

おおきなじしんのために

じしんのじゅんぴ

たべもの

のみもの カンパン ビスケット
 かんづめ レトルト クラッカー
 こなミルク あかちゃんのたべもの

けがのじゅんぴ

きずのくすり けがをしたあとにつかうくすり カットコットン はさみ ピンセット
 いつももつくすり いたみどめ いのくすり シップ マスク
 めの ガーゼ ほうたい ばんそうこう

たいせつなもの

つうちょう はんこ
 おかね ほけんしょう



いふく

パンツ、シャツ ソックス グローブ
 セーター ジャンパー カッパ

せいかつのもの

ライター ティッシュペーパー
 ライト ローソク マッチ
 かんをきるもの ナイフ ふくろ コンロ
 タオル ロープ はぶらし ナプキン

ほかのもの(あるとべんり)

とねつとのしんさつけん ホイッスル プランケット
 ヘルメット ぼうさいずきん スニーカー もちはこべるトイレ
 ラジオ でんち ラップ ほにゅうびん おむつ
 メモ、ペン くろいペン ガムテープ ダンボール

じしんのとき

そとにいるとき



いえがたくさんあるところ
かべや、はしらなどのあぶないところからはなれる。うえからおちてくるものにちゅういする。でんせんにはさわらない。



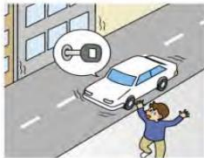
たてものがたくさんあるところ
ガラスやかんぱんなどにきをつける。たてものからはなれて、あたまをまもる。ちかくのひろいばしょに、にげる。



しごとのばしょにいるとき
オフィスではぼうさいのリーダーをきめ、ぼうさいのけいかくをつくり、それにあわせる。



しせつにいるとき
あわてずに、たてものにいるひとはなしをきいて、ゆっくりうごく。



くるまのなかにいるとき
エンジンをきる。きゆうにとまらない。まわりをみてラジオからじょうほうをしる。にげるときはカギはそのままする。



バスやでんしゃのなかにいるとき
かかひのひとはなしをきいて、うごく。



エレベーターにいるとき
すぐすべてのボタンをおし、とまったらおりる。もしおりられなかったときはひじょうボタンをたくさんおし、たすけをよぶ。



たてもののちかにいるとき
ちかは、あんぜんです。かかひの人のアナウンスがなかったら、ゆっくりと、かべのよこをあるき、ちかくのでぐち（非常口）からそとにする。

いえにいるとき

1 じぶんをまもる

おおきなゆれをかんじたら、テーブルのしたにはいる。クッションがちかくにあれば、あたまをかむ。

2 おちついてひのチェック

ひをつかっているときは、ゆれがとまってから、あわてなくて、ひをけす。

3 にげるみちをつくる

ゆれでドアのわくがまがってあかなくなる。けんかん、へやのドア、まどをあけて、いつでもにげられるようにする。

4 ひがでたらはやくひをけす

ひがでたら、あわてなくてひをけす。1かけつに1かい、しょうかきのチェックをする。ガスのもれだしにもきをつける。

5 あわててそとでない

そとでは、ガラス、やね、かんぱんがおちてくる。おおきいじしんでもおおきなゆれはみじかい。あわてなくて、おちつくようにする。

6 ガラスにきをつける

へやのなかに、ガラスやあぶないものがおちているときには、スリッパをはいてうごく。

7 ただしいじょうほうをしる

ラジオ、テレビでただしいじょうほうをしる。しのアナウンスもきく。

8 おちついてにげる

ゆれがとまっても、アナウンスがあつたら、あわてずに、はやくにげる。アナウンスがなくても、かじ、たてものがくずれそうなどときは、おちついてにげる。