

# 4 災害が起きたら

## 地震だ！ 火事だ！

3 秒

- ◎ おちついて！ 身を守れ！
- ◎ たおれてくる物に注意！  
・ 棚・ガラス・テレビ など

3 分

- ◎ すばやく火の始末
- ◎ 逃げ道を確保
- ・ ラジオをつける
- ・ スリッパ、くつで足をまもる
- ・ 近所に助けをよぶ

### 避難先では

- ・ 「ヘルプカード」で手助けを  
 お願いする
- ・ 自分の安否を家族や施設に  
 伝える、伝えてもらう

### 自宅で

- ・ 生活用品は備蓄でまかなう
- ・ 余震に注意し、無理はしない
- ・ 一人にはならない

### (状況に応じて)避難所で

- ・ 「ヘルプカード」で手助けをお  
 願いする
- ・ 無理なくすごせる場所や施設  
 がないか確認してもらう

※ 避難所開設時期は状況により異なります。周囲が安全で、家が無事であれば自宅にとどまるようにしましょう。

外出中はとにかく  
助けをもとめる！

### 路上

- ・ 塀、自動販売機、垂れさが  
 った電線などに注意

### 運転中

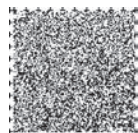
- ・ 車はゆっくり左にとめる
- ・ 避難は原則歩いて

### エレベーター

- ・ すべての階のボタンを押  
 し、とまった階でおりる
- ・ 閉じ込められたら非常ボ  
 タンを押す

### 電車・バス

- ・ 乗務員の指示に従う
- ・ 手助けをお願いする



# 火事<sup>かじ</sup>だ!

## 通報<sup>つうほう</sup>

- ・近所<sup>きんじよ</sup>に知らせ<sup>し</sup>  
助け<sup>たす</sup>をよぶ!
- ・小さな火<sup>ちいひ</sup>でも  
119番通報<sup>ばんつうほう</sup>



## 初期消火<sup>しよきしやうか</sup>

- ・無理<sup>むり</sup>は禁物<sup>きんもつ</sup>ですが…
- ・炎<sup>ほのお</sup>が目の高さ<sup>めたか</sup>より  
低<sup>ひく</sup>ければ消火<sup>しやうか</sup>でき  
るかもしれない!



## 避難<sup>ひなん</sup>

- ・天井<sup>てんじやう</sup>に火<sup>ひ</sup>が  
ついていたら、  
迷<sup>まよ</sup>わず避難<sup>ひなん</sup>!



# 風水害<sup>ふうすいがい</sup>

水<sup>みず</sup>は短い時間<sup>みじかじかん</sup>で  
おしよせると思え!

- ・避難<sup>ひなん</sup>を想定<sup>そうてい</sup>し、協力者<sup>きやうりやくしや</sup>の確保<sup>かくほ</sup>を!
- ・気象情報<sup>きしやうじやうほう</sup>や避難情報<sup>ひなんじやうほう</sup>を常に確認<sup>かくにん</sup>!
- ・『避難準備情報<sup>ひなんじゆんびじやうほう</sup>・避難勧告<sup>ひなんかんこく</sup>』が出たら、  
避難<sup>ひなん</sup>!



# 雪害<sup>せつがい</sup>

- ・スコップや融雪剤<sup>ゆうせつざい</sup>などを備え<sup>そな</sup>る
- ・自宅<sup>じたく</sup>での生活<sup>せいかつ</sup>が危険<sup>きけん</sup>な場合は、  
早め<sup>はや</sup>の避難<sup>ひなん</sup>!
- ・積雪<sup>せきせつ</sup>による流通混乱<sup>りゅうつうこんらん</sup>に備え<sup>そな</sup>、食料<sup>じよくりやう</sup>・  
飲料水<sup>いんりやうすい</sup>の備蓄<sup>びちく</sup>を!

