

平常時

このプレートの使い方

平常時

下記の「地震発生時の時間系列」の内容をお読みいただき、地震発生時にあわてずに行動ができるよう備えましょう。

災害時

災害時に無事を知らせるために、外側のドアノブにかけましょう。
チェック欄を確認し記載しましょう。

地震発生時の時間系列

地震発生 最初の大きな揺れは約1分間
姿勢を低くし頭を守る

1～2分 揺れがおさまったら玄関・出口の確保
火が出たら素早く消火
家族の安全を確認

3分 ラジオなどで正しい情報を
津波の危険がある場合は速やかに避難
隣近所に声を掛ける
出火防止・初期消火
余震に注意

10分～数時間後・3日

**72時間が災害救助の
ゴールデンタイム**
協力して消火活動、
救出・救護活動を



いざというときに連携が取れるよう、日頃から
隣近所と顔の見える関係を作っておきましょう。

災害時

わが家は

無事 です。



電気(ブレーカー) メモ欄【避難先など】

火の元(ストーブ)

ガス(元栓)

上記チェックしました

港区役所・港消防署