

外国人留学生・研究者のための地震・防災マニュアル

1 地震が来たら

- ・頭を守り机の下などに隠れる
- ・あわてて外へ飛び出さない
- ・電車・バスではつり革手すりにしっかりつかまる
- ・エレベータでは一番近くの階に止めすぐに降りる
階段を使う



緊急地震速報

- ・地震の揺れをすばやくキャッチし、震度5弱以上の強い揺れが来る前にテレビやラジオ、携帯電話で警報のチャイムが鳴ります
- ・強い揺れが来るまで1分くらいかかることがあります。安全を確保して警戒しましょう
- ・強い揺れは1分くらい続きます。揺れが収まってから落ち着いて行動しましょう

2 揺れが収まったら

- ・本棚や家具から離れる
- ・ドアを開けて出口を確保する
- ・家族の安全を確認する
- ・火を消す、電源を切る
- ・ガラスで怪我をしないよう靴を履く
- ・非常持出品をもって安全な場所へ避難する
- ・看板やブロック塀、壁が落ちて来るので注意

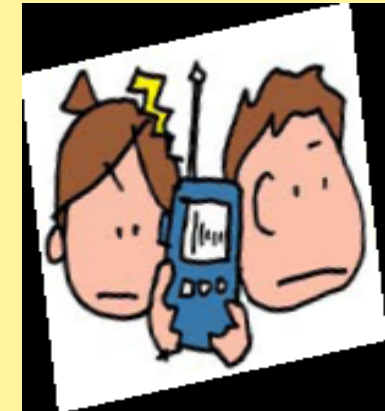


宇都宮大学

・火事になったら- 近くの人に大声で知らせ、水や消火器で火を消す。無理をしないこと。

・停電、断水になったら- プラグを抜き電源を切る。トイレは使えない。懐中電灯、保存飲料水、食料、救急薬品を準備しておく

○ラジオやテレビで正確な情報を確認し、噂やデマに惑わされない



4 大学、母国の家族に安否を連絡する

・宇都宮大学留学生・国際交流課

TEL 028-649-5099 FAX028-649-5115

内容 氏名、所属、国籍、怪我の有無、自分の連絡先

・母国の家族に連絡する



災害用伝言ダイヤル 震度6弱以上の地震で設置

震度6弱-立ってられない。窓ガラスやタイルが割れ落ちる。屋根瓦が落ちたり木造建物が傾く

携帯docomoは iメニュー → 災害用伝言板 → 伝言登録
au は Ezweb → トップメニュー → 災害用伝言板 → 伝言登録
softbankは yahooケータイ → 災害用伝言板 → 伝言登録

・災害の時はNTTの公衆電話が使える

大学付近の避難場所

広域避難場所- 火災、煙などから安全を確保する場所。公園など

宇都宮大学、宇都宮大学工学部

避難所- 家がなくなったり、帰宅できない人が臨時に生活する場所
峰小学校、石井小学校、陽東小学校