

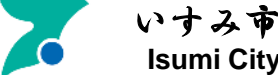
ぼうさい
防災ガイド
Disaster Guide



にほん じしん たいふう さいがい
日本では地震や台風による災害が

いつでもおこるかわかりません。
さいがい、そな 必要の情報を記入
災害に備えて、必要な情報を記入
し、いつも携帯しましょう。

In Japan, a disastrous earthquake or typhoon can happen at any time. To be prepared for such an event, fill out your essential details and always keep this guide with you.



じしん はっせい
地震の発生
When an Earthquake Occurs



つくえ した はい、み まも
机の下に入り、身を守りましょう。

Drop and take cover under a table and protect yourself.



かじ ふせ
火事を防ぐ
Once the shaking stops...

ひ け
ガスの火を消す。
Turn off appliances.



ON OFF
ブレーカーのスイッチを切る。
Turn off the circuit breaker.

かじ はっせい
火事の発生
If Fire Breaks Out



しょうき ひ け
消火器で火を消す。

Put out fires with a fire extinguisher and call 119.



Call
119

ひなん ちゅうい
避難するときの注意
Tips to evacuate



つか
エレベーターは使わない。
Do not use elevators.



まど ぶち
ガラス窓の落下注意
Beware of shattering or falling glass.



きんきゅうしゃりょう とお
緊急車両が通れないの
で車は使わない
To yield to emergency vehicles, do not drive.



べい とうかいちゅうい
ブロック塀の倒壊注意
Beware of collapsing block walls.

あんぜん ところ
安全な所へ
Evacuation to a safer place

つなみ ぼあい
津波の場合は
津波緊急避難場所に避難
しましょう。



When a tsunami occurs, evacuate to the designated evacuation site.

ひなんじよ
避難所へ
Go to an emergency shelter

がっこう
学校 Schools



わたし ひなんじよ
私を避難所に連れて行ってください
Please take me to an emergency shelter



ひなんじよ ばしょ
避難所の場所がわからないとき、
近くにいる人に見せましょう。

The Japanese sentence above means: "Please take me to an emergency shelter".

When you don't know where the emergency shelter is, show the above sentence to someone close by.

にほんごばん
日本語版
English

ひなん
避難カード Emergency Details Card

●名前/Name

●住所/Address

〒

●最寄りの避難所/Closest Emergency Shelter

●私の話せる言語/Languages I Speak

●大使館の電話番号/Embassy Phone Number

●国内の緊急連絡先/Emergency Contact(Japan)

●国外の緊急連絡先/Emergency Contact(Abroad)

●身分証明書番号(旅券など)/I.D.Number(Passport or other)

おおあめ たいふう つなみ
大雨・台風・津波
During Heavy Rains, Typhoons and Tsunami



かせん うみ ちか
河川・海に近づかない。

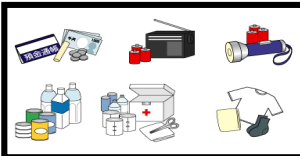
Stay away from rivers or the seas.

おおあめ たいふう
大雨・台風
Before Heavy Rains and Typhoons



はち さお こてい
鉢、竿などを固定する。
Secure any pots, poles or other such items.

ひじょう も だ ひん
非常持ち出し品
Emergency Provisions



げんきん けいけい かいちゅうでんとう みず た
現金、携帯ラジオ、懐中電灯、水、食
べ物などをリュックに入れて、事前に
準備しておきましょう。

Put some money, a portable radio, an electric torch, water and some emergency food into a rucksack and keep it near your front door in case of an emergency.

じょうほう
情報 Information

インターネット
Internet



◆多言語対応インターネットサイト「NHK WORLD」
Multi-lingual Internet Site "NHK WORLD"
<http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/>

◆千葉県防災情報
Disaster prevention information in Chiba Prefecture
<http://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/>

ラジオ
Radio



◆AM
▲NHK 第1 (No1) : 594kHz
▲NHK 第2 (No2) : 693kHz

電話
Telephone



◆FM bayfm : 78.0MHz
◆千葉県国際交流センター「テレホン相談専用」
Published by the Chiba International Center

◆043-297-2966

◆火事・救急 119
Fire Brigade and Ambulance

◆警察 110
Police

◆いすみ市役所「危機管理課」
Isumi City Hall "Crisis Management Division"
☎0470-62-2000

地震がおこったら When an Earthquake strikes

- ①体を守りましょう。
- ◆家の中 → 地震の揺れで、家や大きい家具が倒れてきて、危ないです。家具から離れて、テーブルや机の下に入ります。
- ◆外 → ブロック塀が倒れたり、看板や窓ガラスが落ちてきて、危ないです。崖や川の近くも危ないので、すぐに離れましょう。
- ②揺がおさまったら
- ◆火事にならないよう、火を消します。キッチンやストーブの火を消し、ガスの元栓をしめます。電気のブレーカーを切ります。
- ◆地震は1回だけではありません。大きい地震の後、何回も揺れますから、気をつけましょう。

- ①Protecting Yourself
- ◆ At home → Tremors may result in houses collapsing and heavy pieces of furniture toppling over. During an earthquake, stay away from unstable furniture and get under a table or desk.
- ◆ Outside → The earthquake may cause concrete blocks to collapse, glass windows to smash, and signs to topple over. Being near cliffs and rivers is dangerous, so immediately get away from them.
- ②When the Trembling Weakens
- ◆ Prevent fires by turning off any flames. Extinguish any flames in the kitchen, shut off the gas valves and turn off your circuit breaker.
- ◆ An earthquake is not a one-off shock. After a strong earthquake there will be many aftershocks, so remain on alert.

避難について Evacuating

- ①避難場所(逃げるところ)
- ◆ 建物が壊れたり、火災が発生したら、安全な場所(学校のグラウンドや公園など)へ避難しましょう。
- ◆ 避難場所がわからないときは、市町村に聞いておきましょう。
- ②避難所(生活できる場所)
- ◆ 家が壊れて帰れないときは、避難所に一時的に住むことができます。
- ◆ 無料です。
- ◆ 食物・水・情報がもらえます。
- ◆ 避難所へは、車ではなく歩いて行きましょう。
- ◆ 避難所がどこにあるか、市町村に聞いておきましょう。
- ③避難するときに持って行く物
- ◆ 避難するとき、荷物は少ないほうがいいです。ざいりゆう、現金(小銭も必要)、預金通帳、携帯ラジオ、水、食物、着替え、懐中電灯、携帯電話の充電器(乾電池対応)など

- ①Evacuation Areas
- ◆ If your building is damaged or a fire breaks out, evacuate to a safe place (such as a school ground or park).
- ◆ If you do not know where the refuge shelter is, ask your local authority in advance.
- ②Refuge Shelter
- ◆ Should you be unable to return to your home because it has collapsed, you can temporarily live at the refuge shelter free of charge. There you will find food, water and information.
- ◆ Go on foot to the refuge shelter, not by car.
- ◆ Check the location of your refuge shelter in advance with your municipal office.
- ③Items to Bring when Evacuating
- ◆ When evacuating it is better to carry as little as is needed. (Residence card, passport, cash (coins are also necessary), bankbook, portable radio, water, food, a change of clothes, flashlight, mobile phone charger(with corresponding battery) and other such items.)

大雨(おおあめ)・台風(たいふう)・津波(つなみ) Heavy Rains, Typhoons and Tsunami

- ①長雨、集中豪雨
- ◆ 長い間雨が降り続けたり、短い時間にたくさん雨が降ると、川の水が増えます。危ないので、川に近づかないでください。
- ②台風
- ◆ 日本には毎年台風がきます。強風や大雨による被害がおきます。
- ◆ 気象情報を聞いて、台風が近づくと前に準備しましょう。
 - ベランダや庭にある植木鉢やもの干しざおは、固定するか部屋のなかに入れる。
 - 雨戸を閉めて守る。
- ③津波
- ◆ 津波警報が発表された場合は速やかに「近くの高台」か「津波緊急避難場所」に避難してください。
- ◆ 津波は繰り返して押し寄せます。津波警報が解除されるまで、海岸や河川付近には近づかないよう注意してください。

※大雨・台風・津波のときに、市町村から、避難勧告や避難指示が出たら、避難所へ逃げましょう。

- ①Long or Severe Rains
- ◆ When there is a long period of rain, or when a lot of rain falls in a short period, the water levels in rivers increase. This is dangerous, so you should avoid approaching rivers during a period of long or heavy rainfall.
- ②Typhoons
- ◆ Typhoons strike Japan every year. Damage is caused by strong winds and heavy rains.
- ◆ Listen to weather reports and be prepared in advance of the arrival of the typhoon.
- Bring any flower pots or laundry from your balcony or garden inside, or secure pots properly.
- Close your shutters.
- ③Tsunami
- ◆ If the tsunami warning is announced, promptly evacuate to a nearby hill or tsunami evacuation site.
- ◆ Even if a tsunami passes, it can turn back. Please be careful not to approach rivers and seas until the tsunami warning is lifted.

*During heavy rains or a typhoon, if your local authority issues a recommendation or order to evacuate, go to the emergency shelter.

緊急地震速報 Earthquake Early Warning

- ◆緊急地震速報は、地震による強い揺れが来ることをお知らせする情報です。緊急地震速報の発表から強い揺れが来るまでの時間は数秒から数十秒です。その間に身を守るための行動を取る必要があります。緊急地震速報の入手方法は、テレビやラジオによる放送(アラーム音が鳴ります。)のほかに、携帯電話では自動的に受信できる機種があります。
- ◆ An Earthquake Early Warning warns that the shock waves from a large earthquake are coming. The time between the warning and the start of the tremors is between a few seconds to tens of seconds. During this time it is essential to take action and protect yourself. The warnings will be broadcast by radio and television (an alarm will sound from these). Furthermore, some mobile phone models automatically pick up the alert.

安否確認について Safety Confirmation

- ◎携帯電話「災害用伝言板」
- ◆大きな災害(震度6以上の地震など)が発生した場合、携帯電話上のwebサイトトップ画面に「災害用伝言板」へのリンクが緊急開設されます。
 - ①自分の携帯電話で各携帯webサービスの「災害用伝言板」(日本語版または英語版)にアクセスし、メッセージを入力し残すことができます。
 - ②家族や友人が携帯電話やパソコンで、この「災害用伝言板」にアクセスし、あなたの携帯電話番号を入力する操作を行えば、①で残したメッセージを見ることができます。
- ◎Mobile Phone "Disaster Message Board"
- ◆ When a large scale disaster strikes (such as an earthquake of magnitude 6 or more), a link to the "Disaster Message Board" will be published promptly on the homepage of your mobile phone's internet browser.
 - ① You can use your mobile phone to access the "Disaster Message Board" web service (available in English and Japanese) and leave a message.
 - ② If your friends or family access the "Disaster Message Board" and enter in your mobile phone number, they can view the message you left.

情報源 Information Sources

- テレビやラジオ、市町村からの情報で、いつも正しい情報を得るようにしましょう。
- 【インターネット】
- ◆ インターネット・ラジオ日本オンラインでは、NHKのニュースが18言語で聞けます。
 - ◎多言語対応インターネットサイト「NHK WORLD」
<http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/>
- ◆日本語で、千葉県内の災害情報が見られます。
 - ◎千葉県ポータルサイト <http://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/> (スペイン語・ポルトガル語・英語・韓国語・中国語)
- 【ラジオ】
- ◆ラジオで、災害時の情報を得ることができます。
 - ◎AM NHK 第1:594kHz NHK第2:693kHz
 - ◎FM bayfma:78.0MHz
- 【外国語対応の千葉県の窓口】
- ◎千葉県国際交流センター「テレホン相談専用」(英語・中国語・スペイン語)
☎043-297-2966 (FAX:043-297-2753) (E-Mail:ied@ccb.or.jp)

- Make sure to always obtain correct information from the radio, television or your local authority.
- 【Internet】
- ◆ With Japanese online radio, you can listen to NHK news in 18 languages.
 - ◎ Multilingual Internet Site "NHK World" <http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/>
- ◆ You can find information on disasters in Chiba prefecture, in Japanese, at the below link.
 - ◎ Chiba Prefecture Internet Portal Site <http://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/> (Spanish, Portuguese, English, Korean and Chinese)
- 【Radio】
- ◎ AM NHK No1:594kHz NHK No2:693kHz
- ◎ FM bayfm :78.0MHz
- 【Foreign Language Desks】
- ◎ Chiba International Center "Telephon consultation only" (English, Chinese and Spanish)
☎043-297-2966 (FAX:043-297-2753) (E-Mail:ied@ccb.or.jp)