

店舗内における地震の安全性



店に入るときはいつでも、周りを見回してください

- あなたの頭上または周りある、地震の際に、動いたりまたは落下したりする可能性のある物は何ですか？
- 落下物から身を守るため、あなたの判断力を行使する用意を整えること。

人々は、しばしば、地震の際に歩き回ろうとして、落下物にぶつかったり、ガラスその他の鋭利な物体を踏んで怪我をします。

揺れを感じたり、地震警報が出たら

いまいる地表面にドロップ - 揺れのために転倒する前に。

両腕で頭部および頸部を保護することにより、身を **カバー** するとともに、身体を落下物または飛散物のターゲットとしてなるべく小さくするように試みること。

- ショッピングカートは、一定程度の保護の役に立ちます。
- 衣類ラックの中に隠れると、一定程度の保護の役に立ちます。
- 背の高い棚のある通路(ウェアハウス・ストアのような)では、一番下の棚に隠れると一定程度の保護の役に立ちます。

何か頑丈なものに **ホールド・オン** すること。



カリフォルニア住民の皆さんには、ご自身の携帯電話で地震警報メッセージを受信するためにMyShakeアプリをダウンロードすることをお勧め致します。

屋外、劇場内、車椅子を使用している際等のその他の状況に関するガイダンスについては、[EarthquakeCountry.org/step5](https://www.earthquakecountry.org/step5)をご覧ください。