

震度5以上の地震が起きた時……私たちがとる行動

避難行動なしの防災避難訓練

定塚地域づくり協議会

◎防災避難訓練の目的

- ・突然の災害に対して安全を確保し、行動できるように備える
- ・自治会員のすべての方の安否確認と災害状況の掌握を迅速に行う
- ・自治会災害対策本部（公民館）で情報を収集し、2次行動を検討する

◎災害が起きた時の対処のしかた

＜ステップ1＞ 地震で揺れている時、まずは自分の身を守ること

★ポイント

- ・「倒れてこない」
- ・「落ちてこない」
- ・「移動してこない」

ところに避難する

＜ステップ2＞ 揺れが収まったら、安全を確保する

★ポイント

- ・「火の元の確認」
- ・「ガスの元栓を閉める」
- ・「出口の確保」
- ・「食器や窓ガラスの破片に注意」

＋ 家族の安否確認
近隣の状況の確認

＜ステップ3＞ 身の回りの安全確認ができれば

- ・災害情報の確認→テレビ、ラジオ、高岡市 HP 公式 SNS など
- ・避難の確認（在宅避難もしくは避難場所）
- ・避難する際の持ち物を準備しておく
（食料品・飲料水・生理用品・薬・お薬手帳・現金・通帳などの貴重品）
- ・避難経路はあらかじめ確認しておく