

# 地震时各情景应急行动指南

地震发生瞬间, 由于难以做出冷静的判断, 所以需要在平时熟记好行动要领。

## 因地震而导致身体晃动时?



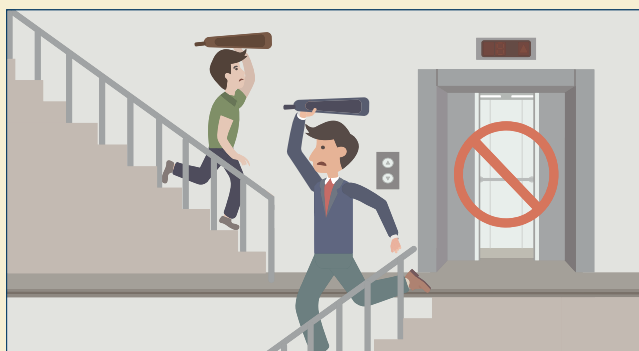
在因地震导致晃动时,  
应该立即躲在坚固的桌子下方, 抓住桌腿。

## 当停止晃动时?



当停止晃动时, 请立即切断电源和煤气,  
开门确保逃生出口。

## 离开建筑物时?



离开所在建筑物时, 应快速利用楼梯逃生。

**(禁止使用电梯)**

※ 如果被困在电梯时, 应快速按下所有楼层键,  
在最先开启电梯门的楼层撤离。

## 已逃出建筑物时?



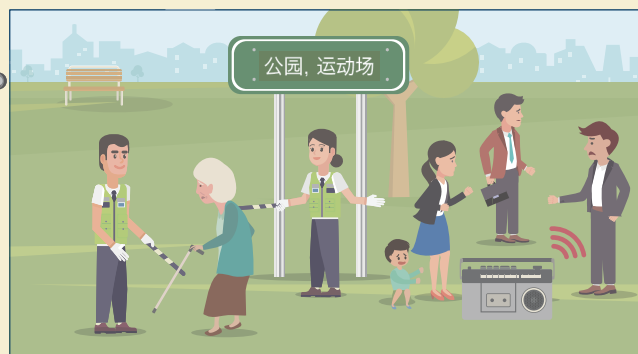
用随身携带的包或手保护好头部,  
与周边的建筑物保持安全距离, 小心撤离。

## 寻找逃避场所时?



随时注意掉落的物体, 并快速逃离到运动场、  
公园等开阔的空间。**(禁止使用车辆)**

## 到达躲避场所后?



请按照广播或公共机关发送的指南正确行动。

# 地震时各场所应急行动指南

地震发生瞬间, 由于难以做出冷静的判断, 所以需要在平时熟记好行动要领。

## 在家里时



躲到坚固的桌底保护身体。当停止晃动时, 请立即切断电源和煤气, 开门确保逃生出口。

## 在家外面时



用随身携带的包或手保护好头部, 与周边的建筑物保持安全距离, 撤离至运动场或公园等开阔的空间。

## 被困在电梯时



应快速按下所有楼层键, 在最先开启电梯门的楼层撤离。

※地震时, 禁止乘坐电梯。

## 在学校时



躲到书桌下方, 抓紧桌腿。  
当晃动停止后, 有序撤离至操场。

## 在百货商店或超市时



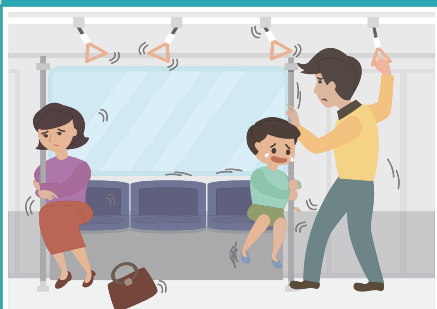
注意不要被陈列的物品砸伤, 迅速撤离至楼梯或房柱附近。  
待晃动停止时, 撤离至外部。

## 在剧场, 赛场等场所时



在停止晃动前, 要用包或随身携带品保护好身体, 待安全广播指南安全有序地撤离。

## 在乘坐地铁时



抓稳扶手和支柱, 防止摔倒。  
待地铁停止后, 听从安全广播内容安全撤离。

## 在开车时



开紧急信号灯, 减速并把车停靠在道路右侧, 听从安全广播内容, 将车钥匙放置与车内撤离。

## 在山或海上时



小心山体滑坡、悬崖坍塌等并撤离至安全的场所。  
如果是在海边收到地震海啸快报的话, 就要尽快撤离至高处。