

がいこくじんじゅうみん
外国人住民のための

ぼう さい ぱ ん ふ れ っ と

防災パンフレット

にほんごばん
やさしい 日本語版



日本にほんでお起こるさい災害がい ①

地震じしんと津波つなみ

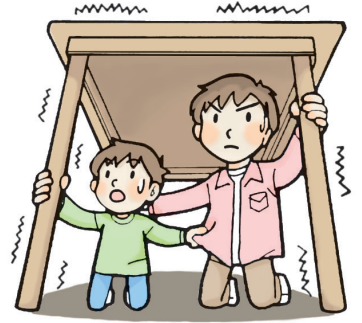
地震じしん

地面じめんがおお大きくゆ揺れることです。

日本にほんは地震じしんがおおとてもく多い国です。

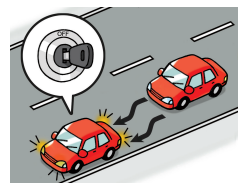
【家いえにいるときにすること】

- ▶ 最初さいしょにテーブルや机つくえの下したに逃げて、頭あたまと体からだを守ってまもください。
- ▶ 地面じめんが揺れなくなったら、動うごいてください。
- ▶ 靴くつやスリッパすりっぱをはいて、足あしを守ってまもください。
- ▶ 火事かじを防ぐため使つかっている火ひを消けして、電気でんきのブレーカーぶれーかーをOFFおふにしてください。
- ▶ 窓まどや戸とを開あけて出口でぐちを確保かくほしてください。
- ▶ すぐそとに外でに出でないでください。



【外そとにいるときにすること】

- ▶ 建物たてものから離はなれてください。
- ▶ かばんや本ほんで頭あたまを守ってまもください。
- ▶ 車くるまを運転うんてんしているときは、道みちの左ひだりに車くるまをとめてください。
- ▶ 車くるまの鍵かぎをつけたまま、逃にげてください。



津波つなみ

地震じしんのあとに、とても高たかくて速はやい波なみがくるかもしれません。

- ▶ 津波つなみが人ひとや建物たてものや車くるまを押し流ながします。とても危あぶないです。
- ▶ 海うみや川かわの近ちかくにいたらすぐはなに離とれて、遠たかくか高たかいところにに逃にげてください。



日本にほんで起おこる災さい害がい ②

台風たいふう・洪水こうずい・土砂災害どしゃさいがい・雪害せつがい

台風たいふう

とても強い風つよ かせ ふうが吹ふきます。 雨あめがたたくさん降ふります。

[台風たいふうのときき気きをつけること]

- ▶ 外そとに出でないでください。
- ▶ 海うみ、川かわ、山やまは水みずが増ふえて危あぶないです。近ちかくに行いかないでください。
- ▶ 強つよい風かせで飛とばされそうものな物いえは、家なかの中いに入れてください。
- ▶ 強つよい風かせで窓まどガラスがらすが割われるかまどがらすもしれないちかので、窓まどガラスがらすの近ちかくには行いかないでください。



洪水こうずい

雨あめがたたくさん降ふると、川かわの水みずがああふれます。

- ▶ 川かわの水みずがいっぱいになることあるので、川かわの近ちかくには行いかないでください。
- ▶ 道みちや家いえの中なかまで水みずがくくることがああります。
- ▶ 足あし首くびの高たかさまで水みずがああると歩あるけななくなることあります。



土砂災害どしゃさいがい

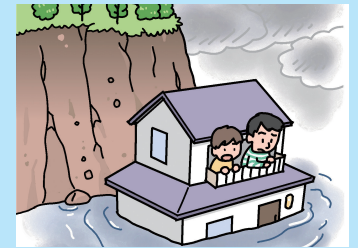
山やまの土つちや石いしが落おちてくるかかもしれません。

- ▶ 大おお雨あめや台たい風ふう、地じ震しんのあと、山やまが崩くずれることあります。
- ▶ 崖がけからはな離なれてください。



川かわの水みず・雨あめ・土つちが道みちや家いえの中なかにきたとき

- ▶ 道みちを歩あるくことむずかが難たしいとき、建た物ものの高たかいところにに逃にげてください。
- ▶ 2階にかい以上いじょうの部へ屋やでがけはなから離へれた部へ屋やに逃にげてください。



雪害せつがい

強つよい風かせと雪ゆきが多おおくふふります。

- ▶ できるゆきだけ雪かせや風やが止とむまで外そとに出でないでください。
- ▶ 車くるまの排はい気き口こうや暖だん房ぼう機きの給きゅう排はい気き口こうが雪ゆきで詰つままっていないかかくにん確認かくにんしてしてください。



安全な場所に逃げる!

安全な場所に逃げることを「避難」といいます

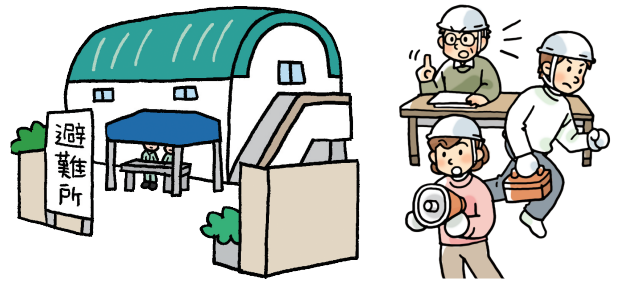
[次のようなときは避難して下さい]

- ▶家が壊れたとき。
- ▶このまま家にいるのは危ないと思ったとき。



避難所(逃げるところ)について

- ▶避難する場所を避難所といます。
- ▶泊まることもできます。
- ▶たくさんの人と一緒に生活します。
- ▶避難所のルールを守ってください。
- ▶みんなで助け合ってください。



あなたの近くの避難所を調べる

避難所は住んでいる町のウェブサイトで調べることができます。
調べた避難所を書いておきましょう。

はまなかちょう
浜中町
うえぶさいと
ウェブサイト
QR



近くの避難所

●逃げる(避難する)場所のマークを覚える。

いちじ ひなん ばしょ おくがい
一時避難場所(屋外)



さいがい お さいしょ に
災害が起きたら最初に逃げるところです。
こうえん がっこう うんどうじょう ひろ
公園や学校、運動場などの広いところです。

してい きんきゅう ひなん ばしょ おくがい
指定緊急避難場所(屋外)



してい ひなんじょ
指定避難所がある一時避難場所です。
がっこう うんどうじょう ひろ
学校などの運動場などの広いところです。

してい ひなんじょ おくない
指定避難所(屋内)



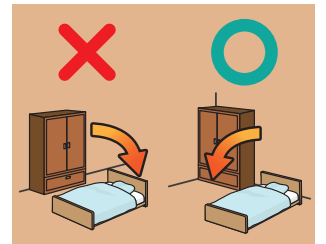
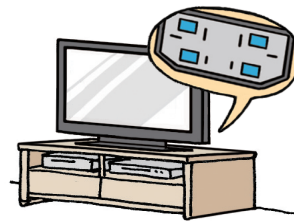
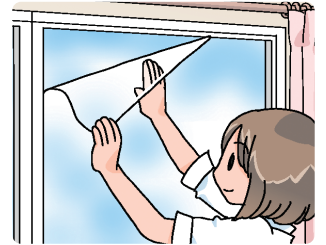
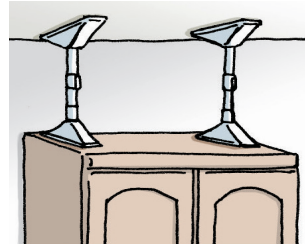
いえ こわ ひと いえ あぶ ひと あつ
家が壊れた人や家が危ない人が集まる場所です。
みず た
水や食べものをもらうことができます。

災害が来る前の準備①

地震がくる前にすること

家の中

- ダンスや本棚が倒れないように家具を固定します。
- テレビが倒れないようにすべり止めゴムをはります。
- ガラスが割れても飛び散らないように窓にフィルムをはります。
- 寝ているところの近くに大きな家具を置かないでください。
- 窓の近くにベッドを置かないでください。



家の外

- ブロック塀が壊れていないか確認します。
- 直ぐに逃げることができるように玄関まわりに物を置かないでください。



台風・洪水・土砂災害がくる前にすること

家の中

- 窓に養生テープや飛散防止フィルムをはります。



家の外

- 物干し竿・植木鉢を家の中に入れる。
- 強い風が吹くと、ベランダや家の外に出している物が風で飛びます。
- 側溝や排水溝を掃除する。
- 側溝や排水溝が雨で水があふれるかもしれません。
- 掃除をしてください。



さい がい く まえ じゅん び 災害が来る前の準備②

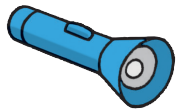
に も ひじょう も だ ひん 逃げるときに持つもの (非常持ち出し品)



- 両手が使えるように、バックパックに入れる。
- 自分で持つことができる重さにしてください。



ぼすぽーと
 パスポート



らいと
 ライト



らじお
 ラジオ



でんち
 電池



あつ
 厚いてぶくろ



つかくすり
 よく使う薬



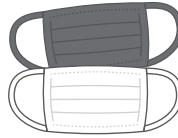
ていっしゅぺーぱー
 ティッシュペーパー



ふく したぎ
 服・下着



きちょうひん
 貴重品



ますく
 マスク



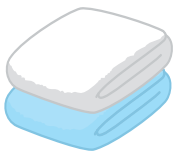
みず
 水



ひじょうしょく
 非常食



ほいっする
 ホイッスル



たおる
 タオル



ひっきようぐ
 筆記用具



かみ
 紙おむつ



みるく
 ミルク

じゅん び び ちく ひん いつも準備しておくもの (備蓄品)

- 家の電気・ガス・水道が止まることがあります。
- 下水道が壊れてトイレが使えないことがあります。
- 家で生活できるように準備してください。

かぞく にんずう にち
家族の人数 × 3L × 7日



みず にちびん
 水(7日分)



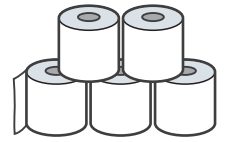
たもの にちびん
 食べ物(7日分)



こんろ
 コンロ



かんいといれ
 簡易トイレ



といれつとぺーぱー
 トイレつとぺーぱー

さい がい じょう ほう 災害の 情報について

じ しん たい ふう じょう ほう あつ 地震・台風 などの 情報を 集めたいとき



APP
だう ん ろ ー ど
ダウンロード
はこちら▶▶



iOS



Android

せいふていー ていつぶす

Safety tips

に ほん さいがいじょうほう し べんり
日本の 災害情報を 知るのに 便利な
あぶり
アプリです。



APP
だう ん ろ ー ど
ダウンロード
はこちら▶▶



iOS



Android

じゃばん おふいしゃる とらべる あぶ

Japan Official Travel App

に ほん かんこう べんり あぶり
日本観光に 便利な アプリ。
さいがい じ つか
災害時にも 使えます。



APP
だう ん ろ ー ど
ダウンロード
はこちら▶▶



iOS



Android

えぬ えいち けい わーど じゃばん

NHK WORLD-JAPAN

えぬえいちけい に ゆ ー す はっしん じしん つ なみ
NHKのニュースを発信。地震・津波の
きん きゅう じょう ほう し
緊急情報も お知らせします。



う え ぶ さ い と
ウェブサイト
はこちら▶▶



▶▶ <https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>

き しょう ちょう さい がい じょう ほう 気象庁 災害情報

き しょう じ しん つ なみ か ざん かいよう ぼう さい
気象・地震・津波・火山・海洋などの 防災や
てん き じょう ほう つた
天気の情報も 伝えます。

こと ば つた 言葉が 伝わらないとき



た げん ご おん せい ほん やく あ ぶり ぼいすとら 多言語音声翻訳アプリ VoiceTra

じ ぶん はな ないよう ほか くに こと ば い か
自分が話した内容を他の国の言葉に言い換えます。

てい きょう こくりつ けん かい ほう ほう じん じょう ほう つう じん けん かい き ころ
提供：国立研究開発法人情報通信研究機構 (NICT)



だう ん ろ ー ど
ダウンロード
はこちら▶▶



iOS



Android

う え ぶ さ い と
ウェブサイト
はこちら▶▶ <http://voicetra.nict.go.jp/>

じ けん じ こ 事件・事故

けい さつ
警察



でん わ ばん ごう
電話番号

110

か じ きゅう きゅう きゅう じょ 火事・救急・救助

しょう ぼう
消防



でん わ ばん ごう
電話番号

119

こま そう だん 困ったときに 相談する ところ

はま なか ちょう やく ば ぼう さい たい さく しつ
浜中町役場 防災対策室

はま なか ちょう とう ふつ ばん ち
浜中町 湯沸445番地
TEL 0153-62-2138