



地震が起きたらどうする？



防災・危機
管理情報

ライフライン
への
リンク一覧

地震が発生したとき、自分や家族の安全を守るために、
地震発生から3日間くらいの標準的な行動パターンを覚えておきましょう。

地震発生

最初の大きな揺れは約1分間

- まず、身を守る
- すばやく火を消す
- 逃げ道を確保する



発生
1～2分

揺れが収まったらまず火の始末

- 火元を確認する
- 家族の安全を確保する
- 靴をはく



発生
3分

隣近所の安全確認 火災の発生を防ぐ

- 隣近所に声をかける
- 近所で火が出ていたら初期消火
- 余震に注意



発生
5分

ラジオなどで正しい情報入手

- 正しい情報をつかむ
- 電話はなるべく使わない
- 家屋倒壊などの危険があれば避難



発生10分
発生数時間

協力して消火・救出・救護活動

- 助け合いの心が大切
- 壊れた家には入らない
- 地震情報・被害情報の収集
- 水・食料は備蓄でまかなう
(3日分以上は準備しておく)



災害用伝言ダイヤル「171」の使い方

●録音方法

●再生方法

171にダイヤルする

171にダイヤルする

録音の場合は1

再生の場合は2

自分の家などの
固定電話番号

自分の家などの
固定電話番号

伝言を入れる(30秒以内)

伝言を聞く

※「自分の家などの固定電話番号」には家族と連絡を取るための
電話番号を、市外局番からダイヤルしてください。
※音声による案内が流れるので、それに従って操作してください。

携帯電話・スマートフォンの 「災害用伝言板サービス」の使い方

公式メニューや専用アプリから「災害用伝言板」にアクセスする

「災害用伝言板」を開く

伝言を登録する場合

「登録」を選択して伝言を入力
(全角100文字以内)

伝言を確認する場合

「確認」を選択して相手の携帯
電話番号を入力して伝言を見る

※詳しくは、利用している携帯電話・スマートフォンの携帯電話会社
に聞いてみましょう。