

灾害发生时的准备是否都已经妥当？

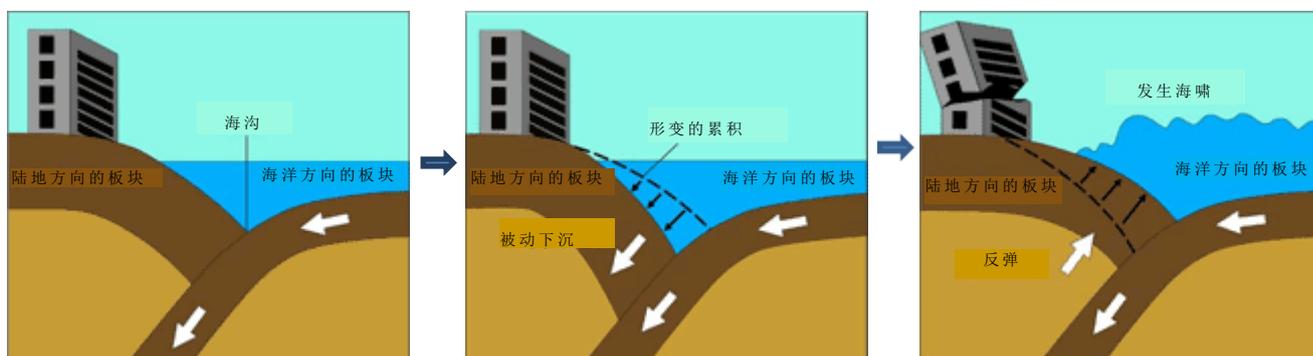


## 1 地震

地震无法事先阻止。但是，通过在日常生活当中做好防震对策和思想准备，可以将损失降低至最低限度。

### 为什么会发生地震？

地球的表面被十多块被称为“板块”的岩盘所覆盖，这些板块以每年数厘米的速度缓慢地向不同方向移动。因此，在边界处板块之间发生碰撞、错位或出现板块下沉至另一板块下方的情形。日本周围地区的海洋板块沉在陆地板块的下方，这种构造的板块边界处将会发生大地震。并且，由于下沉的力量影响到陆地板块的内部，导致陆地地区发生小规模的地震。



### 不同震度给人带来的感觉如何？

震度是指地面摇动程度，使用全国各地设置的震度计来测量。震度分为“震度 0”至“震度 7”共 10 个阶段，其中由于震度 5 和震度 6 即便是同一震度，其损失程度的范围过于广泛，所以又分为“震度 5 弱”、“震度 5 强”、“震度 6 弱”和“震度 6 强”。



[人]不会感到摇动。

[人]室内部分人会感到稍有摇动。

[人]室内大部分人会感到摇动。睡眠中的部分人会醒来。  
[室内]电灯等垂吊物将会稍有晃动。



**震度 3**

[人]室内大部分人都感到摇动。部分人会有恐怖的感觉。

[室内] 电灯等垂吊物将会有晃动。



**震度 4**

[人]具有相当恐怖的感觉，部分人将会为了保证自身的安全而采取行动。大部分睡眠中的人醒来。

[室内] 垂吊物大幅度摇晃，架子上的餐具等物品将会发出声响。安定性不好的摆设品可能会倾倒。



**震度 5 弱**

[人] 大部分人将会为了保证自身的安全而采取行动。部分人会感到行动上的不便。

[室内] 垂吊物剧烈摇晃，架子上的餐具等物品、书架上的书本可能会掉下来。大部分安定性不好的摆设品将会倾倒，家具可能会发生错位。



**震度 5 强**

[人]将会感到非常恐怖。大部分人会感到行动上的不便。

[室内] 大部分架子上的餐具等物品、书架上的书本会掉出来。电视可能会从电视柜上掉落。衣橱等较重的家具也可能倾倒。屋门会出现由于变形的原因而无法打开的情况。部分窗户会脱落。



**震度 6 弱**

[人]很难站立。

[室内]大部分未固定的较重的家具会发生错位、倾倒的现象。多数屋门也将无法打开。



**震度 6 强**

[人]无法站立，移动时只能爬行。

[室内] 未固定的较重的家具基本上都会发生错位、倾倒的现象。窗户可能会脱落飞散。



**震度 7**

[人]随着地震的摇摆而被动的摇晃，无法按照自身的意志行动。

[室内]基本上所有的家具都会发生较大程度的错位，亦有可能发生飞散的现象。

## 做好地震防备措施

### ● 确保室内安全



- 在采取预防家具倾倒措施的同时，请不要在高处放置重物。
- 请不要在卧室或门口处放置有可能倾倒的物品。
- 最好采取在玻璃上粘贴薄膜等方式的碎片飞散预防措施。
- 最好在近处准备好拖鞋和手电筒。

## ●准备好生活必需品（紧急携带品的准备方面）

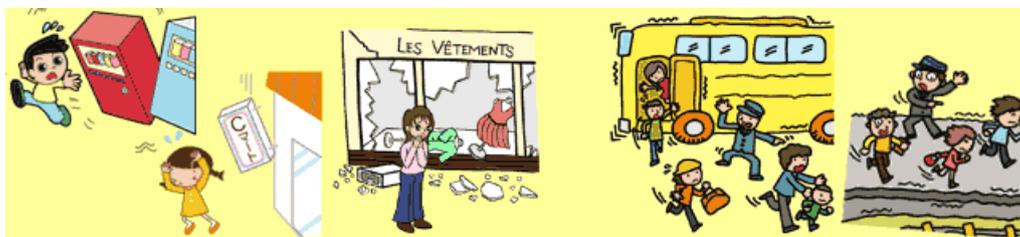


- 每人每天需要 3 公升饮用水。请根据家庭成员人数等情况多准备一些。
- 食物方面请准备好足够食用 3 天以上份额的可长期保藏食品（罐头、速食米饭、脱水米饭以及罐装或瓶装的副食食品等）。
- 由于有可能无法使用明火，所以请准备好便携式炉具和固体燃料。
- 由于有可能会停电，所以请每人各准备一只手电筒。
- 为了收听正确的信息，请准备好收音机。
- 请准备好装有其他物品、贵重物品、急救药品、内衣、雨具等物品的便携袋，并放在醒目的地方。

## 发生地震时的行动准则

### ●在家中的时候

- 感觉到摇动后不要惊慌的冲出室内，首先用坐垫等保护好头部，或躲到坚固的桌子下等，请保护好自身的安全。
- 迅速熄灭正在使用当中的煤气炉具、暖炉等火源。
- 如果当时身在中高层住宅之中的话，请打开屋门和避难通道的窗户，确保出口处的畅通。



### ●正在外出时

- 请马上离开墙壁或自动售货机旁。并且，请保护好头部不要被广告牌等坠落物体击中。
- 注意躲避窗户或橱窗等玻璃碎片、广告牌以及坠落的墙面，尽快离开建筑物。
- 如果当时正在乘坐电车或巴士的话，请遵守乘务员的指示。另外，如果当时正在车站或列车当中的话，请注意不要进入铁路轨道。
- 如果当时正在百货商店、超市、宾馆或地下商店街等人口密集场所的话，请遵守工作人员的指示，不要急着跑向楼梯或紧急出口。



### ●正在驾车时

- 感觉到地震的时候请靠左边停车，通过收音机收听信息，并按照规定来行动。