



さいがい そな いのち まも く つづ
災害に備え、命を守り、暮らし続けるために

なごや

ハザードマップ
防災ガイドブック

「やさしい」
にほんご
日本語
ほぞんばん
保存版



ぼうさいがいとぶっく 防災ガイドブック

1 さいがい つか ことば 災害のときによく使う言葉

かんじ 漢字	ろーまじ ローマ字	English	かんじ 漢字	ろーまじ ローマ字	English
しぜんさいがい 自然災害	Shizen Saigai	Natural Disaster	ちゅういほう 注意報	Chūihō	Advisory
じしん 地震	Jishin	Earthquake	けいほう 警報	Keihō	Warning
つなみ 津波	Tsunami	Tsunami	とくべつけいほう 特別警報	Tokubetsukeihō	Emergency Warning
たいふう 台風	Taifū	Typhoon	きんきゅうじしんそくほう 緊急地震速報	Kinkyū Jishin Sokuhō	Earthquake Early Warning
あめ 雨	Ame	Rain	ひなん しじ 避難指示	Hinan Shiji	Evacuation Instruction
ごうう 豪雨	Gōu	Heavy Rain	きんきゅうひなん 緊急避難	Kinkyū Hinan	Emergency Evacuation
ひがいそうてい 被害想定	Higai Sōtei	Estimated Damage	ひなんじよ 避難所	Hinanjo	Shelter

2 じょうほう あつ 情報を集める

じしん たいふう ごうう
地震、台風、豪雨がきたときは、テレビやラジオ、ウェブサイト
てれび らじお うえぶさいと じょうほう あつ
で情報を集めてください。

<p>なごやくさい 名古屋国際センター (NIC) Nagoya International Center</p> <p>NIC こうしきう えぶさいと 公式ウェブサイト</p>  <p>がいこくご そうだん ・外国語で相談ができます。 Tel:052-581-0100</p> <p>えいご ちゅうごくご はんぐる すべい →英語、中国語、ハングル、ス페인 ご ぼるとがるご ふいりびの ン語、ポルトガル語、フィリピン ご にほんご 語、やさしい日本語</p> <p>ひなん じょうほう がいこくご だ ・避難の情報を外国語で出し ます。</p>	<p>てれほんさーびす テレホンサービス</p> <p>ぼうさい すぴーかー 防災スピーカーのことばを でんわ 電話できくことができます。</p> <p>ひなんしじ はつれい 避難指示が発令されました</p>  <p>Alert Level 4 Evacuation Instruction</p> <p>にほんご 日本語：0180-995-926 えいご 英語：052-957-9260 ちゅうごくご 中国語：052-957-9261 かんこくご 韓国語：052-957-9262</p>	<p>はざーどまっぷ ぼうさいがいとぶっく なごやハザードマップ防災ガイドブック</p> <p>あぶ ひなんばしよ に 危ないところ、避難場所(逃げ るところ)がわかる地図です。</p>   <p>なごやハザードマップ防災ガイドブック</p>
<p>NIC ひなんじょうほう</p>  <p>NIC ひなんじょうほう</p>  <p>・facebookでも情報を出し ています。</p>	<p>Safety Tips</p> <p>さいがい とき きんきゅう じょうほう にほん 災害の時に、緊急の情報が日本 ごいがい み 語以外で見ることができます。</p> <p>えいご ちゅうごくご はんぐる すべい じんご 英語、中国語、ハングル、スペイン語、 ぼるとがるご げんご ポルトガル語など 14 言語</p>   	<p>なごやしぼうさい 名古屋市防災アプリ</p> <p>うえ まっぷ すまーとふおん 上のマップをスマートフォンで み 見ることができます。</p> <p>えいご ちゅうごくご 英語、中国語でも見ることが できます。無料でダウンロード できます。</p>     <p>名古屋 防災アプリ</p>

3 地震

日本は地震が多い国です。地震の時にすること、地震への準備を覚えてください。



揺れたらすぐにシェイクアウト！

地震が発生したら、すぐに3つの行動(シェイクアウト)をしてください。

シェイクアウト

まず低く

頭を守り

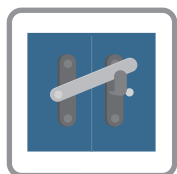
動かない

家の中

寝る部屋には大きい家具をおかないようにします。



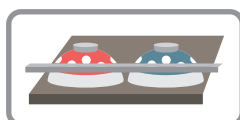
冷蔵庫が倒れないように固定する。



ドアが開いて中のものが落ちないように、ドアに金具をつける。



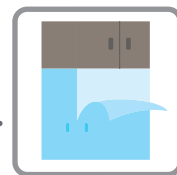
吊り下げ式の照明はチェーンで固定する。



食器が落ちないようにする。

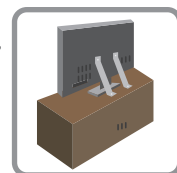
家の中のテレビや家具が倒れないようにします。ものが落ちないようにします。

大きな家具が倒れないように壁や天井に固定する。



ガラスが割れないように「飛散防止フィルム」を貼る。

懐中電灯などは手の届くところに置く。



テレビが倒れないようにベルトや耐震マットで固定する。



緊急地震速報

地震がおきる少し前に、テレビやメールなどで「地震がきます」と知らせます。

この知らせに気づいたら、机の下に隠れるなど、頭や体を守ってください。

4 風水害

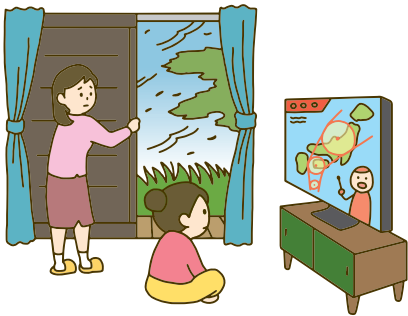
ふう すい がい
 つよ かぜ あめ さいがい い がつ がつ あめ ふ たいふう
 強い風や雨などでおきる災害のことを言います。6月から10月は雨がたくさん降ります。台風もたくさんきます。みじかい時間にたくさん雨がふります。雨や風が強い時にすること、台風や豪雨への準備を覚えてください。

● 台風がいつくるのか、雨や風がいつ強くなるのか、テレビやラジオでニュースをきいてください。

たくさん雨が降った時は気象庁ホームページをみます。
 英語や中国語などで、キキクルをみることができます。
 危険がたくさんあるかわかります。

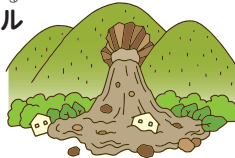
いつ使う? どこをみる? なに何をみる?

- けいほう はつぴよう
・ 警報が発表されたとき
- つよ あめ ふ
・ 強い雨が降ってきたとき

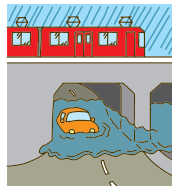


ききくる
キキクル

どしゃききくる
土砂キキクル



しんすいききくる
浸水キキクル



こうずいききくる
洪水キキクル



けいかい あか
警戒(赤):
としよ こ に
お年寄りや子ども、逃げるのに時間かかる人はすぐに逃げる。

きけん むらさき に
危険(紫): みんな、逃げる。

さいがいせつぱく くる いのち まも
災害切迫(黒): 命を守る。

むらさき
紫が出てる!
はや に
早く逃げるよ!



● すぐに逃げるのか、テレビやラジオでニュースをきいてください。

ひなんじょうほう
[避難情報]

これいしゃとう 高齢者等 ひなん 避難	さいがい に 「災害が おきるので 逃げるじゅんびを してください」という知らせです。 としよ こ に じかん ひと に お年寄りや子ども、逃げるのに時間がかかる人は逃げてください。
ひなんしじ 避難指示	おお さいがい あぶ に 「大きい災害で とても危ないです。 すぐ逃げてください」という知らせです。みんな、安全な場所にすぐ逃げてください。
きんきゅうあんぜん 緊急安全 かくほ 確保	ちか さいがい 「近くで 災害が おきています」という知らせです。 いのち まも いえ ちか いえ たか に 命を守ってください。あなたの家や、近くの家の高いへやなどに逃げてください。 そと で あぶ としよ いえ なか 外に出ると危ない時は家の中にいてください。

● 強い風でもものが飛びます。家の外を片付けます。
 大切なものは、高いところにおきます。

5 ひなん き 避難のときに気をつけること

- 家いえにいるのが危あぶないときは、公園こうえんや高たかいビルなどの安全あんぜんな場所へ逃にげてください。
- 車くるまに乗のらないで、歩あるいて逃にげてください。
- 避難所ひなんじょは、だれでも使つかえます。食たべものや水みずをもらったり、情じょうほう息しを知しることができます。
- 避難所ひなんじょは小しょうがっこう学校や中ちゅうがっこう学校などです。家いえの近ちかくの指していきんきゅうひなんばしよ定緊急避難場所や指してい ひなんじょ定避難所はどこにあるか調しらべてください。どいの避難場所ひなんばしよに行くか、家いえ族かぞくで決きめてください。

指定緊急避難場所

命いのちを守るため、はじめに災さいがい害きげんの危き険けんから逃にげるところ

[避難場所(逃げる場所)の看板]

- ・地震じしんや火か事のじきは広ひろい場所
- ・津波つなみや洪水こうずいなどが来くるときは高たかい場所ばしよ (学校がっこうの屋上おくじょうや高たかいビル)

指定避難所

地震じしんや津波つなみ、洪水こうずいなどの危きげん険けんが落おちつ着ついたあと、家いえがこわれて帰かえれないとき、少すこしの間あいだ生活せいかつするところ

POINT あんぜん に 安全に逃げるためにすること

家の外いえ そとにいるときにすること

- ・肌はだを隠かくす
- ・雨あめのときはレインコートれいんこーとを着きる
- ・長靴ながぐつを使つかわない

家の中いえ なかですること

みんなで逃にげる

- ・ブレーカーぶれーかーを落おとす
- ・ガスがすと水道すいどうを止とめる
- ・近ちかくの人ひとと一いっしょ緒に逃にげる

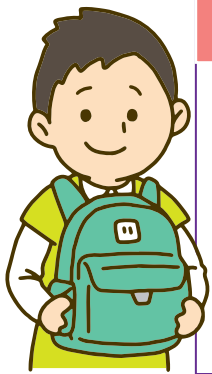


6 た みず じゅんび 食べものや水を準備してください

災さいがい害がいがおおきると、電でんき気がやガがス、水みずが止とまることがあります。電でんしゃ車しゃやバばスも止とまります。

7日か間はものかを買いわなくても生いきられるように、食たべものや水みずを家いえにおいてください。

3日か間は避難ひなんするときに持もっていくために、バばグぶ (リュックサック) にままとめてください。

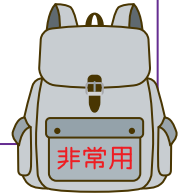


携帯 **も** **いつでも持っておくもの**

いつ災害がおきるかわかりませ
ん。外出先で災害がおこったとき
に必要なものです。
いつでも持つことが大切です。

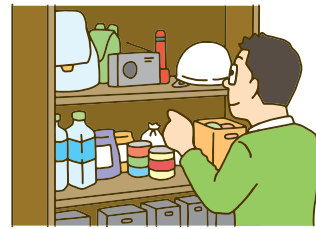
持出し **に** **逃げるときに持つもの**

逃げるときに必要なものを家族で
話してください。
例えばパスポートやいつも使っ
ている薬です。
食べものや飲みものは
3日間くらい用意します。



備蓄 **ようい** **いつでも用意しておくもの**

電気や水、ガスが止まるかもしれません。
食べものや飲みものは7日間くらい用意します。



きほんひんもく
基本品目

項目	携帯	持出し	備蓄	備考
飲みもの 食べもの	○	○	○	すぐに食べることが できるもの (パンや クッキー)
防寒	○	○		/
大切なもの	○	○	○	
薬やケガの手当て	○	○	○	けがをしたときに 使うもの (ばんそう こうや消毒するも の)
その他	○			/

項目	携帯	持出し	備蓄	備考
身につけるもの		○	○	あめが降った時はレ インコートを着ま す。 寒い時も、使いま す。
よく使うもの		○	○	/

「○」は例です。家族で必要なものと、必要な数を用意します。