

が い こ く じ ん じ ゅ う み ん
外国人住民のための
ぼう さい
防災ハンドブック

し ぜ ん さい が い そ な
自然災害に備えて

じ ぶ ん す し ちょうそん
自分の住んでいる市町村に
いろ
色をつけましょう



はじめに

雨がたくさん降ったり、地震が起きたりして、被害を受けることを「災害」といいます。そして、その被害を受けないようにしたり、小さくしたりすることが「防災」です。

日本は災害が多いです。島根でも起きています。災害にはいろいろな種類があります。種類や大きさ、その場所の地形などによって自分を守る方法が違います。

災害はいつ起きるかわかりません。自分や家族を守るため、被害を小さくするために、災害や防災のこと、日本の暮らしや自分のまちのこと、そして緊急のときの日本語を知っておくことが大切です。

このハンドブックには、日頃から準備しておくことや、災害の種類、災害のときにどうしたらよいのかなどが書いてあります。災害が起きたとき、まずは「自分のことは、自分で守る」です。このハンドブックを参考にして、災害に強くなって、命を守るために家族や知り合いと災害について考えてみてください。

また、災害が起きたときは助け合いも大切です。自分が住んでいる近くの人と日頃からつながりを持ちましょう。災害が起きたときには、助け合って、みんなで命や生活を守りましょう。

もくじ

はじめに

緊急のときの日本語と連絡の方法 3

日本・島根県について 4

自然災害 5

台風 大雨 土砂災害 地震 津波

災害に備えて 11

1. ハザードマップで確認
2. 避難所（逃げるところ）
3. 避難所ってこんなところ
4. 避難するときの服装と気を付けること

5. 地域の人とのつながりと助け合い

6. 非常用品

7. 災害の情報と情報を知る方法

8. 家の中・家の周りの安全対策

9. その他

災害・防災の日本語 17

役に立つwebサイトやアプリ 18

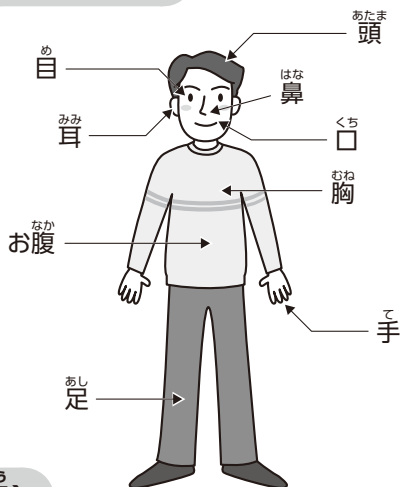
防災メモ 19

安否（無事かどうか）を確認する方法 20

緊急のときの日本語と連絡の方法

緊急のときに備えて日本語を覚えよう！

- 火事です
- 助けてください
- 救急車／消防車／警察を呼んでください
- 避難所はどこですか？
- 避難所へ連れて行ってください
- 今、何が起きていますか？
- ○○が痛いです
- けがをしました
- ここはどこですか？
- ○○○語が話せる人いますか？
- トイレ、病院、コンビニ、公衆電話



緊急のときの連絡先 (電話番号)

救急車・消防車

119

警察

110

救急車・消防車・パトカーがサイレンを鳴らして通るときは、車を道路の左によせて、道をゆずります。

公衆電話 (まちに置いてある電話) の使い方

● 救急車・消防車や警察を呼ぶとき

緊急通報ボタンがない電話

- ① 受話器をあげます
- ② 119／110を押します

緊急通報ボタンがある電話

- ① 受話器をあげます
- ② 緊急通報ボタンを押します
- ③ 119／110を押します



緊急通報ボタン

● 大きな災害のときに日本にいる人に電話をするとき (大きな災害のときは無料(ただ)で使えることがあります)

緊急通報ボタンがない電話

- ① 受話器をあげます
- ② 相手の電話番号を押します

緊急通報ボタンがある電話

- ① 受話器をあげます
- ② 硬貨 (10円または100円) かテレホンカードを入れます
- ③ 相手の電話番号を押します

※ 無料のときは、硬貨またはテレホンカードは電話を切ってから戻ってきます

しぜんさいがい 自然災害

台風

台風は雨の雲が大きくなったもので、日本の南の海でできます。日本の西～南西の方角から来て、北東へ進むことが多いです。8月から10月に来ることが多いです。雨がたくさん降って、強い風が吹きます。土砂災害や高潮（海の水の高さが高くなります。ふだん水が来ないところが水に浸かることがあります。）・高い波にも注意します。台風の中心（台風目）は雨や風はほとんどありません。しかし、その周りは雨が降り、風が吹きます。完全に通り過ぎるまで注意します。台風の強さや進み方は、テレビやインターネットなどで知ることができます。



台風が来る前の準備

- 家の周りに風で飛びそうなものがあれば、家の中などに入れます。
- 窓のカギを閉めます。
- 電気が停まることがあります。懐中電灯を準備します。

大雨

長い時間雨が降ったり、短い時間に雨がたくさん降ることがあります。雨がたくさん降ると、川の水があふれることがあります。家が水に浸かったり、流されることもあります。同じような場所に数時間でたくさん雨が降ることを「集中豪雨」といいます。同じような場所に数十分の短い時間でたくさん雨が降ることを「局地的大雨」といいます。梅雨（6月から7月頃）の終わり頃や台風のときに大雨になりやすいです。

大雨のときは、避難所に行くことが危ない場合もあります。危ないときは、建物のできるだけ高い安全な部屋へ逃げます。

台風の予想図



- ① 25m/s 以上の暴風域
- ② 15m/s 以上の強風域
- ③ 暴風警戒域
- ④ 予報円

(気象庁HPより)



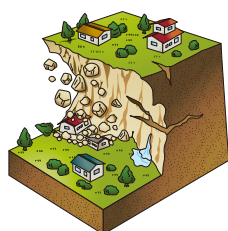
どしゃさいがい 土砂災害

おおあめ じしん などにより、よわくなった
斜面の土砂が崩れることがあります。
どしゃさいがい くず 土砂災害には、がけ崩れ、土石流、地滑り



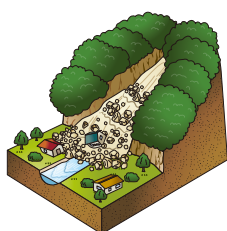
りがあります。土砂災害は、前ぶれがあるときがあります。前ぶれでは、崖にひびが入ったり、崖から小石が落ちてきたり、川の水がにごったり、地面にひび割れができたりします。雨がたくさん降ったり、前ぶれがあるときは、山や崖に近づかないようにしましょう。

がけくず
崩れ



がけ とつぜんくず お
崖が突然崩れ落ちます

どせきりゅう
土石流



どしや たいりゅう なが
土砂が大量の水といっしょに川を流れます

じすべ
地滑り



しゃめん つつ すべ
斜面を土や砂がゆっくり滑り落ちます

どしゃさいがい おおあめ けいかい ひなん に 土砂災害・大雨のときの警戒レベルと避難（逃げること）について

警戒レベル	すること	避難の情報
1	あたらしい じょうほう ちゅうい 新しい情報に注意する	
2	ひなんほうほう かくにん 避難方法を確認する	
3	ひなんじゅんび 避難準備をする こうれいしゃ からだ ふじゆう ひと 高齢者や身体の不自由な人など避難に時間がかかる人は 避難する	ひなんじゅんび こうれいしゃとうひなんかいし 「避難準備・高齢者等避難開始」 (p17を見てください)
4	ぜんいんひなん 全員避難 はや ひなんじょ ちか あんぜん 早く避難所または近くの安全 なところへ避難する	ひなんしじ きんきゅう ひなんかんこく 「避難指示（緊急）」・「避難勧告」 (p17を見てください)
5	いのち まも 命を守って	さいがいほっせいじょうほう 「災害発生情報」

* 警戒レベル4が出たら、全員避難をしましょう。

避難所までの道がすでに危なくなっていて、そこを通ると命に危険があると自分で判断したときには、近くの安全な場所・建物や、建物のできるだけ高い部屋、崖から離れた部屋など安全なところへ逃げましょう。

地震

地面が揺れます。大きな地震では立っていることもできません。地震が起きたら、自分のいるところ（家の中、エレベーターの中、外など）によって、自分の安全を守る方法や避難の方法が違います。大きな地震の後は、余震（一度地震が起きた後で、揺れが来ること）が何度か来ることがあります。最初の揺れより余震のほうが大きいこともあります。

地震のときにとすること

【家の中】

揺れているとき

① 自分の安全を守ります

丈夫なテーブルや机の下に体を隠します。頭を守ります。



② 急いで外に出ません

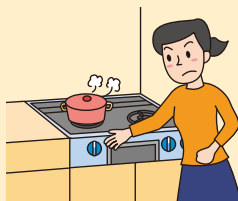
すぐに外に出ると、危ないときがあります。物が落ちてくるかもしれません。



揺れが止まってから

③ ガスの元栓を閉めます

火を使っていたら消します。

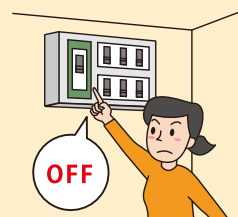


④ 戸や窓を開けて、逃げるための出口を作ります

地震で建物のドアが開かなくなることがあるので注意します。



⑤ 避難するときは、家を出る前に電気のブレーカーを切ります



【エレベーターの中】

- 全部の階のボタンを押します。止まった階で降ります。ドアが開かないときには、非常ボタンを押します。



【人がたくさん集まる建物の中】

- あわてて出口に行くとパニックになって危ないです。係の人の指示に従って行動します。



【外にいます】

- 狭い道、塀の近く、崖、川には近づきません。塀が倒れたり、窓ガラスや看板などが落ちてくるときがあります。頭を守って安全な建物や広いところに逃げます。崖が崩れそうなところからは、すぐに離れます。海の近くにいるときは津波（p10を見てください）が来ることがあるので、高いところに逃げます。



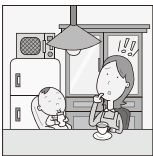
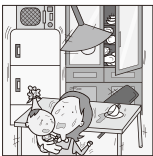
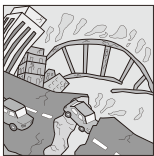
【車を運転しているとき】

- 車を道の「左」によせて停めます。道の真ん中には停めません。車のドアのカギは閉めないで、カギを車の中に置いておきます。



しんどう 震度と揺れの様子

しんどう 震度はその場所の地面の揺れの大きさです。

しんどう 震度 0	ゆ 揺れを感じません。	
しんどう 震度 1	室内にいますとき、小さな揺れを感じる人がいます。	
しんどう 震度 2	室内にいますとき、揺れを感じる人が多いです。吊り下がったものが少し揺れます。	
しんどう 震度 3	室内にいますとき、ほとんどの人が揺れを感じます。食器が音を立てることがあります。	
しんどう 震度 4	不安定な置物が倒れることがあります。吊り下げたものが大きく揺れます。	
しんどう 震度 5弱	不安定な家具が倒れたり、食器や本が落ちたり、塀が崩れることがあります。	
しんどう 震度 5強	重い家具が倒れることがあります。車の運転は難しいです。	
しんどう 震度 6弱	立っていることができません。建物の壁や窓ガラスが壊れます。固定していない家具の多くが移動します。	
しんどう 震度 6強	這わないと動くことができません。壊れる家があります。	
しんどう 震度 7	動くことができません。もっとたくさんの家が壊れます。道路も壊れます。	

*大きな揺れが起きそうときには、地震を予想してテレビ・ラジオなどで「緊急地震速報」が流れます。携帯電話では、「エリアメール」（緊急速報メール）がその地域周辺にいる人に自動的に届きます。この後、数秒から数十秒後に地震が起きるかもしれません。速報があれば、すぐに自分の安全を守ります。

地震の情報の見方

〈地震のことは〉

- **マグニチュード**…地震の大きさ
- **震度**……………揺れの大きさ
同じ地震でも、場所によって震度が違います
- **震源**……………地震が起きたもとの場所
(地面より下)
- **震央**……………震源の真上(震源から地面に向かって真っすぐ上)にある地面の場所

地震の情報(震度と震央を表した図)

×は震央、数字はその場所の震度



島根県西部を震源とした地震(平成30年)

(YAHOO! JAPAN天気・災害HPより)

津波

地震の後で津波(高い波)がくることがあります。地震が起きてからすぐに津波がくることがあります。20~30cmぐらいの津波でも、立っていることはできません。とても速い速度でくることがあります。海岸や川の近くにいるときは、すぐに高台(高いところ)へ避難しましょう。津波は何度が繰り返してやってきます。最初の津波が一番大きいとは限りません。大津波警報、津波警報、津波注意報が解除されるまで、海岸や川に近づかないようにしましょう。島根から離れたところで地震が起きても、島根に津波がくることがあります。



益田市



平成23年(2011年) 東北地方太平洋沖地震(東日本大震災)、宮城県石巻市

海に近いところには、海抜(海からの高さ)がわかる標識があります。高さの確認をしましょう。

さいがい そな 災害に備えて

1. ハザードマップで確認

ハザードマップは大雨のときに崖が崩れそうなところ、川の水が増えて危なくなりそう
なところ、地震のときに津波が来そうなところ、避難所（逃げるところ）などがわかる地図
です。市町村が作っていて、役場でもらえます。市町村のホームページで見えることもでき
ます。

【ハザードマップの見方】

ハザードマップを見て、まず自分が住んでいるところ、働いているところなどを確認しま
す。その近くの危険な場所や避難所を確認しましょう。どこを通過して避難所へ行くか、行
く途中に川や崖など危険なところがないか、安全な行き方を調べましょう。災害が起きて
いないときに歩いて行ってみましょう。家族で避難方法、集合場所や連絡方法を決めてお
きましょう。近くの病院・コンビニ・公衆電話の場所も確認しておきます。

⇒「作ってみよう！シート」(<https://www.sic-info.org/support/prepare-disaster/handbook/>) で確認！

2. 避難所（逃げるところ）

避難所とは、災害が起きそうなきや災害が起きたときに逃げるところです。例えば学校
や公民館などです。避難所は市町村が決めています。「ハザードマップ」などで知ることが
できます。危険だと感じたときや、市町村から避難の情報が出たとき（p6、p17）には、
避難所に行きましょう。また、自分の住んでいる家が壊れたりして、住むことが難しくなっ
たときに、一時的に避難所で生活をすることができます。

避難所は災害の種類によって違うことがあります。例えば地震のときと大雨のときでは、
避難所が違うことがあります。

ハザードマップなどで使っている避難所の記号



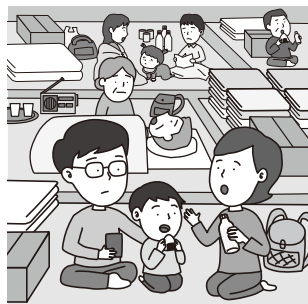
避難所の看板例



3. 避難所ってこんなところ

安心して使えます

- だれでも使うことができます（日本人、外国人、観光客などだれでも）。
- 食べもの、飲みものがもらえます。避難所や状況によっては、食べものや飲みものがすぐにももらえないこともあります。避難をするときには、食べものや飲みものを少し持って行きましょう。
- 毛布（場所によってはないところもあります。）、寝るところがあります。寝るところは硬い床のときもあります。
- 無料（ただ）で使うことができます。
- 災害や生活の情報を知ることができます。



避難所の様子

気を付けることや決まりがあります（避難所のマナーとルール）

- 受付があります。受付で名前などを書きます。他の避難所が変わるときや、家に帰るときは、受付に伝えます。
- たくさんの人が一緒に過ごします。協力し合います。
- トイレはきれいに使います。ゴミはきちんと分けます。
- 食べものをもらえる時間やその量は決まっています。順番に並んで受け取ります。
- アレルギーや宗教に合う食べものがないこともあります。
- もらえるもの、使えるものは限られています。自分に必要なものは持っていきます。
- 靴をぬぐところがあります。
- 大きな声は出しません。
- 建物の中で火を使ってはいけません。
- 携帯電話を使ってもいいところが決まっています。部屋の中ではマナーモードにします。
- ペットが避難できる場所は決まっています。飼っている人が世話をします。
- 高齢者、身体の不自由な人、小さな子どもなどに親切にします。

わからないことや心配なことは、前もって確認をしましょう。

高齢者や身体の不自由な人など手助けが必要な人は避難所に相談しましょう。

4. 避難するときの服装と気を付けること

- 動きやすく安全な服と歩きやすい靴で避難します。洪水のときに長靴は危ないです。
- 危ない道は通りません。できるだけ安全な道を通ります。
- 津波から避難するときに車を使うと、道が混んで逃げ遅れることがあります。
- 大雨の中を避難するときには、車が水に浸かって動かなくなり、緊急車両が通りにくくなる場合があります。車はできるだけ使わないようにしましょう。もし使うときは、水が少ない場所を選びながら、ゆっくりと高いところへ避難しましょう。
- 周りに気を付けて避難します。地震のときはガラスや危ないものが落ちているかもしれません。大雨のときは地面に穴や溝があるかもしれません。夜の避難や大雨のときは、長い棒で安全を確認しながら歩きます。
- 早めに避難します。できるだけ明るいうちに避難します。暗くなってからの避難は、周りの様子がわかりにくいです。

避難するときの服装

地震のとき

ヘルメットなどで
頭を守ります

荷物
リュックサックに
入れて背負います

手袋をします

長袖・長ズボン
を着ます

底の厚い靴を
はきます

燃えにくい服
を着ます



大雨のとき

傘は使いません
カッパ(レインコート)
を着ます

荷物は
リュックサックに
入れて背負います

手袋をします

長い棒で
安全確認を
しながら
歩きます

洪水のときは
運動靴をはきます



5. 地域のひととのつながりと助け合い

災害が起きたときは助け合いが大切です。子どもや高齢者・身体の不自由な人、助けが必要な人がいたら、助けます。ふだんから近所の人とつながりをもって、困ったときは助け合ひましょう。

- ふだんから近所の人にあいさつをしたり、近所や地域のひとと交流をしましょう。
- 地域の行事に参加しましょう。
- 地域の防災訓練に参加しましょう。

6. 非常用品（災害に備えて準備しておくもの）

非常用品には、①避難するときに持ち出す「非常持ち出し品」と②電気・ガス・水道が止まったときに何日か生活ができるように蓄えておく「非常備蓄品」があります。

非常用品は時々確認をします。食べものや飲みものは期限があります。期限が切れないように、時々食べて、試して、新しいものにかえましょう。

非常用品は、寝袋やアルミシート、ランタンなどアウトドア用品が役に立つことがあります。

① 非常持ち出し品

避難するときに、すぐ持ち出せるように、リュックサックなどに入れて準備しておきます。

最低限必要なものにして、準備したものを背負って歩いてみてください。重さを確認しましょう。

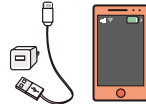
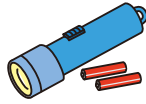
▼ 食品

 ☐ 水	 ☐ 食べもの	 ☐ タオル、ティッシュ	 ☐ 洋服
---	--	---	--

▼ 生活用品

 ☐ 銀行などの通帳 ☐ 印鑑	 ☐ パスポートや在留カードなど	 ☐ 健康保険証のコピー	 ☐ 現金（10円玉または100円玉は公衆電話に使えます）
---	---	---	---

▼ その他

 ☐ 携帯電話と充電器	 ☐ 懐中電灯、予備の電池	 ☐ 携帯ラジオ	 ☐ いつもの飲んでいる薬	 ☐ 救急用品
---	--	---	--	---

▼^{ほか}その他（他に自分が必要なものを書いてみましょう）

☐	☐	☐	☐	☐
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

② ^{ひじょうびちくひん}非常備蓄品（^{みず}水や^た食べものなど^{みっかぶんいじょう}3日分以上）

▼^{しょくひん}食品

▼^{ほか}その他

 ☐ ^{みず} 水（ひとり1日3リットルぐらい）	 ☐ ^た 食べもの	 ☐ カセットコンロ、予備のガスボンベ	 ☐ スコップ、バール	 ☐ いつも飲んでいる薬
--	---	--	--	--

▼^{ほか}その他（他に自分が必要なものを書いてみましょう）

☐	☐	☐	☐	☐
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

③ ^{ほか}その他

^{ひつよう}必要な非常用品は、^{ひとり}一人ひとり^{ちが}違います。

^{じぶん}自分や^{かぞく}家族が^{ひつよう}必要なものを^{じゅんび}準備しておきます。

例 ^{にゅうようじ}乳幼児の場合：^{こな}粉ミルク、^{ほにゅうびん}哺乳瓶、^{りにようしょく}おむつ、^{りにようしょく}離乳食 など

^{にんぶ}妊婦の場合：^{ぶんべんじゅんびひん}分娩準備品、^{ようひん}スキンケア用品 など

^{かいご}介護が必要な人の場合：^{おむつ}おむつ など

☐	☐	☐	☐	☐
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

^{ほか}他に自分が必要なものを書いてみましょう

7. 災害の情報と情報を知る方法

災害情報はほとんどが日本語です。災害のときに使う日本語を知っておきましょう。

(p17を見てください)

災害のときは間違ったうわさが流れたり、情報が混乱します。テレビやラジオ、インターネットなどで正しく、新しい情報を知ってください。また地域で外にあるスピーカー「防災行政無線」で緊急の情報が放送されることもあります。

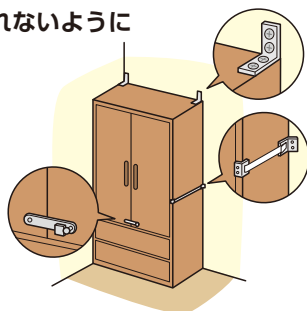
ふだんから災害情報や多言語での生活情報・地域の情報を知る方法を確認したり、利用しましょう。

(p18を見てください)

8. 家の中・家の周りの安全対策

災害に備えて、ふだんから家の中・家の周りの安全を確認しておきましょう。

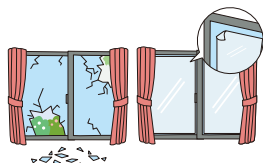
① 家具が倒れないように とめます



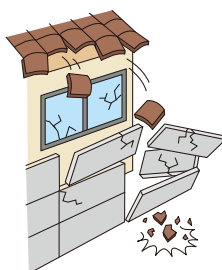
② 廊下や出入り口に物を置きません →逃げる道を作っておきます



③ 窓ガラスに飛散防止フィルムを貼ります →割れたガラスが飛び 散るのを防ぎます



④ 屋根や塀が壊れていないか確認します



9. その他

建物のこのマークがあるところは、非常口です。緊急のときにはこのマークのドアから逃げましょう。



非常口のマーク

さいがい ぼうさい にほんご 災害・防災の日本語

たいせつ おほ
大切なことばです。覚えましょう。

～ ぼうさい じょうほう (きしょうちやう だ) ～ 防災の情報 (気象庁が出します) ～	
ちゅういほう 注意報	さいがい お ちゅうい 災害が起きるかもしれません。注意してください。 「大雨注意報」(雨がたくさん降るかもしれません。注意してください)、「洪水注意報」 のように使います。
けいほう 警報	おお さいがい お けいかい 大きな災害が起きるかもしれません。警戒してください。 「大雨警報」(とてもたくさんの雨が降ります。大きな災害が起きるかもしれません)、「 洪水警報」のように使います。
とくべつけいほう 特別警報	とお さいがい お けいかい とても大きな災害が起きそうです。警戒してください。数十年に1回起きるような 大きな災害です。 「大雨特別警報」、「大雪特別警報」のように使います。

～ ひなん じょうほう (しちやうそんちやう だ) ～ 避難の情報 (市町村長が出します) ～	
ひなんじゅんび 避難準備・ こうれいしゃとうひなんかいし 高齢者等避難開始	さいがい お に じゅんび こうれいしゃ からだ じゆう 災害が起きるかもしれません。逃げる準備をしてください。高齢者や身体の不自由 な人など避難に時間がかかる人は逃げてください。
ひなんかんこく 避難勧告	さいがい お かのうせい たか 災害が起きる可能性が高くなりました。逃げてください。※
ひなんしじ 避難指示 (緊急)	さいがい お かのうせい たか 災害が起きる可能性がとて高くなりました。すぐに逃げてください。※
さいがいはいっせいじょうほう 災害発生情報	さいがい お いのち まも いちばん ほうほう すでに災害が起きています。命を守るために一番よい方法をとってください。

※避難所へいきます。避難所までの道がすでに危なくなっていて、そこを通ると命に危険があると自分で判断したときには、近くの安全な場所・建物や、建物のできるだけ高い部屋、崖から離れた部屋など安全なところへ逃げましょう。(p6を見てください)

～ かぜ あめ じしん ～ 風、雨、地震などについて ～	
ふうそく 風速	かぜ はや ふつうはm/sの単位
さいだいいしゅんかんふうそく 最大瞬間風速	じかんない もっと つよ ふ かぜ ある時間内に、最も強く吹く風
きやうふういき 強風域	いじよう かぜ ふ かのうせい はんい 15m/s以上の風が吹いている (吹く可能性がある) 範囲
ぼうふういき 暴風域	へいせん いじよう かぜ ふ かのうせい はんい 平均で25m/s以上の風が吹いている (吹く可能性がある) 範囲
ぼうふうう 暴風雨	つよ かぜ ふ あめ ふ 強い風が吹いて、雨が降ること
らいう 雷雨	かみなり な あめ ふ 雷 が鳴って、雨が降ること
こうすい 洪水	おおあめ ゆき と かわ みず りやう おお ふ お さいがい 大雨や雪が解けたために、川の水の量がいつもより、大きく増えて起こる災害
しんすい 浸水	たてもの みず つ ゆかうえしんすい たてもの ゆか うえ みず つ 建物などが水に浸かること。「床上浸水」(建物の床の上まで水に浸かること)のよう に使います。
はんかい 半壊	たてもの はんがく ことわ 建物の半分くらいが壊れること
ぜんかい 全壊	たてもの ほとんがく ことわ 建物のほとんどが壊れること

やく た 役に立つwebサイトやアプリ

Webサイト

しまね防災情報 (日本語、タガログ語、ポルトガル語、英語、韓国語、中国語(簡体)) 【島根県】

しまねけん さいがい てんこう じょうほう
島根県の災害・天候の情報

<https://www.bousai-shimane.jp/>



アプリ

Safety tips (14か国語) 【観光庁】

がいこくじんりょこうしゃ ぬ さいがいじじょうほう
外国人旅行者向け災害時情報アプリ

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

iPhone <https://itunes.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174?mt=8>



Android



iPhone

Voice Tra (ボイストラ) (31言語) 【国立研究開発法人情報通信研究機構 NICT】

たげん ごおんせいほんやく
多言語音声翻訳アプリ

Android <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.go.nict.voicetra>

iPhone <https://itunes.apple.com/jp/app/id581137577?mt=8>



Android



iPhone

その他の役立つホームページやアプリなどは、しまね国際センターのホームページに掲載しています。

しまね国際センター 災害への備え を検索 または 下のQRコードから！



にほんご
日本語



えいご
英語



ちゅうごくご
中国語



タガログ語



ポルトガル語



ベトナム語

ぼうさい 防災メモ

なまえ		
こくせき 国籍		
けつえきがた 血液型		
アレルギー		
いつも飲んでいる薬		
ばんごう ざいりゅう ばんごう パスポート番号・在留カード番号など		
にほん じゅうしょ 日本の住所		
でんわばんごう 電話番号		
いっしょ す ひと なまえ 一緒に住んでいる人の名前		
しよくば けんしゅうさき 職場・研修先・ がっこう 学校など	なまえ	
	じゅうしょ 住所	
	でんわ 電話	
にほん し あ 日本の知り合いの れんらくさき 連絡先	なまえ	
	じゅうしょ 住所	
	でんわ 電話	
かいがい れんらくさき 海外の連絡先	なまえ	
	でんわ 電話	
しゅつにゅうこくざいりゅうかんりきよく 出入国在留管理局		
たいしかん りょうじかん 大使館・領事館		

しやくしょ やくば 市役所や役場	
ガス	
でんき 電気	
すいどう 水道	
れんらくさき その他の連絡先	

かぞく しゅうごうばしょ 家族の集合場所	
-------------------------	--

かぞく れんらくほうほう き
家族で連絡方法を決めておきましょう

安否(無事かどうか)を確認する方法

災害が起きると電話がつながりにくなります。家族や知り合いと安否を確認し合うために、SNSの利用やその他の方法を何種類か決めておくといいです。

さいがいようでんごん

災害用伝言ダイヤル

電話で伝言を録音して、他の人が確認できます。固定電話、携帯電話、公衆電話からかけることができます。

録音する 171 → 1 → 自分の電話番号 → 1 → 録音
聞く 171 → 2 → 確認をとりたい人の電話番号 → 1 → 再生(聞く)

さいがいようでんごんばん

災害用伝言板 (web171)

webサイトに伝言を文字で登録して、他の人が確認できます。パソコンやスマートフォン等から登録・確認ができます。

使い方 <https://www.web171.jp> → **自分の電話番号(確認をとりたい人の電話番号)**

さいがいようでんごんばん

災害用伝言板サービス

携帯電話等を使って伝言を文字で登録して、他の人が確認できます。

使い方 携帯電話の「災害用伝言板」のwebサイトに登録・確認

携帯電話会社によって、使い方が違うことがあります。

毎月1日、15日、防災週間などに「災害用伝言ダイヤル」、「災害用伝言板 (web171)」、「災害用伝言板サービス」の体験ができます。試してみましょう。

パーソンファインダー (Person Finder)

安否確認や安否情報の登録ができます。いろいろな言語で使えます。

<https://www.google.org/personfinder/japan/>

*** J-anpi (安否情報まとめて検索)** (日本語、英語、中国語(簡体語・繁体語)、韓国語)

「災害用伝言ダイヤル」、「災害用伝言板(web171)」、「災害用伝言板サービス」、「パーソンファインダー」に登録された伝言をまとめて探すことができます。

使い方 <https://anpi.jp> → **確認をとりたい人の名前または電話番号を入力します。**

がいこくじんじゅうみん

外国人住民のための防災ハンドブック

しまねけん

～島根県～

2020年3月 発行 【第3版】

発行 しまねけん かんさようせいぶ ぶんかこくさいか
 島根県 環境生活部 文化国際課
 まつえしとのまち
 松江市殿町1 TEL 0852-22-6493 FAX 0852-22-6412

監修 しまねけん ぼうさいぶ ぼうさいきかんりか
 島根県 防災部 防災危機管理課

編集 こうえきざいだんぼうじん こくさい
 公益財団法人しまね国際センター
 まつえしひがしつだちやう
 松江市東津田町369-1 TEL 0852-31-5056 FAX 0852-31-5055

作成言語 にほんご えいご ちゅうごくご ぽるとガル語 タガログ語 ベトナム語
 やさしい日本語・英語・中国語・ポルトガル語・タガログ語・ベトナム語

* この本の内容はしまね国際センターHPにも掲載しています。(ダウンロードできます)