



地震に 備える

あなたの家は大丈夫ですか？ しっかり調べておいてください。大きな地震が来たら水道・電気・ガスは使えません。防災グッズを準備してください。また、家族での連絡場所や方法を相談しておくとお安心です。

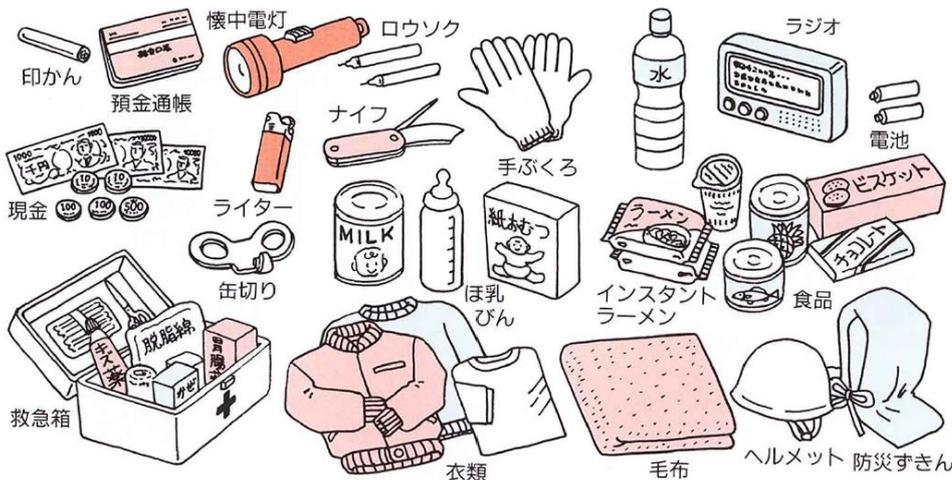


★地震が起きたらこれをしてください。

- ①自分と家族の安全が一番大切です。テーブルなどの下に隠れて、靴を履いてください。
- ②ストーブや台所の火をすぐに消してください。
- ③ドアを開けて逃げる道を確保してください。
- ④火が出たら、早く火を消してください。
- ⑤あわてて外へ飛び出さないでください。安全を確認してください。
- ⑥ブロック塀や柱から離れて通ってください。
- ⑦海では津波(高い波)が来ます。すぐに高いところに逃げてください。がけは、崩れる危険があります。すぐに離れてください。
- ⑧逃げるときは歩いて、たくさんの荷物を持たないでください。
- ⑨近所に呼びかけ、老人や子どもを手助けしましょう。
- ⑩市役所職員や消防隊員・警察官が言うことを聞いて、落ち着いてください。

★防災グッズ

食べ物(缶詰や乾パンなど)・缶切り・ろうそく・軍手・水・着替え・お金・通帳・パスポート・保険証・はんこ・電池・懐中電灯・マッチ・小型ナイフ・救急セット(薬・バンドエイド・はさみなど)・ラジオ・ティッシュ・ボールペン・ヘルメットや防災ずきん・赤ちゃん用ミルク・おむつ





★緊急のときに役立つ日本語

地震です！ Jishindesu!

火事です！ Kajidesu!

助けて！ Tasukete!

開けて！ Akete!

けがを しました。Kegawoshimashita.

やけどを しました。Yakedowoshimashita.

救急車を 呼んでください。Kyukyushawoyondekudasai.

病院に 連れて 行ってください。Byoinnitureteittekudasai.

市役所は どこですか？Shiyakushowadokodesuka?

避難所は どこですか？Hinanjowadokodesuka?

食料・水は どこで もらえますか？

Shokuryou/mizuwadokodemoraemasuka?

ここは どこですか？Koko wadokodesuka?

ここは 安全・危険ですか？Koko waannzen /kikendesuka?

どこへ 行けば いいですか？Doko e ikebaiidesuka?

行き方を 教えてください。Ikikatawooshietekudasai.

一緒に 行って いいですか？Isshoniitteiidesuka?

電話 Denwa 電気 Denki

ガス Gasu 水道 Suidou

★地震など 大きな 災害が 起きると、電話が とても 掛かりにくくなります。

NTTの 災害用伝言サービスは 簡単に 録音や 再生が できます。

録音→171+1+電話番号+メッセージ録音

再生→171+2+電話番号+メッセージ再生

