

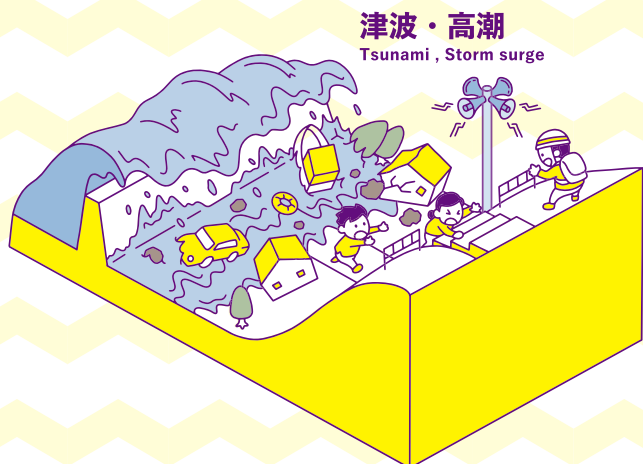


災害に備え、命を守り、暮らし続けるために



# ハザードマップ 防災ガイドブック

中文  
保存版



# 防灾指南手册

## 1 灾害时的常用语

日语汉字	罗马字	中文	日语汉字	罗马字	中文
しぜんさいがい 自然灾害	Shizen Saigai	自然灾害	ちゅういほう 注意報	Chūihō	注意報
じしん 地震	Jishin	地震	けいほう 警報	Keihō	警報
つなみ 津波	Tsunami	海啸	とくべつけいほう 特別警報	Tokubetsukeihō	特别警報
たいふう 台風	Taifū	台风	きんきゅうじしんそくほう 緊急地震速報	Kinkyū Jishin Sokuhō	紧急地震警報
あめ 雨	Ame	雨	ひなん しじ 避難指示	Hinan Shiji	避难指示
ごうう 豪雨	Gōu	暴雨	きんきゅうひなん 緊急避難	Kinkyū Hinan	紧急避难
ひがいそうてい 被害想定	Higai Sōtei	受灾预估	ひなんじよ 避難所	Hinanjo	避难所

## 2 收集信息

发生地震、台风、暴雨时，请通过电视、广播、官网收集信息。

名古屋国际中心 (NIC)	电话服务	名古屋灾害风险地图 防灾指南手册
<p>NIC 官方网站</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• 您可以用外语进行咨询。 电话：052-581-0100</li> <li>→ 英语、中文、韩语、西班牙语、葡萄牙语、菲律宾语、通俗易懂的日语</li> <li>• 用外语发布避难信息。</li> </ul>	<p>可以通过电话收听防灾广播。</p>  <p>发出了避难指示</p> <p>Alert Level 4 Evacuation Order</p> <p>日语：0180-995-926 英语：052-957-9260 中文：052-957-9261 韩语：052-957-9262</p>	<p>该地图有助于您了解危险区域与避难场所（逃生躲避的地方）。</p>   <p>名古屋灾害风险地图 防灾指南手册</p>
<p>NIC 避难信息</p>  <p>NIC 避难信息</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• 在 Facebook 上也会发布信息。</li> </ul>	<p><b>Safety tips</b></p> <p>发生灾害时，也可以用日语以外的语言浏览紧急信息。</p> <p>有英语、中文、韩语、西班牙语、葡萄牙语等 14 种语言。</p>   	<p>名古屋市防灾 APP (应用程序)</p> <p>可以使用智能手机浏览上述地图。可以用英语、中文浏览。可以免费下载。</p>    

### 3 地震

日本是一个多地震国家。请大家要牢记地震时应如何行动，以及做好地震前的准备工作。

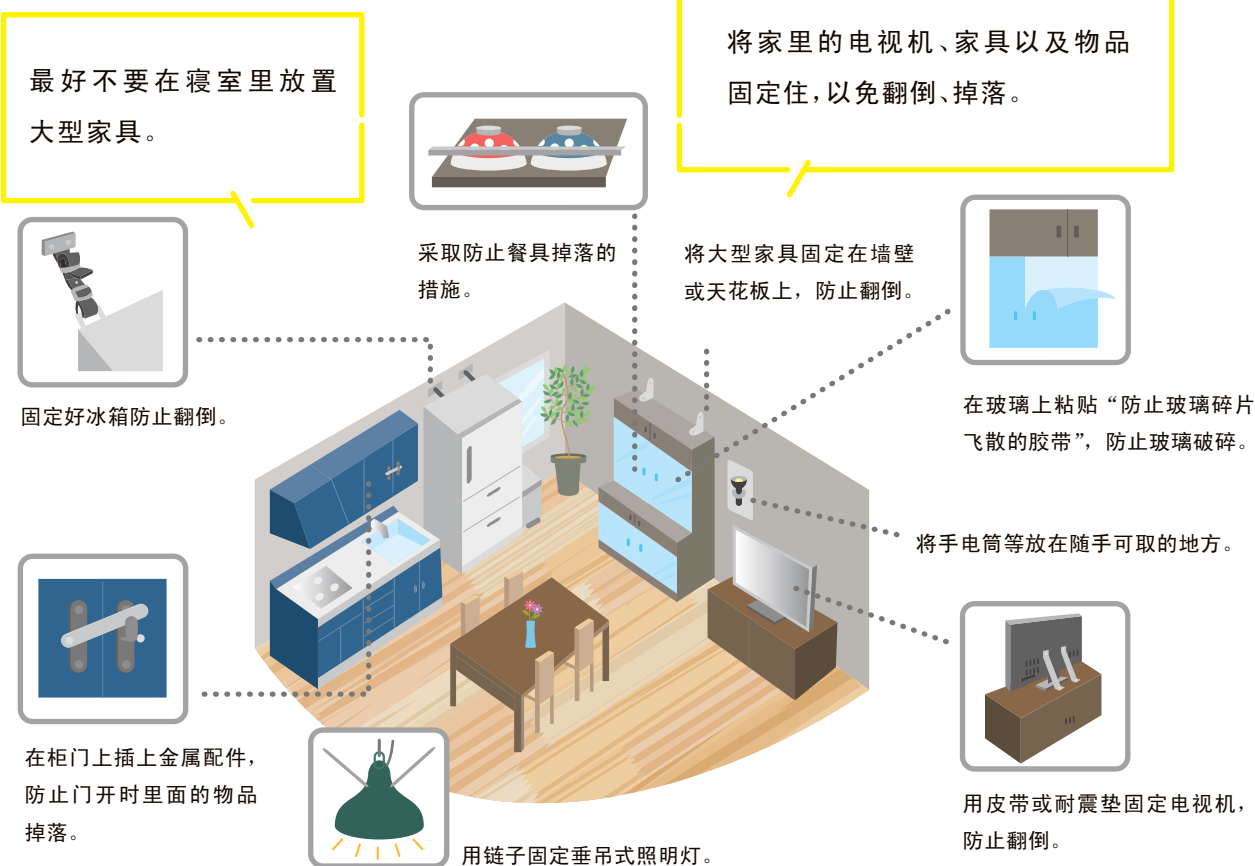


#### 发生晃动时马上躲避 (ShakeOut) !

发生地震时，马上实施3个行动 (ShakeOut)。



#### 在家里时



#### 紧急地震速报

地震快要发生之前，相关部门会通过电视和电子邮件等通知您“地震就要来了”。

看到通知后，请立即躲到桌子等下面，保护好头部和身体。

## 4 风水灾害

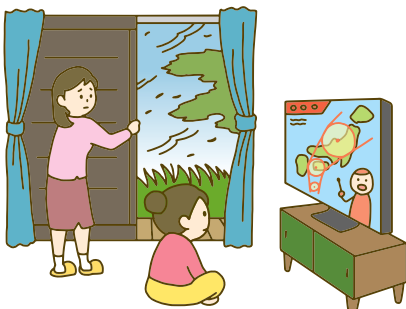





指强风或大雨等造成的灾害。6 月到 10 月是多雨季节，台风也多。在短时间内会下很多雨。请大家要牢记大雨和强风时应如何行动，以及做好发生台风和暴雨前的准备工作。

- 什么时候会有台风、什么时候会变成大雨和强风，请收看电视或收音机的天气新闻。

如果下大雨时，请浏览气象厅主页。

可以用英语、中文等浏览警报的危险分布图 (KIKIKURU)。

可以从中了解到有很多的危险。

什么时候使用?	浏览什么地方?	浏览什么?
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 发布警报时</li> <li>• 下暴雨时</li> </ul>  <p>KIKIKURU </p>	<p>警报的危险分布图: 土石流</p>  <p>警报的危险分布图: 水灾</p>  <p>警报的危险分布图: 洪水</p> 	<p><b>警戒 (红色):</b> 请老年人、孩子以及逃离需要时间的人马上逃离。</p> <p><b>危险 (紫色):</b> 请大家马上逃离。</p> <p><b>灾害逼近 (黑色):</b> 请保护好自己的生命安全。</p> <p>发出了紫色警报! 请赶快逃离!</p> 

- 确认是否需要马上逃离，请收看电视或收音机的天气新闻。

[避难信息]

**老年人等进行避难**

发布“灾害快要发生，请做好逃离准备”的通知。  
老年人、孩子以及逃离需要时间的人马上逃离。

**避难指示**

发布“重大灾害快要发生，非常危险。请立即逃离”的通知。  
请大家立即逃往安全的地方避难。

**紧急安全措施**

发布“附近灾害发生”的通知。  
请保护好自己的生命安全。请逃往自己的家或附近住宅的高层房间等避难。  
外出危险时，请待在家中。

- 请收拾好室外的物品，否则会被强风刮跑。  
贵重的物品放在室内高处。

## 5 避难时的注意事项

- 待在家中有危险时，请到公园或高楼等安全的地方避难。
- 不要开车，请步行逃离。
- 任何人都可以前往避难所避难。您可以在避难所得到食物、水，以及了解有关灾害的信息。
- 发生灾害时，中小学校等都是避难所。请事先调查好自己家附近的指定紧急避难场所和指定避难所位于何处。事先和家人商量好发生灾害时去哪个避难场所避难。

指定紧急避难场所	指定避难所
 <p>为了保护自己的生命安全，最初逃离灾害危险进行避难的场所</p> <p>[ 避难场所（逃离躲避的地方）的指示牌 ]</p>  <ul style="list-style-type: none"><li>• 发生地震、火灾时，请到空旷的场所避难</li><li>• 发生海啸、洪水等时，请到高处（学校的屋顶、高楼）避难</li></ul>	 <p>地震、海啸、洪水等危险因素趋于稳定后，用于因灾害房屋损坏而无法回家时暂时在此生活的场所</p> 



### 确保安全逃离须知

#### 在家里以外时须知

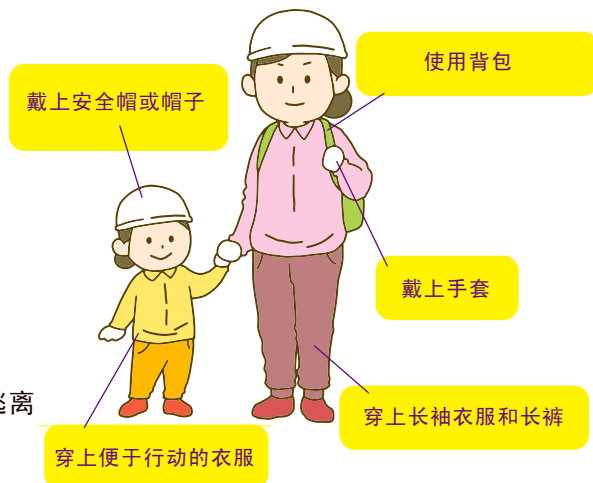
- 覆盖好肌肤
- 下雨时穿上雨衣
- 不要穿长靴

#### 在家中时须知

- 切断断路器
- 关闭煤气和自来水总开关

#### 大家一起逃离

- 与自己身边的人一起逃离

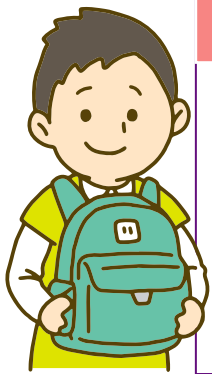


## 6 请事先备好食物和水

发生灾害时，可能会发生断电、断煤气、断水的情况。电车和公共汽车也会停止运行。

为了保证7天内无需购买也能生存，请在家中备好足够的食物和水。

请事先将3天的避难所需的食物和水整理好放进包（背包）里。



### 携带 指随身携带的物品

灾害什么时候发生不得而知。在要去的地方发生灾害时所必需的物品。

最重要的是要随身携带。

### 带出 指逃离时必需带出的物品

请与家里人商量好逃离时必需带出的物品。

例如，护照、经常喝的药。

请备好 3 天左右的食物和水。



### 储备 指平时备好的物品

可能会断电、断水、断煤气。

请备好 7 天左右的食物和水。



## 基本品目

项目		携带	带出	储备	备注
饮 食 料	食物	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	可以马上吃的食物 (面包、饼干)
	饮料	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
防 寒	一次性怀炉	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
	保暖的上衣	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
贵 重 品	钥匙	<input type="radio"/>			护照(身份证)等 贵重品
	现金	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	手机	<input type="radio"/>			
	身份证(复印件等)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
药 和 受 伤 时 的 急 救 用 品	急救用品一套	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		受伤时使用的物品 (创可贴、消毒液)
	常备药、药物手册	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	简易厕所	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	口罩、消毒液	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	湿纸巾		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	纸巾、卫生纸	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	拔毛镊子		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
其 它	头盔等		<input type="radio"/>		
	防盗品、口哨	<input type="radio"/>			

项目		携带	带出	储备	备注
身 上 穿 戴 用 品	手套		<input type="radio"/>		下雨时穿上雨衣。 寒冷时也可穿上它用于 防寒保暖。
	头灯、手电筒	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	便于行动的衣服和鞋子		<input type="radio"/>		
	雨衣	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
常 用 物 品	收音机	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
	电池		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	记录本、笔	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>		
	充电宝	<input type="radio"/>			
	油性笔		<input type="radio"/>		
	毛巾		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	塑料袋	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	塑料铺垫		<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
	小刀类		<input type="radio"/>		
	打火机(火柴)		<input type="radio"/>		
	绳子(10米)		<input type="radio"/>		
布胶带		<input type="radio"/>			

“○”为示例。请备好家族必需的物品和所需的数量。