知っておきたい！

防災 減災 知恵袋

Vol.18　地震発生時の安全行動を身につけよう

地震が発生する直前には、緊急地震速報が流れることがあります。その速報を見聞きしてから地震の強い揺れが来るまでの時間は数秒から数十秒しかありません。 その短い間に身を守るための行動を取る必要があります。

最近では、「シェイクアウト訓練」というアメリカで始まった地震防災訓練が注目されています。これは指定された日時に、家庭や職場・学校・外出先など、それぞれの場所で地震から命を守る「3つの安全行動」を約1分間行う訓練です。

地震発生時に落ち着いて迅速な行動が取れるよう日頃から家庭や職場等で実践してみましょう。

命を守る３つの安全行動

①姿勢を低く！
②机などで頭を守る！
③揺れが収まるまで動かない！

問 防災安全課　内線 2134