

# 地震の対応について

## 【地震が発生したら〈6つのポイント〉】

### ①身の安全確保



まず、わが身の安全と  
家族の安全を確保しましょう。

### ②火の元確認



揺れがおさまったら火の元を確認。  
行動するときは  
ガラスの破片に気をつける。

### ③避難路の確保



閉じ込められないように  
窓や戸を開ける。

### ④正しい情報入手



ラジオやテレビ、消防署、行政などから  
正しい情報を得る。  
FM えどがわは 84.3MHz

### ⑤避難のときは電気・ガス確認



マンションが崩れない限り、  
マンション内にいるほうが安全です。  
避難する際は、ブレーカーを落とし、  
ガスの元栓を締めて避難する。

### ⑥エレベーター使用禁止



エレベーターは  
安全確認されるまで使わない。

## 【地震に備える】

### ●家具類の転倒防止

必ず家具類の転倒防止を行いましょう。

### ●食料・飲料水の備蓄

最低でも3日分(できれば一週間)の食料・飲料水を備蓄しましょう。

### ●トイレの確保

排水管などの設備の安全が確認できれば、自宅のトイレを使用することが可能です。ただし、断水に備えて普段から浴槽などに生活用水を貯めておくことが大切です。水がなくても使用できる携帯用の簡易トイレを備えておきましょう。

### ●防災訓練に参加しましょう!

マンションには備蓄がありません  
各戸で食料・飲料水の備蓄をお願いします

防災訓練への参加(年1回)

地震発生後  
防災対策本部を設置します  
(集会室・バームルーム)

## 【マンションの対応】

### ●20XX年に耐震診断を行いました

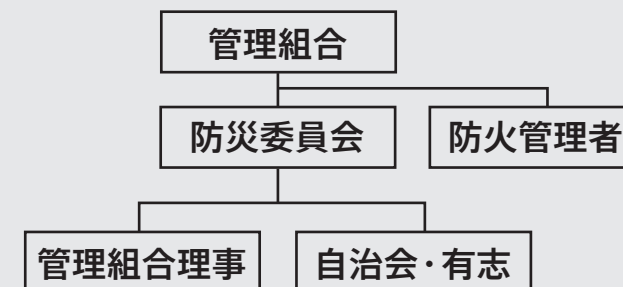
### ●地震発生後は「防災対策本部」を設置します

### ●行政などの助け(公助)は、すぐには来ません

概ね一週間後と考えられます。それまではマンション内での共助が必要です。

### ●「防災委員会」を設置しております

#### 防災体制



**自 助**  
自分の身を守る

**共 助**  
ご近所・マンション内で助け合う

**公 助**  
行政の助け