

# もし地震が起きたら

2004年11月10日  
すみよし団地自治会

## 1. 自身の安全確保と対処法

- テーブルなどの下に隠れ、身を守る。  
(余裕がなければ、手近にある座布団などで頭部を保護する)
- 火の始末はすみやかに。  
(コンセントやガスの元栓の処置も忘れずに)

## 2. 避難口の確保と準備

- ドアや窓などが開かなくなる事もあるので、逃げ道を複数考えておく。
- 外へ逃げるときは慌てずに。(瓦やガラスなどの落下物に注意)
- 裸足で歩かない。(ガラスの破片などでケガをする)
- 二階にいたら、階下に降りない。(1回より2階のほうが安全性が高い)
- 乳幼児やお年よりの安全確保を。の拠点になります。

## 3. 火を消す機会は、3度ある

- 第1 本震の前に小さな揺れが来ることがあるので、この間に使用中のコンロやストーブの火を消す。
- 第2 大揺れが収まった後、万一、出火していたらバケツや消火器で火を消す。
- 第3 第2で消せなかった場合、大声で「火事だ!」と叫び、隣近所や自主防災組織の協力で消火する。

## 「すみよし団地緊急避難場所及び対策本部」

緊急避難場所 中央公園 | 状況に応じて藍住東中学校

緊急対策本部 すみよし団地集会所 | 状況に応じて藍住東中学校に移動

<上記場所で会員の安全確認等を行います>

## NTT災害用伝言ダイヤル

安否の確認など、家族間での連絡に活用できます。



1	7	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

被災地の方は自宅の電話番号を、被災地以外の方は被災地の方の電話番号を



1	7	1	2	0	0	0	0	0	0	0	0
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

被災地の方は自宅の電話番号を、被災地以外の方は被災地の方の電話番号を