

災害多言語情報

防災多语种信息



地震

地震

日本是一个地震多发的国家。请了解保护生命的方法并做好准备。

日本は地震が多い国です。命を守る方法を知り、準備しましょう。

1 发生大地震时

首先保护自己的生命。

●如果在室内



① 先蹲下

① まずひくく

●如果在室外

远离砌块围墙，注意玻璃碎片及坠物。

●如果在电梯内

按下所有按钮，在最初停下的楼层走出电梯。避难时请勿使用电梯。

●如果在驾车

将车停在道路左侧。不要锁门，把车钥匙留在车上后去避难。

●如果在大海附近

立即逃往避难场所或高地。注意海啸。

●如果在悬崖或溪流附近

立即远离悬崖或溪流。注意悬崖塌陷及泥石流。

2 摇晃停止后

●确保安全

打开玄关、窗户以确保出口。熄灭火源。

●外出时

无需急着回家。道路及车站等会很拥挤，在安全场所等待。

1 大きな地震が起きたとき

まずは自分の命を守る。

●建物の中にいたら



② 保护头部

② あたまをまもり



③ 不要动

③ うごかない

●外にいたら

ブロック塀などから離れ、ガラス破片や落下物に注意する。

●エレベーターの中

ボタンを全部押して、最初に停止した階でおりる。エレベーターを避難に使わない。

●車の運転中

道路の左側に停車する。ドアをロックせず、車に鍵をつけたまま避難する。

●海に近くにいるとき

津波が起こる可能性がある。すぐに指定された避難場所や高台に逃げる。

●崖の近く、溪流にいるとき

すぐに崖や溪流から離れる。がけ崩れや土石流に注意する。

2 揺れがおさまったら

●安全の確保

玄関や窓を開けて出口を確保する。火の始末をする。

●外出先にいるとき

無理に急いで家に帰らない。道や駅などは混雑するので、安全な場所で待つ。

3 收集信息和确认平安与否

刚发生地震后, 电话难以打通。勿相信谣言, 搜寻正确的信息。

●互联网、SNS

通过新闻等确认最新信息。

NHK WORLD (支持18种语言)

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



●灾害用留言电话“171”

为了确认家人朋友平安与否, 可以录音及播放留言。

3 情報収集・安否確認

災害発生直後は電話がつながりにくくなる。うわさを信じないで、正しい情報を探す。

●インターネット、SNS

インターネットのニュースやSNSで情報を確認する。

NHKワールド (18言語によるニュース)

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

●災害伝言用ダイヤル「171」

家族や友人の安否確認のために、メッセージの録音・再生ができる。

4 避难所

- ・没有火灾及倒塌的危险时, 在自己家里生活。
 - ・在避难所, 可以领到水和食物。
 - ・在避难所可以获取必要信息。
- ※事先和家人确认好汇合的避难所。

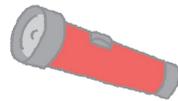


4 避難所

- ・火災や倒壊の危険がないときは、自宅で生活する。
 - ・避難所では、水や食べ物をもらうことができる。
 - ・避難所では、必要な情報を得られる。
- ※事前に、家族で落ち合う避難所を確認しておく。

5 携帯用物品

现金 (零钱)、存折、印章、护照、在留卡、健康保险证、打火机、火柴、头灯、手机、移动电源、干电池、收音机、药品



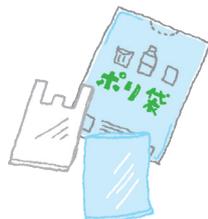
5 持ち出し用の荷物

お金 (小銭)、通帳、印鑑、パスポート、在留カード、保険証、ライター、マッチ、ヘッドライト、携帯電話、モバイルバッテリー、乾電池、ラジオ、薬

6 家中常备物品

※ 准备3天以上的分量。

水 (1天3升)、食物 (罐头、蒸煮袋装食品、零食等)、便携式厕所、牙刷、便携式煤气炉、便携式小煤气瓶、卫生巾、塑料袋、厨房用保鲜膜、暖宝宝等



6 家にいつも準備しておくもの

※3日分より多く準備する。

水 (1日3リットル)、食べ物 (缶詰、レトルト食品、菓子など) 携帯トイレ、歯ブラシ、カセットコンロ、ガスボンベ、生理用品、ビニール袋、キッチン用ラップ、使い捨てカイロ等

発行



公益財団法人 かながわ国際交流財団

発行:公益財団法人かながわ国際交流財団

TEL:045-620-4466 e-mail : tabunka@kifjp.org

Tagengo Navi Kanagawa

「多言語ナビかながわ」

<http://www.kifjp.org/kmlc>