

放送日 2012年4月26日～5月16日

「東海地震にそなえて 今週のワンポイント・アドバイス」

いつおこるかわからない「東海地震」。情報から隔離されやすい外国人の被害を少なくするために、地震の被害から身を守る方法や、事前の準備、地震直後にとるべき行動など、外国人の皆さん一人一人に知ってほしい防災情報をお伝えするコーナーです。

## 5. 建物から避難する方法

地震が起きた後に、どうやって避難(逃げる)すればいいのでしょうか？

建物の中にいるとき

・ドアが開かないときは、ドアをけってください。ドアノブを回したままにして、ガムテープなどで留めてください。いきおいよくドアをけってください。開かないときは、ハンマーやバール(金属の棒)でドアを破りましょう。それでも、外に出られないときは、窓やベランダから逃げてください。ベランダには、逃げるためのはしごがあります。はしごがないときは、ロープを使ってください。ロープがないときは、シーツやコードを使ってください。ロープが滑らないようにコブを作ってください。

・火事になったら、体を低くしてください。上の階へ逃げてください。

・建物から飛び降りるのはとても危ないです。他に方法がないときだけ飛び降りてください。飛び降りる前に、布団やマットを落としてください。土や植木のある場所を選んでください。