



## ぐらぐらっときたとき、まず最初にしなければならないことは何なの

### 火を消したり、出入り口や窓を開ける

家いえにいて地震じしんを感じたら、まず初はじめに、次つぎのことを実行じっこうします。

#### 火を消す

火災かさいが発生はっせいしなければ、地震じしんによる被害ひがいは、それほど大きおおくはなりません。ぐらっとゆれたら、すぐすぐに、台所だいどころの火ひを消けします。電気器具でんききぐのスイッチどろじも、同時どうじに消けします。ゆれが激げしくなっただけでは、なかなか火ひを消けせません。

#### 出入り口や窓を開ける

すばやく、出入り口でいぐちのドアまどや窓あを開あけます。大地震だいじしんでは、ドアまどや窓あのわくがゆがんだりして、開あかなくなることがあります。

#### 机やテーブルの下したに、もぐりこむ

大きなゆれは、1分ぶんぐらいでおさまります。机つくえやテーブルしたの下したにもぐりこんで、しばらく様子ようすを見みます。上うへから落ちおてくるものは、だいたい防ふせげます。

### あわてて外へ飛び出さない

地震じしんのとき、あわてて外そとへ飛び出とすと、かわらや窓ガラスまど、かん板ばんなどが落ちおてきてたいへん危険きけんです。思おもわぬけがをすることがあるので、まわりの様子ようすを、よく見みてから落ち着おいて、ひなんするようにします。(監修・国司 真)

