

靴やスリッパを履く

(資料 3)



窓や食器などの破片を踏んでケガをする可能性があります。靴やスリッパを履いて足を保護しましょう。



火元を確認する

火を使っていた場合は落ち着いて火を消しましょう。出火した場合は、あわてず初期消火に当たしましょう。

出口を確保する

できれば避難できるようにドアや窓を開けて出口を確保しましょう。建物の被害状況によっては、ドアが開かなくなることもあります。あわてず外に出られる場所を探しましょう。



情報を集める

地震の被害状況や避難所の情報など落ち着いて集めましょう。また、情報は複数の媒体から集めて真偽を確認するようにしましょう。

