

地震発生時の時間経過別行動マニュアル

地震発生

1~2分

■最初の大きな揺れは約1分間

- まず、身を守る安全確保 手近な座布団などで頭を保護
- すばやく火の確認 ガスの元栓、コンセント
- 大きな揺れの場合は、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所に一時避難する

■揺れがおさまったら

- 火元を確認 火が出たら、落ち着いて初期消火
- 家族の安全を確認 倒れた家具の下敷きになっていないかを確認
- 靴をはく 家の中はガラスの破片が散乱。靴や厚手のスリッパをはく
- 避難するときは、屋根瓦・ブロック塀・自動販売機等に注意

■みんなの無事を確認 火災の発生を防ぐ

隣近所に声をかけよう

- 乳幼児や病人、高齢者など要配慮者の安全確保 隣近所で助け合う
- 行方不明者はいないか ●ケガ人はいないか

出火防止 初期消火

- 初期消火 消火器を使う バケツリレー 風呂の水はため置きをしておく
- 漏電・ガス漏れに注意 ●電気のブレーカーを下ろす・ガスの元栓を閉める ●余震に注意

■ラジオなどで正しい情報を得る

- 大声で知らせる ●救出・救護を ●防災機関、自主防災組織の情報を確認
- デマにまどわされないように ●避難時に車は極力使用しない
- 電話は緊急連絡を優先する

10分
数時間
3日

■協力して消火活動、救出・救護活動

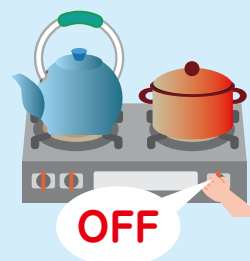
- 水、食料は蓄えているものでまかなう ※3日間の飲料水と食料の備蓄をしておく
- 災害・被害情報の収集 ●無理はやめよう
- 助け合いの心が大切 ●壊れた家に入らない



■屋内にいた場合

家中

- 揺れを感じたら、身の安全を確保し、すばやく屋外の安全な場所へ避難する。
- 火の確認はすみやかに(コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに)。
- 乳幼児や病人、高齢者など要配慮者の安全を確保する。
- 裸足で歩き回らない(ガラスの破片などでケガをする)。



集合住宅

- ドアや窓を開けて避難口を確保する。避難にエレベーターは絶対に使わない。炎と煙に巻き込まれないように階段を使って避難する。

デパート・スーパー

- カバンなどで頭を保護し、ショーウィンドウや商品などから離れる。柱や壁ぎわに身を寄せ、係員の指示を聞き、落ち着いた行動をとる。

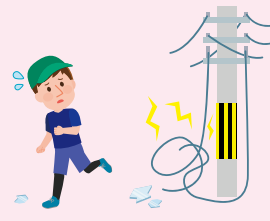
劇場・ホール

- カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示を聞く。
- あわてずに冷静な行動をとる。

■屋外にいた場合

路上

- その場に立ち止まらず、窓ガラス、看板などの落下物から頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などに避難する。
- 近くに空き地などが無いときは、周囲の状況を冷静に判断して、建物から離れた安全性の高い場所へ移動する。
- ブロック塀や自動販売機などには近づかない。
- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意する。



車を運転中

- ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落とし、緊急車両などの通行スペースを確保し、道路の左側に止め、エンジンを切る。
- 揺れがおさまるまで冷静に周囲の状況を確認して、カーラジオ等で情報を収集する。
- 避難が必要なときは、キーはつけたまま、ドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難する。



電車などの車内

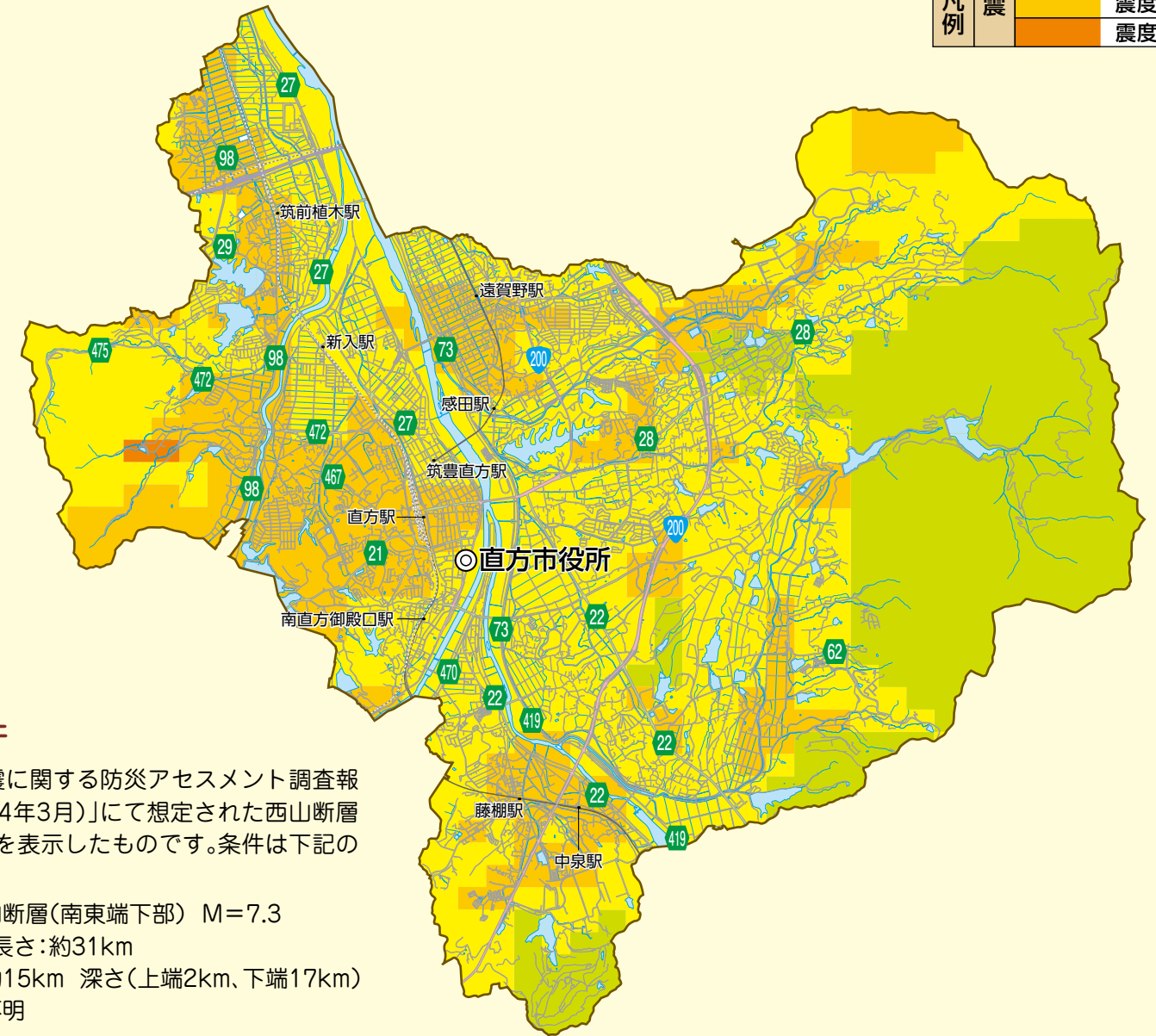
- つり革や手すりに両手でしっかりつかまる。
- 途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。
- 乗務員の指示に従って落ち着いた行動をとる。

海岸付近

- 高台へ避難し津波情報をよく聞く。注意報・警報が解除されるまでは海岸に近づかない。

揺れやすさマップ

災害凡例	地震	震度4の地域
		震度5弱の地域
		震度5強の地域
		震度6弱の地域



計算条件

「福岡県地震に関する防災アセスメント調査報告書(平成24年3月)」にて想定された西山断層地震の震度を表示したものです。条件は下記の通りです。

断層名:西山断層(南東端下部) M=7.3
震源断層の長さ:約31km
震源の幅:約15km 深さ(上端2km, 下端17km)
発生確率:不明

震度階級表	震度0	人は揺れを感じないが、地震計には記録される。	震度5弱	大半の人が、恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。
	震度1	屋内で静かにしている人の中には、揺れをわずかに感じる人がいる。	震度5強	大半の人が、物につかまらなさと歩くことが難しいなど、行動に支障を感じる。
	震度2	屋内で静かにしている人の大半が、揺れを感じる。眠っている人の中には、目を覚ます人もいる。	震度6弱	立っていることが困難になる。
	震度3	屋内にいる人のほとんどが、揺れを感じる。歩いている人の中には、揺れを感じる人もいる。眠っている人の大半が、目を覚ます。	震度6強	立っていることができず、はわないうと動くことができない。揺れにほんろうされ、動くこともできず、飛ばされることもある。
	震度4	ほとんどの人が驚く。歩いている人のほとんどが、揺れを感じる。眠っている人のほとんどが、目を覚ます。	震度7	
			東日本大震災・熊本地震における最大震度	

高潮

高潮は増水の速度が速く、満潮時刻はもちろん、満潮時刻の前後数時間は、潮位が短時間のうちに異常に上昇することがあります。台風が接近・上陸している時は十分に注意しましょう。

高潮って、どのような事に気をつけたらいいの?

高潮発生時は、安全な高台へ避難することが原則ですが、外に出ない方が安全な場合もあります。大事なものは、その場所の想定される浸水の深さなどを事前に調べ、どのような避難行動をとるか決めておくことです。(あらかじめ避難先を決めておく等)平屋建てやマンションの1階に住んでいる方は、浸水の高さが2mを超えると避難は必須でしょう。生命に危険が及ぶかどうかは、この高潮の高さによって大きく異なります。あなたの自宅は高潮の浸水想定区域に入っていますか?浸水深は何mですか?命を守る最善の行動は事前の備えから始まっています。



高潮に関する情報入手

- 気象庁 気象警報・注意報 <https://www.jma.go.jp/jp/warn/>
- 福岡管区気象台 <https://www.jma-net.go.jp/fukuoka/>

