

緊急地震速報を見聞きしたときは

家庭で屋内にいるときは、あわてて外に飛び出さず、頭を保護しながら大きな家具から離れ、丈夫な机の下などに隠れるなどしましょう。また、無理に火を消そうとせず、揺れが止まってから消しましょう。扉を開けて避難路を確保することも大切です。

また、人が大勢いる施設にいるときは、あわてずに施設の係員や従業員などの指示に従いましょう。従業員などから指示がない場合は、その場で頭を保護し、振れに備えて安全な姿勢をとり、吊り下がっている照明などの下から退避し、あわてて出口や階段に殺到しないことが大切です。

自動車運転中は、後続の運転手が緊急地震速報を聞いているとは限らないため、自動車運転中は、あわてて急ハンドルや急ブレーキをかけず緩やかに速度を落としましょう。

また、ハザードランプを点灯して周りの車に注意を促し、道路の左側に停止しましょう。

地震 地震がおきたら

家中 地震発生時、テレビで緊急地震速報が放送されると、机の下に身を隠す。家具が倒れる様子も描かれている。

外では 地震発生時、大きな看板（P Parking）が倒れる様子や、頭を保護する様子も描かれている。

電車・バスでは 地震発生時、揺れに備えて立つ姿勢や、避難指示に従う様子も描かれている。

びっくりしないでください、気をつけてください

津波 津波警報・注意報が発表されたら

津波警報

津波<とても大きい波>がきます
すぐに高いところへ逃げてください

テレビ、スマートフォン、ラジオで津波警報が発表されると、高台へ避難する様子も描かれている。

津波から身を守るためには、大津波警報・津波警報が発表されたら、すぐに避難を始めることが重要です。津波の伝わるスピードは、遅くても時速36kmと、オリンピックの短距離選手並みの速さです。とても走って逃げ切れるものではありません。津波が来るのを見てから避難を始めるのでは、間に合わないのです。

大津波警報・津波警報を見聞きした場合には、直ちにより高い安全な場所を目指して避難してください。

また、震源が陸地に近い場合、津波警報等が津波の襲来に間に合わないことがあります。沿岸部や川沿いの地域で、地震の揺れを感じたら、津波警報等が発表されていなくても、すぐに避難を始めましょう。

**11月5日は
津波防災の日
世界津波の日**