



# 发生地震时该怎么做？

发生巨大地震时，一瞬间的判断非常重要。为了在遇到地震时能够“不着急，沉着冷静地”做出行动，记住基本行动标准。

## “发生地震时候”的行动

### 发生地震！首先保护自己的安全

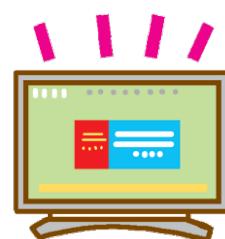
- 如果听到紧急地震速报或大的摇动时，第一考虑自己的安全来行动。
- 躲到牢固的餐桌下面或在东西“不掉下来”、“不倒下来”、“不移动过来”的地方护身，等到不摇动为止，看看周边情况。



### 什么叫紧急地震速报？

紧急地震速报是从地震震源地发生强烈摇动前发出的信息。被预测到地震烈度5级以上时，通过电视或广播通知。从紧急地震速报离实际摇动的时间只有几秒至十几秒。第一时间需要考虑自己的生命安全来行动。

另外，地下型地震等震源地靠近地表时，可能开始摇动比速报快。



## “地震刚过时候”的行动

### 确认熄火和初期灭火

- 正在使用火时，摇动趋缓后，不需要着急熄火。
- 一旦失火，马上灭火。但不要勉强，打119或向周边的人求助。



### 慌张行动容易导致受伤

- 在屋里，要注意倾倒坠下的家具以及玻璃碎片等。
- 有瓦片、玻璃窗、广告板坠下的风险，不要往外逃脱。



### 确保出口畅通

- 确认摇动趋缓后，打开门口或玻璃窗，确保出口畅通随时开始避难。



### 根据情况的避难

- 有自宅倾倒的可能性或附近发生大规模火灾时，往广场或避难场所避难。

