

当我在户外这样的地方

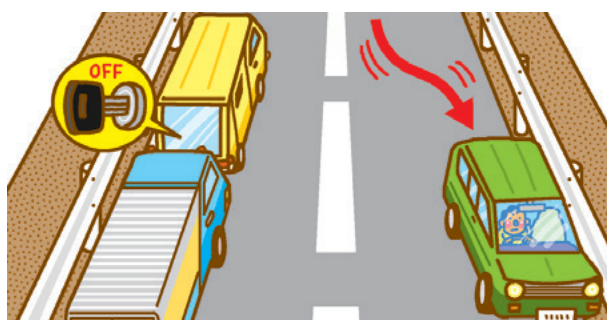
在街上

- 用手提包等物品护着头并移动到广场等。
- 在市中心豪华区域，要注意玻璃或招牌等坠下物以及自动售货机的倾倒。在住宅区远离砖墙。
- 桥梁会容易受到损害，因此一旦摇动结束，立即撤离。



正在开车

- 急刹车是意外的根源。请逐渐减速，停在马路左侧并熄火。
- 摇动没结束前，不要离开汽车并用汽车收音机等手段收集信息。
- 在紧急情况下移动汽车时，请注意不要妨碍应急车辆。
- 离开汽车时，请携带验车证等贵重物品，不要拿走钥匙也不需要锁住。



在电车或公共车上

- 做好紧急停车的准备，牢牢抓住吊环或扶手。
- 用手包护头，预防行李从行李架滑落。
- 未经许可请不要下车，应听从工作人员的指示行动。



在海岸、河流、悬崖附近时

- 如果您在海岸或河流边上，立即跑到附近的高地、高楼或指定的避难场所等。
- 如果你靠近悬崖，就立即远离会有滑坡的地方。

**防灾**填写打钩 ☒ 栏目

如果在外出时遇到地震怎么办？

不必要地开始移动。通过保持以下三点来冷静地采取行动。

☐ 确认家人的安全

平时就决定除了电话以外的确认安全的手段，如灾害用留言电话拨号171等。（见封底）

☐ 不要靠近车站

在车站周围会有许多人挤在一起很危险。等交通工具恢复之前，不要靠近车站。

☐ 收集准确的信息

在工作单位或学校等安全的地方收集准确的信息，如：灾害情况或恢复情况。