

紧急情况(地震:Earthquakes)



■地震 (Earthquakes)

日本是世界上屈指可数的地震大国。1995年1月在以兵库县为中心的地区发生了巨大地震，整个地区的受灾情况相当严重。我们居住的东海地区根据地震资料推算预计在未来将有大型地震发生。

为了尽可能减少由于地震而带来的损失，关键在于日常生活中充足的物资准备和地震发生时采取适当的避难措施。

为了更好地进行抗震活动，我们必须作好充足的思想准备和物资准备。



●日常生活中的防震、抗震准备 (Be Prepared for an earthquake at all time)



1) 准备充足的饮用水和食粮

从阪神淡路大地震的经验中得知，地震后最缺少的是水和食物。必须准备可供家族总人数3天的防灾用的食粮和饮用水(3升/每人1天)，可以准备饮用水或矿泉水。还有为了早期的灭火和冲洗厕所用浴缸里的水通常留下备用。食粮可以准备干粮，罐头，饼干等，并经常检查食用期限，以防过期。



2) 防止家具的颠倒和物品的落下

防止地震发生时由于家具的重压而引起的死亡和受伤，固定好家具和上方的易落下物品。还有地震时容易被碎玻璃刺伤，座垫、拖鞋、或者备有宽大的胶带或胶布会更好。



3) 准备好手电筒和收音机

手电筒和收音机是避难和收集情报的必需品。应经常检查其中的电池。

4) 不要靠近危险场所

地震发生时，不要靠近砖砌的围墙和自动贩卖机，以及容易倒塌的建筑物周围。高层建筑物的下面有可能玻璃下落，也要十分留心。

地震时的十项注意要点

【地震大幅度摇晃时应该采取的措施】

1. 感觉到大摇晃时的安全措施

感觉到大幅度的摇晃时，先找一个安全的藏身之处，等待震波的减小。



【地震以及地震刚停止时应采取的措施】

2. 不要惊慌以防受伤

小心防范家具的颠倒、下落物的击伤以及玻璃碎片的刺伤。



3. 尽可能打开窗户和门，以确保逃离的出口

当震幅减小或震动停止时，首先确保逃离灾害现场的出口。



4. 切记不能靠近门扇和围墙

在屋外时，感觉到摇晃时切记不能靠近门扇和围墙。



5. 感觉到地震，应立即快速关掉火源

- 感到震动减小时
- 大幅度的震动过后
- 开始有火灾苗头时



6. 地震时，从上方有瓦片等物品落下，不能慌忙往外跑

注意头上有瓦片、碎玻璃、广告牌等落下。



7. 收集来自政府部门的准确情报，采取适当的行动

收集来自收音机和电视，以及消防署，行政部门的确切情报。



8. 自己家和左邻右舍相互确认安全

自己家的安全确认后，左邻右舍的安泰也要相互关心。



9. 互相协助，救助和救护

近邻互相协助，救助被倒塌的房屋压在下面的人，救护受伤者。



10. 在避难之前，必须检点电源和瓦斯的开关

避难之前，必须关掉电源总开关，和瓦斯开关。

