



さいたま暮らしの情報誌
Information for Living in Saitama City
Folleto de Información de Vida en Saitama
No. 57 (JUL. 2017)

大きな地震に備えて②

Preparing for a big earthquake②
Prepárese para un gran terremoto . . . capítulo 2



街の中・電車・スーパー・エレベーター等にいた時、
あなたはどのように身を守りますか？

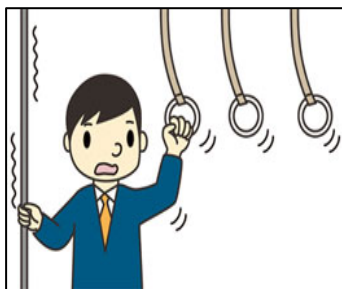
Whether outdoors, on the train, at the supermarket, or on an elevator...

How can we protect ourselves when the big one strikes?



Cuando esté en la calle, en el tren, en el supermercado,
en el ascensor ...,

¿Cómo protegerse si ocurre un gran terremoto?

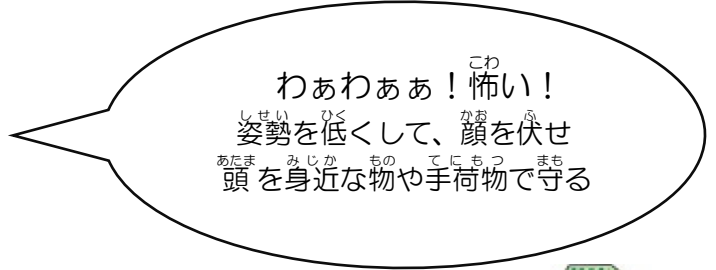


【発行元】 公益社団法人さいたま観光国際協会 (STIB) 国際交流センター (IEC)
場所：さいたま市浦和区東高砂町11-1 コムナーレ9階 (JR浦和駅東口 浦和パルコ上)
TEL:048-813-8500 FAX:048-887-1505 E-mail:iec@stib.jp URL:http://www.stib.jp/kokusai

【Published】 The Saitama Tourism and International Relations Bureau(STIB),
International Exchange Center (IEC)
【Place】 Comunale F9 (JR Urawa Stn East Exit, above Parco), Higashi Takasago-cho 11-1, Urawa-ku, Saitama City
【Publicado por】 Buró para el Turismo y las Relaciones Internacionales de Saitama (STIB)
Centro de Intercambio Internacional
【Domicilio】 Piso 9 de Comunale, 11.1 Higashi-Takasago-cho, Urawa-ku, Saitama

地震は、いつ、どこにいる時に起きるかわかりません。外出中に地震が起きた場合、周りの様子が分からず不安になり、パニック状況になりがちです。自分の身を守るには、場所ごとにとる行動が違います。被害を大きくしないための知識を身に付け、避難の行動をイメージしておきましょう。

自宅以外にいる時に、自分の身を守り、安全に避難するには？




路上では

- 上から落ちてくる着衣、窓ガラス、かわら、室外機等に注意する。
- 電柱、ブロック塀、自動販売機から離れる。
- カバン、服、手荷物などで頭を守る。
- 近くにあれば公園や空き地、ビルの中に逃げる。

スーパー・デパートでは

- 店員の指示に従い、落ち着いて行動し、あわてて出口に走らない。
- カバン等で頭を守る。
- ショーケース、大型商品には近づかない。
- 階段の踊り場や柱のそばに移動する。



エレベーターでは

- 閉じ込められる可能性があるため、揺れを感じたら、すぐに行先階ボタンを全部押す。
- 止まった階にすぐ降る。
- 閉じ込められた場合、落ち着いて救助を待つ。

地下街では

- 地下は比較的地震には強いが、壁や太い柱に寄り添い、低い姿勢で揺れがおさまるのを待つ。
- 停電になったら、非常照明がつくまで落ち着いて待つ。
- 非常口、階段に殺到せず、落ち着いて移動する。

電車・地下鉄・バスでは

- 揺れを感じると電車はすぐに止まるが、大きく揺れるため、つり革や手すりに両手でしっかりとつかまる。
- 地下鉄では車内が突然暗くなるが、非常照明がつくまで落ち着いて待つ。
- 係員の指示に従い、勝手に車外へ出たり、飛び降りたりしない。(線路は危険！)

自動車運転中は

- ハンドルをしっかり握り、少しずつ速度を落とす。
- 道路の左側に停止し、エンジンを切る。
- 避難する時はキーをつけたままにし、車検証を持ち、自分の連絡先を書いたメモを残す。

地震への安全対策、防災用品準備、地域の繋がりについては次号以降に紹介します。