

■今、起きていることを 知る

◇千葉県防災ポータルサイト

下のようなことを 知ることが できます。英語・韓国語・中国語・スペイン語・ポルトガル語で 書いている ページも あります。

- ・千葉県の 地震・津波・台風など
- ・避難指示<にげてください>という 連絡>情報、避難所<にげる ところ>のあるところ
- ・あぶない 場所など、すぐに 知ってほしいこと
- ・天気予報（注意報・警報・雨の多さなど）
- ・電車や 道路の 止まっているところ
- ・電気や 水道

<http://www.bousai.pref.chiba.lg.jp/>

◇外国人のための情報アプリ「Safety tips」<スマホで みられます>

このアプリは、地震や 津波などのとき やくに たつ 情報があります。いろいろな ことばで みるこ とが できます。

- ・下の URL から ダウンロードして ください

Android: <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>

iPhone: <https://itunes.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174>

◇NHK WORLD-JAPAN<災害の 情報が スマホで みられます>

地震や 台風が きたときに、新しい ニュースを おしえます。

<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/app/>

■家で やっておくこと

◇準備しておくもの

地震や 台風が きたときには、電気・ガス・水道などの 生活に必要なものや、物の流れが ストップす ることがあります。その時のために、少なくとも 3日分、できれば 1週間分の 食べものや 日用品(生活 に必要な物)を 買ってください。それを 家に 置いてください。

食べものは いつも 多く 買っておきます。災害で 店に いけないときが あります。古いものから 食べ て ください。食べたものを 新しく 買ってください。これを「ローリングストック」と いいます。

長い間 食べ物や 生活に必要なものを 家に置くことができます。カセットコンロがあると、あたたかいも のを 食べることが できます。

【家に いつも おいておく もの】

- ・ 水(1人 1日 3リットル、1週間分)、カセットコンロ、カセットボンベ<かえの ガス>、食べもの(米、カップラーメン、レトルト食品<パックの カレーなど>、おかしなど)
- ・ 小さい ラジオ、非常用トイレ、携帯電話の バッテリー、懐中電灯<もちはこびの できる ライト>、ゴミ袋
- ・ よく使う 薬、生理用品<ナプキンやタンポン>、粉ミルク<赤ちゃんの のむ ミルク>、オムツ<赤ちゃん、としを とった人>など

【にげるときに もっていくもの】

□水、□食べもの、□携帯電話の バッテリー、□懐中電灯、□ヘルメット、防災ずきん<頭に かぶるもの>、□常備薬、□お金、□通帳、はんこ、□タオル、□服、下着、□マスク、□かっぱ、レインコート、□ティッシュペーパー、□ライター、ろうそく、□ゴミ袋など

◇家が こわれなために すること

ふるい 家や 木の 家、地面が よわいところに ある 家、1階の 壁が すくない 家などは、耐震診断<どれだけ 地震につよいか しらべる>を して ください。地震に 強い 家にして ください。

大きな 家具は 動かないようにして ください。ねる 部屋や 子どもの 部屋に 大きな 家具を おかないで ください。にげるときに あぶないです。家具を おく 場所を よく 考えて ください。窓に 飛散防止フィルム<われた ガラスが とばないようにするもの>を はって ください。「感震ブレーカー」は、地震が くと 電気を とめる 機械です。火事が おきにくいです。

◇危険な 場所や 避難場所<にげるところ>を して ください

台風や つよい 雨、津波などが きたとき、あぶない場所を 知って ください。役所の ハザードマップ<あぶない 場所を おしえる 地図>などで 知ることが できます。避難の場所と いく道を 知って ください。安全に にげることが できます。つよい 雨のときと 津波のときで、避難場所がちがうかもしれません。

◇防災訓練<地震などが きたときのための 練習>

日本は 地震が 多い 国です。役所や 近所で 防災訓練を するときは、必ず いって ください。地震などが きたとき、どうすればいいか 知って ください。

■地震が きたときに すること

①緊急地震速報

地震が くる すぐ まえに、緊急地震速報が テレビや ラジオに することがあります。ゆれる まえのみじかい 時間で、自分の からだを まもる 準備をして ください。

②地震が きたとき

テーブルや つくえの 下へ 行って、からだを まもって ください。地震が おわるまで 待って ください。

③地震の ゆれが 止まったとき

海や 山の近くの人は すぐに にげて下さい。津波や 山くずれが くるかもしれません。
すぐに 火を止めて ください。ドアや 窓を あけて にげる 道をつくって ください。

④にげる、家族が 大丈夫か 知る

ラジオなどで 正しい 話を きいて ください。家が こわれそうなときは、にげて ください。準備していた ものを もって、くつを はいて、あるいて にげて ください。

電気の ブレーカーを 止めてから にげて ください。感震ブレーカーが あれば、機械が 電気を 止めてくれます。

はなれたところに いる 家族が 大丈夫か 知って ください。電話は できるだけ 使わないで ください。災害用伝言サービス<メッセージ>を のこすことが できる>を 使って ください。家族に 連絡することが できます。

さいがいようでんごん
・災害用伝言ダイヤル<171>

<http://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/>

・Web171

<http://www.ntt-east.co.jp/saigai/web171/index.html>

けいたいでんわさいがいようでんごんばん
・携帯電話災害用伝言版

<NTT ドコモ>

<https://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/index.html> (日本語)

<https://www.nttdocomo.co.jp/english/info/disaster/index.html> (英語)

<au>

<https://www.au.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengon/> (日本語)

<https://www.au.com/english/mobile/anti-disaster/saigai-dengon/> (英語)

<ソフトバンク>

<https://www.softbank.jp/mobile/service/dengon/boards/> (日本語)

<ワイモバイル>

<http://www.ymobile.jp/service/dengon> (日本語)

<楽天モバイル>

https://network.mobile.rakuten.co.jp/service/disaster_board/ (日本語)

⑤人を たすける

大きな 地震などのときは すぐに たすけに することが できません。ちかくの 家の 人と 一緒に 火を けして ください。けがをした人を たすけて ください。防災訓練へ 行って、練習して ください。

⑥避難所<にげる ところ>

全ての市や町や村にあります。

お金はかかりません。誰でも使えます。泊まることができます。

ラジオなどの ニュースを きいて ください。

食べるものは ありますが、最初は 家から もってきたものを 食べて ください。

避難所では、ほかの人と たすけあいましょう。

◇津波

千葉県ちばけんの 東ひがし、西にし、南側みなみがわは 海うみが あります。地震じしんの あとで 津波つなみが くるかもしれません。海うみの ちかくに いるときに 地震じしんが きたら、できるだけ 海うみから とおい、高いところへ にげて ください。

<津波について 注意すること>

①強い 地震じしんが きたときは、すぐに 海うみから とおい、高いところへ にげて ください。弱い 地震じしんでも、長い あいだ ゆっくりとゆれたときは、にげて ください。

②ゆれていないときも、津波警報<津波が すぐに くることを 知らせる>が でたときは、すぐに にげて ください。

③津波は 何回も きます。警報けいほうが なくなるまで 家いえに かえらないで ください。

地震じしんや 台風たいふうなどのときに よく つかう 日本語にほんご

避難 <small>ひなん</small>	にげること
高台 <small>たかだい</small>	高いところ
迂回 <small>うかい</small>	いつもと ちがう 道 <small>みち</small> を いく
安否 <small>あんび</small>	大丈夫 <small>だいじょうぶ</small> かどうか
停電 <small>ていでん</small>	電気 <small>でんき</small> が 止 <small>と</small> まる
断水 <small>だんすい</small>	水道 <small>すいどう</small> の 水 <small>みず</small> が でなくなる
給水車 <small>きゅうすいしゃ</small>	水 <small>みず</small> を 配 <small>くば</small> る 車 <small>くるま</small>
不通 <small>ふつう</small>	とおることが できない

■台風たいふう・つよい 雨あめ

日本にほんには、毎年 多くの 台風たいふうが きます。強い 風かぜや 雨あめで、死ぬ人し ひとや けがを する人ひとが います。

天気てんきに 注意ちゅういして、はやくから 準備じゅんびして ください。役所やくしょから 避難情報ひなんじょうほう<にげる お知らせ>が でたときは、すぐに にげて ください。

◇台風・つよい 雨のための 準備

- ① 家の まわりを しらべて ください。風で 飛んでいきそうなものは ぜんぶ 家の なかへ いれてく
ださい。または、飛ばないようにして ください。川から 水が きそうな ところでは、家具や 食べもの
などを 2階など 家の 高い 場所へ もって行って ください。
- ② 電気が 止まるかも しれません。懐中電灯や ラジオ、携帯電話の バッテリーなどを 準備して く
ださい。
- ③ 水が 止まるかも しれません。飲む 水を 準備して ください。
- ④ 天気予報(警報、注意報、雨の多さ)を みてください。
- ⑤ できるだけ 外へ 出ないで ください。台風が くる まえでも、電車や バスが 止まること が ありま
す。テレビ、ラジオ、インターネットで みてください。
- ⑥ 病気の人や 子ども、あるけない人を 安全な 場所へ つれて行って ください。
- ⑦ 役所の お知らせに 注意して、できるだけ はやく にげて ください。にげるのに 時間が かかる
家族がいるときは、はやくにげてください。

◇にげる

「警戒レベル」を みて、いつ にげればいいのか 考えます。警戒レベル3「高齢者等避難」、4「避難
指示」が でたときは、すぐに にげて ください。

〔警戒レベル1〕 台風などの 準備が できているか しらべて ください。気象庁から「早期注意
情報」が できます。

〔警戒レベル2〕 避難場所へ いく 道を たしかめて ください。気象庁から「気象注意報」が でき
ます。

〔警戒レベル3〕 にげるのに 時間が かかる人は にげて ください。年を とった人や あるけない
人、子どもなどです。役所から「高齢者等避難」が できます。

〔警戒レベル4〕 危ない 場所から ぜんぶの人が にげて ください。役所から「避難指示」が
できます。

〔警戒レベル5〕 災害が おこった または 住んでいる 場所の すぐ近くまで きています。家や ま
ちが こわれています。自分が 死なないように 命を まもってください。役所から
「緊急安全確保」が できます。

■火事

日本の 家や アパートは 木で できています。畳や 紙の戸など、火が つきやすいものが 多く
あります。火事を おこさないように いつも 注意して ください。

◇火事を おこさないために 大事なこと

- ① ベッドやふとんの上で たばこを すうことは 絶対に やめて ください。
- ② ストーブは 火が つきやすいものから とおい ところに おいてください。
- ③ ガスコンロなどの ちかくに いないときは、必ず 火を けて ください。
- ④ 住宅用火災警報器を つける 必要が あります。
- ⑤ ふとん、服、カーテンに 火が つくかも しれません。火が つきにくいものを 使って ください。
- ⑥ 火が 小さいうちに 消すことが 大事です。住宅用消火器＜火を けす 道具＞を 家に おいて ください。
- ⑦ 家のちかくの 人を 助けることが できるようにして ください。