

# 地震が起きたら～もしもこんなとき～

地震が起きたとき、場所によってとるべき行動を確認しておきましょう。



屋内にいるとき

姿勢を低くして  
体や頭を守る



屋外にいるとき

危険なものから離れ  
カバンなどで頭を守る



人が大勢いるところ

施設の係員や従業員の  
指示に従う



乗り物のなか

つり革や手すりに  
しっかりつかまる



運転しているとき

緩やかに速度をおとし  
道路の左側に停止



海の近くにいるとき

ただちに高い場所に  
急いで避難する

- 訓練の合図があったら、姿勢を低くして丈夫な机の下などにかくれて体や頭を守り、揺れが収まる（訓練終了）まで待ちましょう。
- 訓練の時間に机などのかくれる場所がない場合は、その場で頭を守ったり、危険なものや場所からはなれるなどの行動をとりましょう。
- 訓練の時間に行動をとることが難しい場合は、行動をイメージしてみましょう。

## 危険なもの・場所

- ＜屋内＞重い家具・窓ガラス・吊り照明 など
- ＜屋外＞ブロック塀・自動販売機・看板 など
- ＜崩れそうな場所＞崖や急斜面の近く

