

地震が起きたら

地震その時10のポイント

地震時

地震だ！
まず身の安全



大地震を360°
VR映像で体験

その時、いのちを守るために
B-VR



ここが
危険！
が分かる。

地震直後

落ち着いて
火の元確認
初期消火



窓や戸を開け
出口を確保



あわてた行動
けがのもと



門や塀には
近寄らない



地震後

確かめ合おう
我が家の安全
隣の安否



協力し合って
消火・救出・応急救護



避難の前に
安全確認
電気・ガス



正しい情報
確かな行動



火災や津波
確かな避難



備えよう！非常用品

両手が使えるリュックサックなどに、避難の時必要なものを
まとめて、目につきやすく持ち出しやすい場所に置いておく。



目安は、
最低1人3日分
できれば7日分
準備しよう！



- | | | |
|-------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|
| ☐ 飲料水 | ☐ 食料品(缶詰など) | ☐ 雨具(防寒) |
| ☐ 衣類 | ☐ 非常用トイレ | ☐ 携帯ラジオ |
| ☐ 履き物 | ☐ 救急セット | ☐ 懐中電灯 |
| ☐ 常備薬 | ☐ ヘルメット | ☐ 乾電池 |
| ☐ 軍手 | ☐ マッチ・ライター | ☐ チリ紙 |
| ☐ 貴重品 | ☐ 体を拭くシート | |
| ☐ 筆記用具 | ☐ 水のいらないシャンプー | |



乳幼児がいる家庭は、
おむつ・非常用ミルク
離乳食など忘れずに！

※これらは参考例です。

地震だ！
まず身の安全

していますか？

家具類の転倒・落下・移動防止対策



大きな火災が発生したとき、
室内にある3つの危険とは？



3つの危険は全て
家具や家電製品が
転落・落下・移動
することで発生しています。
防ぐためには？

室内にある3つの危険とは、

①「けが」

②「避難障害」



③「火災」



何が原因でしょう？

詳しくはこちら



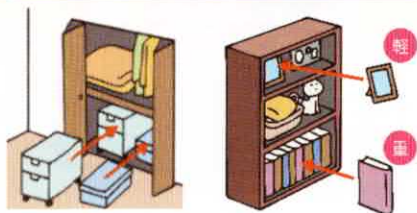
東京消防庁公式HP



家具転対策をしよう！

家具転対策 3つの対策

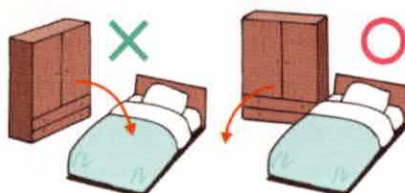
集中収納・収納工夫



クローゼットや押入れなどに
荷物を集中的に収納して、出来
るだけ生活空間に家具類を置か
ないようにしましょう。

棚に収納する時は、重いもの
を下にして倒れにくくします。

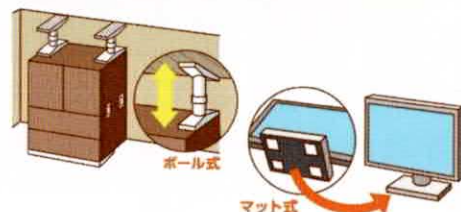
レイアウトの工夫



もし倒れてもケガをしない場
所、出入口を確保できる場所に
家具類を置きましょう。

レイアウトを少し変更するだ
けで、「避難障害」を未然に防
げます。

対策器具で固定



家具、家電製品を対象とした
転倒・落下・移動防止の対策器
具で固定しましょう。

L字金具、ポール式、マット
式、ベルト式等から適合したも
のを選びましょう。