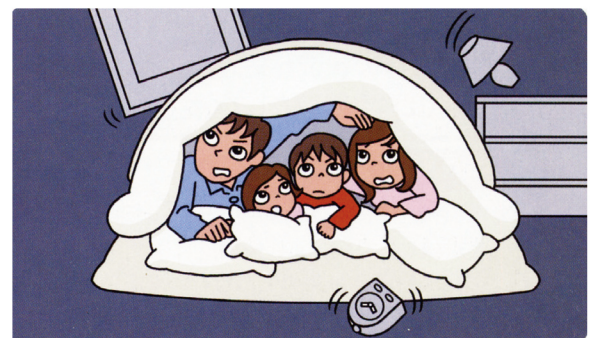
割れたもので足をケガしないよう、室内の移動にはスリッパや靴をはいてください。



■ 入浴中や就寝中でもあわてずに

入浴中は、浴室のドアが閉まらないようにします。揺れがおさまってから衣類を身につけます。

寝ているときは、布団などで頭を保護します。揺れがおさまり移動するときは、暗闇のなかで、足をケガすることのないよう注意します。



(財団法人 日本防火・危機管理促進協会パンフレットより)