

もしも地震が

「長い」

または

「強い」

ときは

---

「避難」する

ただちに一番近くの高台や、できるだけ内陸へ移動する。  
公的機関の津波警報を待たない。



# もしも地震が

## 「長い」、または「強い」ときは: 「避難」しましょう

ただちに一番近くの高台や、できるだけ内陸へ移動しましょう。公的機関から津波警報が出されるのを待つ必要はありません。

ニュージーランドの海岸線で津波の危険がないところはありません。とっさのときにどのような行動を取るべきか知っておくと、けがをしたり命を奪われたりするのを防ぐことができます。

海岸の近くにいるとき、**長い**、または**強い**地震が発生したら: **避難**しましょう。

1分以上続く地震**または**、立ってられないほど強い地震は、自然の津波警報です。

海岸の近くにいる場合は、公的機関の津波警報を待つことなく、ただちに一番近くの高台や、できるだけ内陸へ移動しましょう。移動にはできれば徒歩か自転車を使い、警報が解除されるまでそこにとどまりましょう。

今日から計画を立て、いざというとき、誰が自分の助けとなり、誰が自分の助けを必要とするのかを確認しておきましょう。お住まいの地域の情報は、当該地域の市民防衛緊急管理グループ(Civil Defence Emergency Management Group)にお問い合わせください。

[Civildefence.govt.nz](http://Civildefence.govt.nz)

