



訓練の目的

この訓練は発災時、最初に遭遇する場面を想定、生死を分ける重要な訓練です

訓練の事前準備

- ① 布団、クッション、テーブル、車
- ② 携帯電話

訓練の手順

- ① 「緊急地震速報」を聞く。
- ② 寝てる時は「布団を頭からかぶり、30秒間」待ちましょう。
- ③ 食事中は「テーブルの下に身を隠し、30秒間」待ちましょう。
- ④ 入浴中は「ガスを止め、30秒間」待ちましょう。
- ⑤ 調理中は「ガスを止め、落下物ない所で、30秒間」待ちましょう。
- ⑥ 娯楽中は「クッションで頭を保護し、30秒間」待ちましょう。
- ⑦ 買物中は「落下物ない所で、30秒間」待ちましょう、沢山の人がいる場所では避難口が危険な場合もあります。
- ⑧ 散歩中は「落下物ない所で、30秒間」待ちましょう、看板・電柱に注意。
- ⑨ 運転中は「道路の左側に車を止め、30秒間」待ちましょう。
- ⑩ 鉄道に乗っている時は「鉄道員の指示に従い」避難しましょう。

等々、近くの子供達に避難を促しましょう。

訓練後の改善点

訓練の様子

地震が発生すると、気象庁が各地に設置した「地震計」にP波が観測されます、震源、距離、深さ、マグネチュード等が地震計から気象庁に送られる。気象庁では、此の地震情報をコンピュータ処理し「緊急地震速報」をテレビ、ラジオ、携帯電話、防災無線と気象業務支援センターに流れます。気象業務支援センターは通信データセンター、建設現場、鉄道、家庭セキュリティ、公共建築物、エレベータ管理、ダム、消防・警察、自治体防災課、道路管理、医療現場、発電所、学校、専用端末利用者に伝える。

私達はこの「緊急地震速報」を聞いてからP波(縦揺れ)を感じるまでに「安全な場所を見つけ避難しなければなりません」

緊急地震速報が発令されたのを知らない人に伝えましょう、子供達にも避難を促しましょう。

地震が発生した時の対応

地震が発生した時は、落ち着いて冷静な行動をとりましょう。

家の中での安全確保

緊急地震速報を聞いたら、丈夫な「**テーブル**」や「**机**」の下に身をかきましょう、テーブルや机が無い時は「**座布団**」、「**クッション**」または「**カバン**」等で頭を保護しましょう。また、周りに「**タンス**」「**食器棚**」「**戸棚**」「**本棚**」「**吊り下げ照明器具**」「**額**」「**掛け時計**」および「**人形ケース**」等、倒れやすい物があるときは落下物から離れるようにしましょう。**一階で「弱い柱、壁が少ない」所から崩壊が始まります。**

路上での安全確保

緊急地震速報を聞いたら、「**屋根瓦**」「**看板**」「**ネオンサイン**」「**電柱の変圧器**」「**ビルの窓ガラス**」等の落下物が落ちてこない場所に移動し「**カバン**」等で頭を保護しましょう。また、「**自動販売機**」「**ブロック塀**」「**電柱**」「**樹木**」が倒れてこない場所に避難しましょう。

野外での安全確保

緊急地震速報を聞いたら、「**崖**」や「**川岸**」は地盤が弱いので離れましょう、「**がけ崩れ**」「**樹木の倒れ**」に注意しましょう。

海岸での安全確保

緊急地震速報を聞いたら、海岸線から離れ徒歩で**高台に避難**しましょう、高台が無い時はビル等の丈夫な建物に避難しましょう。

運転中での安全確保

大地震が発生するとパンク状態または緊急地震速報を聞いたら、**スピードを落とし道路の左側に止め「キー」を付けた状態**にして避難します、避難方法は上記「路上での安全確保」と同じです。

駅の中での安全確保

地震が発生すると、地震情報は「**気象庁～気象業務支援センター～鉄道会社～鉄道運営センター～駅・走行車両**」と伝わります、駅では会社が作成した「**緊急避難マニュアル**」に従ってお客さまを最も安全な方法で誘導してくれます。皆さんは**駅員の指示に従って行動**しましょう、くれぐれも人を押ししたりしないで下さい。

電車の中での安全確保

地震が発生すると、地震情報は「**気象庁～気象業務支援センター～鉄道会社～鉄道運営センター～駅・走行車両**」と伝わります、車掌は会社で作成した「**緊急避難マニュアル**」に従ってお客さまを最も安全な方法で誘導してくれます。皆さんは**車掌の指示に従って行動**をして下さい、電車は停車し皆さんを降ろし最寄の駅に誘導してくれます。

デパートでの安全確保

緊急地震速報を聞いたら、非常口を確認しましょう、デパートでは**階段、トイレ、吹き抜けがないエレベータホールが安全な場所**とされています、安全な場所に移動し地震が治まるまで待ちましょう。窓ガラスの近くには近寄らないで下さい、陳列棚の下敷きになっても焦らないこと、床にガラス・壺の破片が散らばっている事もあり注意しましょう。体は低くし地震が治まる事を待ちましょう。

学校での安全確保

緊急地震速報を聞いたら、構内放送で「**強い揺れが発生しています。安全が確認できるまで身を守る場所で待ちましょう**」等の放送がされ、**生徒は机の下に身を隠す**。揺れが治まると避難場所に生徒を誘導し、生徒の安否確認が行なわれます、その後、保護者に連絡、保護者への引渡しと進められる。

エレベータ内での安全確保

エレベータには二つのタイプがあります、**地震感知装置の付いたエレベータは自動的に最寄の階に停止します、感知装置が付いていない時は全ての階のボタンを押して下さい、止まったらエレベータから脱出して下さい。閉じ込められたら非常電話・非常ボタン・非常ベルで外部に伝え、落ち着いて助けを待ちましょう。**

地下街での安全確保

地下街は、耐震強度が高く安心出来る場所です、揺れも地表より小さく安心な場所です、**パニックにならない冷静に周りの様子を見て行動**しましょう。

緊急地震速報の知らない人への対応

子供、お年寄り等は携帯電話を持っていない人には「**大きな地震が来るぞ**」と教えてあげ、避難を促しましょう。