

MitsuiSougou通信

外出先での地震への対応

地震が発生したとき、身の安全を確保するには、一人ひとりが慌てずに適切な行動をとることが極めて重要です。そのためには、日頃から皆さんが地震に対して正しい心構えを身につけておくことが大切です。

今回は、特に外出先での地震への対処について取り上げてみます

《住宅街》

強い揺れに襲われたら、住宅地の路上では落下物や倒壊物に注意しましょう。

- ・住宅地の路地にあるブロック塀や石塀は、強い揺れで倒れる危険があります。揺れを感じたら塀から離れましょう。
- ・電柱や自動販売機も倒れてくる場合がありますので、そばから離れましょう。
- ・屋根瓦や二階建て以上の住宅のベランダなどに置かれている物が落ちてくる場合があります。頭上からの落下物に注意しましょう。



《オフィス街・繁華街》

オフィス街や繁華街では、窓ガラスや外壁、看板などが落下してくる危険性があります。

- ・オフィスビルなどの窓ガラスが割れて落下すると、広範囲に拡散します。ビルの外壁や貼られているタイル、外壁に取り付けられている看板などが落ちてくることもあります。かばんなどで頭を守りながら、公園や大規模な平面駐車場など、周囲に建物のない広い場所へ避難しましょう。
- ・デパートなどの建物の中にいる場合は、陳列棚の商品や装飾品などが落ちてくる可能性がありますので、揺れを感じたらすぐに離れましょう。
- ・エレベーターに乗っている際に大きな地震が発生したら、まずは行き先階ボタンをすべて押し、最初に停まった階で降りるようにします。閉じ込められた場合はインターホンで外部との連絡を取り、救助を待ちましょう。

《車の運転中》

急ブレーキは予想外の事故を引き起こすことにつながります。

- ・大きな地震が発生するとすぐに停車したくなりますが、急な減速は衝突のもとになります。周囲の様子を見ながらハザードランプを点けて徐々に減速し、道路の左側に寄せて停車しましょう。そのままエンジンを止めて揺れが収まるまで車内で待機します。
- ・車内待機中は、ラジオやテレビ、ニュースサイト、SNSの信頼できるアカウントなどで地震情報や道路交通情報を確認しておきましょう。
- ・揺れが収まった後、車を置いて避難する場合は、緊急車両や車で避難する人の通行を妨げないように、できれば駐車場など道路外へ移動させましょう。また、必要に応じて車をすみやかに移動できるようドアロックはせず、スピードメーター周辺などの見つけやすい場所にキーを置いておきます。



《海岸・川べり》

海岸や川べりで強い揺れに襲われたら、一番恐ろしいのは津波です。

避難の指示や勧告を待つことなく、直ちに避難しましょう。

- ・強い揺れを感じたとき、または弱い揺れであっても長い時間ゆっくりとした揺れを感じたときは、直ちに海岸や川べりから離れ、急いで高台や津波災害に対応した指定緊急避難場所などの安全な場所へ避難しましょう。なお、高齢の方や介護を要する方がいる場合には、助け合いましょう。
- ・携帯電話やスマートフォン、ラジオなどを活用し、津波に関する情報を入手しましょう。
- ・津波は繰り返されます。第1波が小さくても後から来る波の方が高い場合があるので、いったん波が引いても絶対に戻ってははいけません。



《山・丘陵地》

落石に注意し、急傾斜地など危険な場所から遠ざかりましょう。

- ・山ぎわや急傾斜地では、山崩れ、がけ崩れが起こりやすいので、すぐに離れましょう。
- ・揺れが収まった後も、崩れやすくなっている可能性がありますので、近づかないようにしましょう。

安全運転アドバイス

交通場面には「見える危険」だけでなく、さまざまな「見えない危険」があります。「見えない危険」は発見が遅れやすいため事故につながる可能性が大きくなります。そこで今回は、交差点における主な「見えない危険」についてまとめてみました。

《交差点接近時に先行車を作る「見えない危険」》

交差点接近時にバスやトラックなどの大型車に追従して走行すると、前方の見通しが悪くなり、交差点の信号が確認できないことがあります。その状態で走行すると、赤信号で交差点に進入してしまうおそれがあります。できるだけ大型車に追従して走行するのは避けるのが望ましいのですが、やむを得ず大型車に追従して走行する場合は、前方の信号が確認できるくらいの車間距離をとり、前方の視界の確保するようにしましょう。

《右折時に対向車を作る「見えない危険」》

◆対向右折車を作る「見えない危険」

右折時に対向右折車がいると、その後方が死角となり、対向車線の状況が確認しにくい状況となります。特に対向右折車が大型車の場合には死角が大きくなり、死角部分から直進してくる二輪車などを見落とす危険が高まります。対向車線の状況が確認しにくいときは、一気に右折するのではなく、徐々に進行して対向車線の状況が見えるところで一時停止して、対向車の有無を確認しましょう。

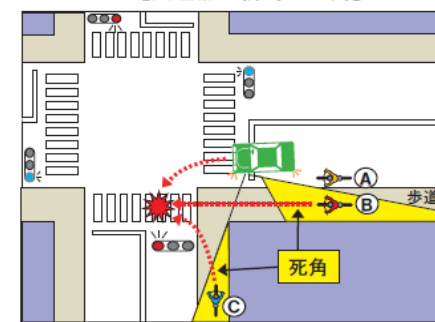
◆対向直進車を作る「見えない危険」

対向直進車が大型車の場合は、その後方を走行している後続車の有無が確認できないことがあります。そのため対向直進車の通過直後にいきなり右折を開始すると、後続車と衝突する危険があります。対向直進車の通過後は一呼吸置いて、必ず後続車の有無を確認するようにしましょう。

《左折時にドアミラーの死角を作る「見えない危険」》

右図に示してあるように、左折時に車道の左端を進行してくる自転車Aはドアミラーで確認できますが、歩道の自転車Bはドアミラーの死角に入って確認できないことがあります。また、交差道路の左側から走行してくる自転車Cも建物等の死角に入って確認できないことがあります。このような状態で交差点を左折しようとする、横断歩道を走行してきた自転車と衝突する危険が高まります。したがって、左折するときは徐行するとともに、同一方向の歩道や交差道路の左側の歩道から交差点へ進入しようとする自転車やキックボードがないかどうかを必ず確認しましょう。

【交差点左折時の死角】



◆おいしいレシピ◆ ～レンジで簡単チーズタッカルビ風スープ～

【材料】2人分

- ・鶏もも肉 150g ・長ねぎ 1/2本 ・エリンギ 1本
- ・にら 4～5本 ・絹厚揚げ 1枚
- ・スンドゥブの素 1袋 ・スライスチーズ 適量



【作り方】

1. 鶏肉、厚揚げはひと口大に切る。長ねぎは1cm幅の斜め切り、エリンギはタテに割く。にらは長さ3cmに切る。
2. ①の材料を耐熱容器に入れ、スンドゥブの素を流し入れる。軽くラップをして電子レンジ600Wで10分ほど加熱する。(鶏肉に火が通っていればOK)
3. あつあつのうちにスライスチーズをちぎってのせる。

《ポイント》

レンジで温めるときに鶏肉が汁にしっかり浸っていると火が通りやすいです。最後にごはん、麺、トッピング等でしめてもおいしいですよ。