Q：もし縦揺れＰ波を感じたら、横揺れが来るまでどんな準備が必要ですか？

A：現在は携帯電話でも緊急警報が受信できますから、対策を執る余裕はあります。

しかし、何をやるかは自分で決めておかなければなりません。

自宅に居る場合は、家のドアーは開けましょう。特にマンションなどは玄関が金属製の扉 1 ヶ所しかありませんから、横揺れで扉が歪んで開かなくなった大変です。

エレベーターは揺れを感じると最寄りの階で自動停止します。

頭はヘルメットを被り首にはタオルを巻きます。火は消して下さい。ガスは揺れを感じると自動的に止まるようになっていますが、用心に超したことはありません。

また外にいきなり飛び出さないことで、机の下等に入りましょう。

外へ避難するときは、長袖、出来るだけ厚着しましょう。靴下は重ねてはきます。

手袋をしましたか、貴重品を携帯しましたか、防災グッツは背負いましょう。靴は靴底が硬く厚いものにしましょう、これは道路にはガラスの破片や危険物が散乱していますから、軟質ゴム底は破れるかも知れません。ビルの側などはガラスの破片が落ちくる危険があります。

指定されている避難場所は確認していますか？

車に乗っている場合は、ハザードランプをつけ、路肩に止めて下さい。

電車に乗っている場合は、急停車するときは必ずアナンスがありますからつり革、柱等しっかりと掴まって下さい。3 月 11 日の電車の中では携帯電話の地震警報の着信音が一斉に鳴り出したのには驚きました。

日頃の心がけが即座に表われるのが、緊急時の対応です。