

# 地震发生时的准备工作

## -自己保护自己-



我们不能预测什么时候发生紧急事态。当灾害发生时，是否能有条不紊地采取正确行动，做好平时的准备工作很重要。

对灾害的准备工作做得怎么样？当灾害发生时，对应的方法是什么？

### 保护自身的安全

感觉到摇晃后时，赶紧向家里的安全场所移动，或者钻到结实的桌子下抓住桌脚，确保人身安全。  
如有被子和桌垫，先确保头的安全。



### 摇晃停止后，确认火源

关闭煤气总开关，切断电源。  
首先要确保自己的人身安全。

摇晃停止后，  
确认火源

万一有起火，要有条不紊地采取灭火措施

### 不要慌忙地外出

摇晃停止后，不要慌张地往外跑。  
打开房门和窗户，确认好出口处。如果建筑物有倒塌的危险，注意落下物赶快避难。



### 注意受伤

有窗户附近的会有破碎玻璃，不要赤着脚，光穿袜子行走。务必事先准备好拖鞋和鞋子。  
照明器具，室内装饰用品掉落在头上，电视机和家具倒下等各种危险情况发生。事先做好防止玻璃飞散和家具倒下的预防工作。



### 听取正确消息

不要被谣言所迷惑，确认电视，广播和网页的各种信息。  
如有5级以上地震发生，要密切注意自动广播有关各区的防灾无线和消防署，警察署的各种信息。

