

がいこくじんじゅうみん
外国人住民のための
ぼうさい
防災ガイドブック
にほんごばん
やさしい日本語版



がいこくじんじゅうみん
外国人住民のための
ぼうさい
防災ガイドブック
にほんごばん
(やさしい日本語版)

もくじ
目次

はじめに

じしん
地震

- 1 地震は どうして 怖い? 1
- 2 南海トラフ地震
(香川県で 起きる 大きい地震) 2
- 3 震度と マグニチュード 4
- 4 地震が 起きたら すぐに してください 5



たいふう おおあめ
台風・大雨

- 1 香川県の 台風と 大雨 7
- 2 注意報、警報などについて 8
- 3 台風・大雨の とき すぐに してください 9
- 4 逃げる とき 気をつけて ください 9



さいがい お まえ
災害が 起きる 前に

いま じゅんび
今から 準備しておく こと

- 1 地震のために 準備してください 10
- 2 台風・大雨のために 準備してください 11
- 3 非常持ち出し品(逃げる ときに 持って
行く物)、いつも 準備しておく物 12
- 4 避難所(逃げる ところ) を しらべて ください 13



こまったとき、知っていたら 役に立つ こと

- 1 緊急の とき 連絡する ところ 14
- 2 セーフティ・チップス 14
- 3 災害用伝言板 14
- 4 緊急速報(携帯電話に 送られてくる
災害のお知らせ) 16
- 5 災害の ときの 日本語 18
- 6 防災メモ(名前、住所、電話番号など) 19
- 7 リンク集 20

はじめに

日本は地震や台風がとても多いです。とくに地震はいつどこで起きるかわかりません。2011年3月に、東北地方で大地震と津波がありました。香川県でも大地震（南海トラフ地震）が起きるかもしれません。そして、香川県では毎年台風や大雨（集中豪雨）の被害もあります。この本をよく読んで、今から準備しましょう。

じしん 地震

1 地震はどうして怖い？

日本は地震が多い国です。地震はいつどこで起きるかわかりません。大地震の後には、どうなりますか？

【火災（火事）】



地震の後、火災が起きることがあります。建物がたくさん集まっているところでは、街全体に火災が広がる可能性があります。

【津波】



海で地震が起きた場合、津波が起きることがあります。海や川の近くにいる人は、注意してください。

【建物の倒壊】



家や建物がこわれて、人が下敷きになることがあります。

【倒れてくる物、落ちてくる物】



家具やパソコン、照明器具が倒れたり、落ちてくる可能性があります。割れたガラスを踏んではいけない可能性があります。外にいるときは、自動販売機や塀、看板などにも注意してください。

【土砂崩れ、がけ崩れ】



山の急な斜面やがけの近くにいる人は、注意してください。

- ガス・水道・電気が使えません。
- 携帯電話やインターネットを使うことができません。
- 道路はこわれて使えません。
- 電車・飛行機・バスは動きません。

2 南海トラフ地震（香川県で起きる大きい地震）

地球の表面にはいくつかのプレート（とても厚くて大きい板のような岩）があります。このプレートが動いたとき、地震や津波が起きます。

香川県はユーラシアプレートの上の四国の北東（右上）にあります。四国の南にある太平洋では、フィリピン海プレートがユーラシアプレートの下に潜り込んでいます。この2つのプレートの間に大きい溝（トラフ）があります。これが「南海トラフ」で、そこで起きる地震を「南海トラフ地震」と言います。

南海トラフ地震は90年から150年に1回起きています。次の南海トラフ地震はこれから30年以内に70%くらいの割合で起きると言われています。

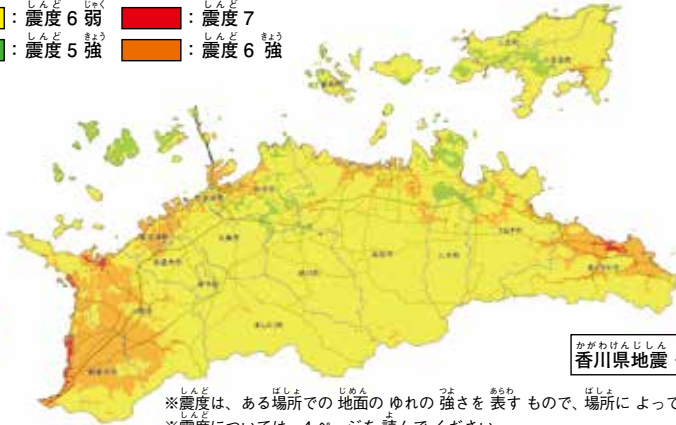


【もしも香川県で一番大きい南海トラフ地震が起きたら】

いちばん つよ しんど 一番強い震度	7	し ひと 死ぬ人	6,200 人
つなみ たか 津波の高さ	3メートルより高い	けがをする人	19,000 人
こわれる 建物	35,000 棟		

かがわけん なんかい しん お
 ・香川県で南海トラフ地震が起きたら、どれくらいゆれますか？

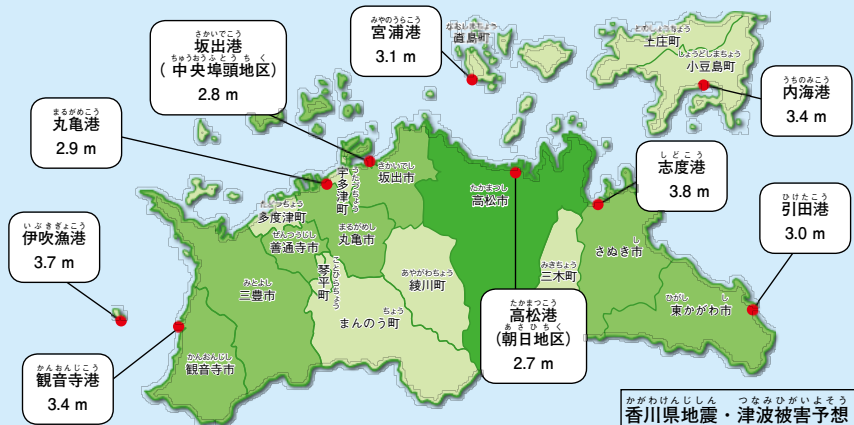
- ：震度 6 弱
- ：震度 7
- ：震度 5 強
- ：震度 6 強



かがわけんしん つなみひがいよう
 香川県地震・津波被害予想

※震度は、ある場所での地面のゆれの強さを表すもので、場所によって違います。
 ※震度については、4ページを読んでください。

かがわけん なんかい しん お たか なみ つなみ き
 ・香川県で南海トラフ地震が起きたら、どれくらい高い波(津波)が来ますか？



かがわけんしん つなみひがいよう
 香川県地震・津波被害予想

つなみ
 ・津波がくるとどうなるの？

つなみ
 津波による
 水の高さ

し ひと
 死ぬ人の
 割合

100 cm	どうやっても立えない。 たかさんの人が死ぬ。	100%
70 cm	水の力が強くなり、 健康な大人も流される。	71.1%
50 cm	何かにつかまっていないと 立えない。	4.8%
30 cm	健康な大人でも 立つのがむずかしい。	0.01%



かがわけん
 大人の
 男性の
 平均
 身長
 167.3cm



かがわけん
 小学校
 3年生
 女子の
 平均
 身長
 127.3cm

3 震度とマグニチュード

マグニチュードは「地震の大きさ」です。地震の中心（震源）でしらべます。震度は「ゆれる大きさ」です。いろいろなところでしらべます。震度1から震度7まであります。震度1は一番小さい地震です。震度7は一番大きい地震です。

マグニチュードが大きくても震源から遠いところや地面がかたいところは震度が小さいです。

震度 3	家の中で地震がわかります。歩いている人もわかる人がいます。寝ている人もわかる人がいます。
震度 4	ほとんどの人がびっくりします。歩いている人も地震がわかります。寝ている人もわかります。電気が大きくゆれて、お皿やお皿やコップの音がします。
震度 5 弱	みんな「怖い」と感じて、「物につかまりたい」と思います。窓ガラスが割れます。
震度 5 強	歩くことができません。物が倒れたり、落ちてきたりします。車にのることはむずかしいです。

震度 6 弱	立っていることがむずかしくなります。ドアがこわれて開きません。家具が倒れます。家がこわれます。
震度 6 強	立っていることができません。家の壁やタイルがこわれたり、外のブロック塀が倒れたりします。
震度 7	立っていることができません。大きい物でも倒れたり、飛んだりします。道が割れたり、山が崩れたりします。



4 地震が起きたらすぐにしてください

(1) 家にいるとき地震が起きたらどうしますか？



1 座布団やクッションを頭にのせてください。机やテーブルの下に入ってください。



2 地震が止まったら、火を消してください。



3 次にドアを開けてください。ドアがこわれたら逃げるできません。



4 逃げるときに持っていく物を準備してください。



5 すぐに外に出ないでください。まわりをよく見てください。



6 避難所など安全なところに逃げてください。

(2) 外にいるとき地震が起きたら どうしますか？



1 建物の外でいるとき

かばんなどを頭にのせてください。
看板が落ちたり、ブロック塀が倒れたり
します。いろいろな物が頭の上に落
ちてきます。



2 建物の中にいるとき

テーブルや机の下に入ってください。
かばんなどを頭にのせてください。
お店の人の話を聞いて逃げてくださ
い。



3 山や川にいるとき

山や川の近くは道が壊れるかもしれま
せん。すぐに遠いところに逃げてくださ
い。



4 海にいるとき

津波や高潮が来ます。海から遠くて、
高いところに逃げてください。



5 エレベーターの中にいるとき

ボタンをぜんぶ押してください。ドア
が開いたら、すぐに降りてください。



6 車・電車・バスに乗っているとき

車を運転している人は道の左に車を
止めて、逃げてください。電車やバスに
乗っている人は運転手の話を聞いて
逃げてください。

たいふう おおあめ
台風・大雨

かがわけん たいふう おおあめ
1 香川県の台風と大雨

たいふう まいとし がつ がつ
 台風は毎年7月から10月ぐらいにたくさん来
 ます。かがわけん なんせい ほうから くること が おお
 多いです。



たいふう き つよ かぜ あめ
 台風が来たら強い風がふきます。雨がたくさん
 降ります。そのとき どしゃさいがい どせきりゆう じ
 がげ崩れ) や 洪水、浸水、高潮が起きます。十分
 注意してください。

<p>どせきりゆう 土石流</p>	<p>じ 地すべり</p>	<p>くず 崩れ</p>
<p>やま つち いし あめ みず 山の土や石が雨の水 と いっしょに なが 流れてき ます。</p>	<p>あめ みず じめん 雨の水で地面がもっとや わらかくなって 動く きます。</p>	<p>やま くず つち いし 山が崩れて、土や石が 急に落ちてきます。</p>
<p>こうずい 洪水</p>	<p>しんすい 浸水</p>	<p>たかしお 高潮</p>
<p>あめ ふ かわ 雨がたくさん降ります。川やため 池の水がいっぱいになって、道に 水がたくさんあふれてきます。</p>	<p>いえ なか みず はい 家の中に水が入ってき ます。</p>	<p>たいふう き うみ みず 台風が来て、海の水が 高くなります。</p>

しゅうちゅうこうう
集中豪雨

さいきん みじか じかん に せまい はんい とも 強い あめ ふ
 最近、短い時間にせまい範囲でとても強い雨が降ることがあります。2018年7
 月豪雨のときは、かがわけん ちか ひろしまけん おかやまけん えびぬけん おお
 香川県の近くの広島県・岡山県・愛媛県などで大きい被害が
 出ました。かがわけん お いま じゅんぴ
 香川県でも起きるかもしれません。今から準備しましょう。

2 注意報、警報などについて

注意報、警報、特別警報

注意報、警報、特別警報は気象庁がお知らせを出します。

注意報…強い風や雨などで災害が起きるかもしれません。気をつけてください。

警報…とても強い風や雨などで大きな災害が起きるかもしれません。

特別警報…今まで経験したことがないくらい、大きな災害が起きるかもしれません。すぐに住んでいる市や町の情報をしらべて、命を守るための行動をしてください。

よくある警報・注意報、気をつけること

大雨警報 (注意報)	雨がたくさん降ります。土砂災害や浸水に注意してください。
洪水警報 (注意報)	川やため池の水が多くなります。川やため池に行かないでください。
暴風警報・強風注意報	とても風が強いです。いろいろな物がとんできます。外に出ないでください。
波浪警報 (注意報)	波が高いです。海に行かないでください。
高潮警報 (注意報)	海の水が高いです。海から遠くて高いところへ逃げてください。

避難についての情報

災害の危険が近づいて、避難する(安全なところに逃げる)ときは、避難についての情報が出ます。どれだけ危ないかによって出る情報が違います。それぞれの情報に合わせた逃げ方を選びます。避難の情報は、香川県のホームページを見てください。

緊急度 ①避難準備・高齢者等避難開始情報

- 避難に時間が必要な人(お年寄り、障がいがある人、小さい子ども等)と手伝う人は避難を始めてください。
- それ以外の人は、非常持ち出し品(逃げるときに持っていく物)の準備を始めてください。

②避難勧告情報

- 災害(地震、津波、洪水など)による人的被害(人がけがをしたり死んだりすること)が起きる可能性が高くなった場合。
- すぐに避難所へ行ってください。

③避難指示(緊急)情報

- 災害(地震、津波、洪水など)が起きて状況がさらに悪くなって、人的被害(人がけがをしたり死んだりすること)の危険性がとても高くなった場合。
- まだ避難していない人は、すぐに避難所へ行ってください。

命を守る 避難行動を!

外に出た方が命に危険がある場合は、家の2階や、がけから離れている部屋に行ってください!



たいふう おおあめ
3 台風・大雨のとき すぐにしてください



やま うみ ちか あぶ
 山や海の近くは危ないで
 す。行かないでください。



そと つよ かせ ころ
 外に いると、強い風で 転
 んだり、物が 飛んできて
 けがを したりします。外
 に 出ないで ください。



テレビや インターネット
 で、注意報、警報、大雨
 情報などの 一番新しい
 情報を見てください。
 避難するのと 家にいるの
 とどちらが安全かよく考
 えて、どうするか 決めて
 ください。

に き
4 逃げる とき 気をつけてください



ひ け
 1 火を 消してください。
 窓や ドアの 鍵を かけて
 ください。



2 スニーカーを はいて く
 ださい。長靴や はだしは
 危ないです。
 ヘルメットが あったら、
 かぶってください。手袋
 を してください。



3 道を 歩くとき よく 見て
 歩いてください。穴に 落
 ちます。いろいろな 物が
 飛んできます。頭を 守っ
 てください。

ひとりで 逃げないで ください。できるだけ だれかと
 いっしょに 逃げて ください。

子どもや お年寄りとは とくに 気をつけて 手伝って あ
 げてください。



さいがい お まえ いま じゅんび 災害が起きる前に今から準備しておくこと

1 じしん じゅんび 地震のために準備してください

じしん お まえ いま じゅんび
地震はいつ起きるかわかりません。その前に今から準備しておいてください。



かく てんとう ぼうし
家具に転倒防止
かなぐ ちゅう
金具(注1)をつけ
てください。家具
たお
が倒れません。



ちか
ドアの近くや
ろうかに物を
おかないでくだ
さい。倒れたら
とお
通れません。



まど ひ きん
窓ガラスに飛散
ぼうし ちゅう
防止フィルム(注
2)をはってくだ
さい。ガラス
わ
が割れても飛び
ません。



かく うえ
家具(p.4)の上
におもい物を
おかないでくだ
さい。



に みち あんぜん
逃げる道が安全
かどうか見てお
いてください。



に も
逃げる時持っ
ていくものを準
備
してください。

ちゅう てんとう ぼうし かなぐ かく たお
※注1 転倒防止金具：家具につけます。倒れません。

ちゅう ひ きん ぼうし まど
※注2 飛散防止フィルム：窓ガラスにはります。けがをしません。



し たお 知っていますか？

これは、「非常口マーク」です。じしん や かし のときはこのマークがあるドアから逃げてください。

じしん お じしん
地震が起きたときは、テレビやラジオをつけてください。地震の
ばしょ おお しん ど つ な み し
場所やゆれの大きさ(震度)、津波のことがわかります。

たいふう おおあめ じゅんぴ
2 台風・大雨のために準備してください

いえ なか
家の中



に 逃げる とき も 持 っ て 行 く 物 を
 じゅん び げん かん おお 備 へ 置 っ て おい
 て くだ さ い。す ぐ に 持 っ て
 い っ く こ と が で き ま す。

(p.12 参照)



み づ と 水 が 止 ま る か も し れ ま せ
 ん。お 風 呂 や バ ケ ッ に 水
 を い っ て お い て くだ さ
 い。



ま だ 窓 ガ ラ ス が 割 れ る か も し
 れ ま せ ン。窓 に テ ー プ を
 は っ て、カーテンを閉め
 て くだ さ い。

いえ そと
家の外



でん しゃ と 電 車 が 止 ま っ て 帰 れ な い
 か も し れ ま せ ン。家 族 が
 だ い じ ょ う ぶ ぐ かく に ん
 大 丈 夫 か 確 認 し て くだ さ
 い。



か ぜ も の と 風 で 物 が 飛 ば な い よ う に ロ ー
 い え な か
 プ な ど で と め た り、家 の 中 に
 い っ て くだ さ い。自 転 車 は 倒
 し て お い て くだ さ い。



は い す い こ う つ か み づ な が
 排 水 溝 (使 っ た 水 が 流 れ
 る と ころ) や と い (屋 根
 の 水 を 流 す と ころ) を
 そ う じ し て くだ さ い。

3 非常持ち出し品 (逃げる ときに 持って行く 物)、 いつも 準備しておく 物

非常持ち出し品 (逃げる ときに 持って行く 物)

【食べ物・飲み物】

非常食 (最低3日分)

※インスタント食品、缶詰、ビスケットなど 腐りにくいもの

水 (1人1日3リットル)



【生活用品】

衣類 (服・下着) タオル ティッシュ 生理用品 ビニール袋

洗面用具 (歯ブラシ、せっけんなど) 調理道具 (なべ、やかんなど)

食器 (わりばし、紙皿、紙コップ) ラップ ウェットティッシュ

トイレトペーパー マスク アルミ製保温シート スリッパ

軍手 給水袋 (水を入れておく袋)

雨のとき使う物 (レインコート、長靴など) レジャーシート

簡単なトイレ

【情報を集めるためのもの】

携帯電話と充電器 携帯ラジオと電池

家族の写真 (はぐれたときの確認用)

家族、親戚、友達の電話番号、住所など

避難するための地図 メモとペン



【大切な物】

銀行の通帳 印鑑 (はんこ) パスポート 在留カード

お金 (公衆電話を使うための10円玉、100円玉)

健康保険証 (コピー) 車や家の鍵 眼鏡、コンタクトレンズ

【その他】

懐中電灯 笛やブザー 頭を守るヘルメットなど

万能ナイフ ライターやマッチ いつも飲む薬

救急用品 (けがをしたときにすぐ使える物)

使い捨てカイロ 卓上コンロ ガスボンベ 固形燃料

寝るための道具 (毛布、寝袋) 新聞紙 ロープ

特別な人が持つていく物

【赤ちゃんがいる人】

粉ミルク 哺乳びん 離乳食 (赤ちゃんのためのごはん)

(紙) おむつ タオル 母子健康手帳

【妊娠している人】

新生児用品 (生まれてすぐの赤ちゃんのためのもの)

せっけん 母子健康手帳

【病気の人、体が不自由な人、お年寄りなどがある人】

おむつ いつも飲む薬 障害者手帳



ほかに 何が ありますか？ 考えてください。

4 避難所 (逃げる ところ) を しらべて ください

地震や 台風 のときは 避難所へ 逃げて ください。学校や コミュニティー センター (公民館) が 避難所になる ことが 多いです。場所が わからない ときは、市役所や 町役場で 聞いて ください。災害が 起きたら どこへ 逃げるか 家族や 友達と 先に 話を して 決めて おいて ください。

避難所は、どんな 国の人でも 無料で 使う ことができます。食べ物や 飲み物、寝るところがあります。災害情報など いろいろな お知らせが あります。

避難所には たくさんの 人が いっしょに います。いろいろな 約束が あります。生活の 習慣が 違います。わからない とき、こまった ときは 相談して ください。



避難所の中



水をもらっているところ

こまったとき、知っていたら役に立つこと

1 緊急のとき連絡するところ

110番 (警察)	119番 (消防)
 <p>交通事故や道路にあってとき電話します。警察が来ます。</p>	 <p>・火事<small>かじ</small>のとき電話<small>でんわ</small>します。消防車<small>しょうぼうしゃ</small>（火を消す車）が来ます。 ・病気<small>びょうき</small>やけが<small>けが</small>をした人<small>ひと</small>を病院<small>びょういん</small>に連れて行くとき電話<small>でんわ</small>します。救急車<small>きゅうきゅうしゃ</small>（病気やけがをした人<small>ひと</small>を助ける車）が来ます。</p>

2 セーフティ・チップス (Safety Tips)

日本にほんでいる間あいだに近くちかで起きた地震おや津波しんなどの情報つなみ、大雨おおあめなどの警報けいほう、熱中症ねつちゅうしょう情報じょうほう、国民保護情報こくみんほご（ミサイルこじょうほうについての情報じょうほう）などを受けることができます。無料むりようのアプリケーションあぷりけいしょんです。災害さいがい時に役立やくたついろいろなサービスサービスがあります。英語えいご・中国語ちゅうごくご（繁体字ほんたいじ・簡体字かんこくご）・韓国語かんこくご・日本語にほんごの5言語ごで使えます。スマートフォンスマートフォンからダウンロードダウンロードできます。

【日本語版】 <http://www.rcsc.co.jp/safety>

【英語版】 <http://www.rcsc.co.jp/safety-tips-en>

3 災害用伝言板

地震じしんや台風たいふうなど大きい災害おおが起きたとき災害用伝言板さいがいようでんごんばんを使うことができます。電話でんわ・携帯電話けいたいでんわ・パソコンから災害用伝言板さいがいようでんごんばんにアクセスアクセスしてください。家族かぞくや友達とも達たちにメッセージメッセージを送おくったり、家族かぞくや友達ともからのメッセージメッセージを聞きいたりできます。

【災害用伝言板の使い方の例】

登録どうろく メッセージいを入れる方法ほうほう

- ① トップページの「災害用伝言板」をえらびます。
- ② 「[安否]の登録」をえらびます。
- ③ メッセージをえらんで、コメントいを入れます。
- ④ 「登録」をえらびます。

確認かくにん メッセージきを聞く方法ほうほう

- ① トップページの「災害用伝言板」をえらびます。
- ② 「[安否]の確認」をえらびます。
- ③ 家族かぞくや友達ともの携帯電話けいたいでんわの番号ばんごうを入れます。
- ④ 「検索」をえらびます。

※^{つか}使^{けいたい}っている携^{つか}帯^{かた}によって使^{ちが}い^{した}方が違^{くわ}います。下^{した}のアドレ^{くわ}スにア^{くわ}クセスして詳^{くわ}しい使^{くわ}い方^{くわ}を見^{くわ}て^{くわ}くだ^{くわ}さい。

エヌティーティー ド コ モ N T T docomo	【日本語版】 https://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/disaster_board/ 【英語版】 https://www.nttdocomo.co.jp/english/info/disaster/index.html
エーユー a u	【日本語版】 https://www.au.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengen/ 【英語版】 https://www.au.com/english/mobile/anti-disaster/saigai-dengen/
ソフトバンク Softbank	【日本語版】 https://www.softbank.jp/mobile/service/dengen/boards/ 【英語版】 https://www.softbank.jp/en/mobile/service/dengen/

【災害用伝言板のアドレス】

エヌティーティー ド コ モ N T T docomo	【日本語版】 http://dengen.docomo.ne.jp/top.cgi 【英語版】 http://dengen.docomo.ne.jp/Etop.cgi
エーユー a u	【日本語版・英語版】 http://dengen.ezweb.ne.jp
ソフトバンク Softbank	【日本語版・英語版】 http://dengen.softbank.ne.jp/J

【災害用ブロードバンド伝言板 (web171)】

インターネットで被災地（地震や津波で建物^すがこわれたところ）に住^すんでい^する人^すが大丈夫^すかしらべることができ^すます。 URL: <https://www.web171.jp/>

【災害用伝言ダイヤル (171)】

日本語^すだけ使^すえます。

※使^すい方^す

【日本語版】 (URL: <https://www.ntt-west.co.jp/dengen/way/>)

【英語版】 (URL: <http://www.ntt-east.co.jp/en/saigai/voice171/>)

メッセージを ^い 入れる	[171 1 (自分の ^{じぶん} 電話 ^{でんわ} 番 ^{ばん} 号 ^{ごう})] をダイヤルして、メッセージを ^い 入れる
メッセージを ^き 聞く	[171 2 (相手の ^{あいて} 電話 ^{でんわ} 番 ^{ばん} 号 ^{ごう})] をダイヤルして、メッセージを ^き 聞く

4 緊急速報 (携帯電話に送られてくる災害のお知らせ)

気象庁が 出す「緊急地震速報」「津波警報」「気象等に関する特別警報」、
 各省庁・香川県が 出す「災害・避難情報 (Jアラートで配信される 国民保護情報
 など)」を、携帯電話やスマートフォンで受け取ることができます。電話が混ん
 でいても大丈夫です。受け取る方法は2種類あります。

①香川県防災情報メール (※登録をしてください)

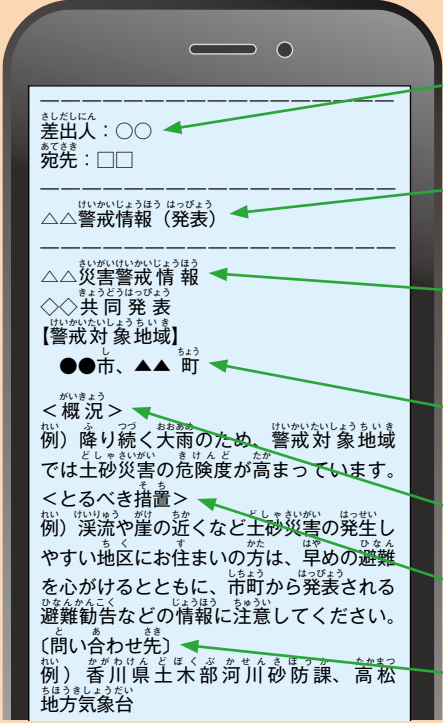
URL : <https://www.pref.kagawa.lg.jp/bosai/mail/main.html>

②エリアメール (※登録をしなくてもいいです)

エヌティーティード コモ N T T docomo	緊急速報「エリアメール」 URL : http://www.nttdocomo.co.jp/service/safety/aremail/
エーユー a u	緊急速報メール URL : http://www.au.kddi.com/mobile/anti-disaster/kinkyu-sokuho/
ソフトバンク Softbank	緊急速報メール URL : http://www.softbank.jp/mobile/service/urgent_news/

(1) 香川県が 出す 緊急速報 ※「香川県防災情報メール」の場合

携帯電話などに 届く 情報 (例)



この情報を出したところ
 ※例) 香川県危機管理課

情報の種類 (タイトル)
 ※例) 土砂災害警戒情報 (発表)

気をつけなければならない災害の種類
 ※例) 土砂災害警戒情報

災害に気をつけなければならない市や町の名前
 ※例) 高松市、三木町

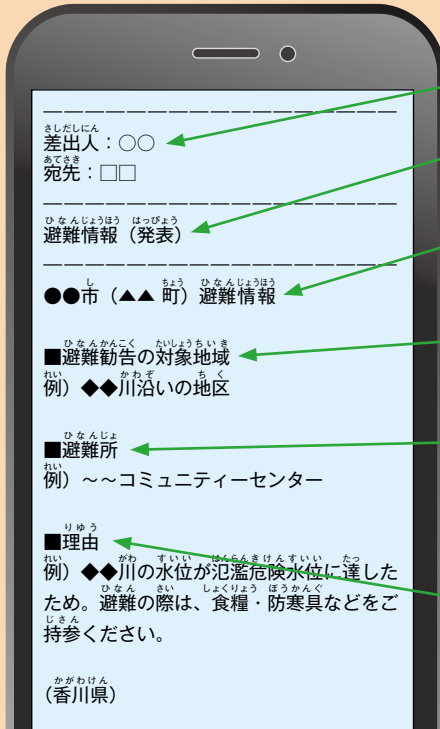
災害が今どうなっているか

どうしないといけないか

どうしないといけないか 知りたいときに連絡するところ

(2) 市や町が出す緊急速報 ※「香川県防災情報メール」の場合

携帯電話などに届く情報 (例)



この情報を出した市や町の名前

市や町の避難情報 (タイトル)

どの市や町の避難情報か (そこに住んでいる場合は、必ず見てください。)

どの地域の避難情報か (その近くに住んでいる場合は、すぐ逃げてください。)

避難所の名前 (その避難所にすぐ行ってください。)

・ どうして危ないか
 ・ 避難するときに気をつけてほしいこと (食べ物、服などを持って行ってください。)

すぐ逃げるために、必要な物は先に準備しておいてください。

(3) 緊急速報で気をつけること ※エリアメールの場合

携帯電話の緊急速報の通知設定をONにしておくとメール受信の登録をしていなくても、携帯電話にお知らせが来ます。そのとき、いつもは見ない画面が出たり、いつもと違う音がしたりします。あわてないで情報をよく読んでください。また、緊急速報は香川県全体のことを知らせるので、自分が住んでいる市や町の名前があるかないかよく見てください。

5 災害のときの日本語

日本語	意味
津波	速くて高い波
余震	あとから来る地震
警戒する	準備をする。気をつける。
避難する	に逃げる
給水	水をもらうこと／水をもらうところ
救援物資	避難所でもらう物や食べ物
危険	あぶない
断水	水が止まって出ません。
停電	電気が止まって使うことができない。
安否を確認する	家族や友だちが大丈夫かしらべる。
火の元を確認する	火を消す。
もぐる	したに入る。
あふれる	水がいっぱいになって出てくる。
崩れる	こわれて落ちる。
懐中電灯	手に持つ電気
傾く	たおれるかもしれません。
傷	けが
救急車	病気やけがをした人を助ける車
汲む	水を入れる
グラウンド	外で運動する広いところ
煙	物がもえるときに出るもの（火事に気をつけてください。）
叫ぶ	大きい声で言う
下敷き	体の上に物が落ちてきたり、倒れてきたりして動けなくなること
消火器	火を消す道具
地割れ	道が割れている
震度	地震の大きさ
スピーカー	放送する機械
助かる	生きている
破片	小さく割れた物
震える	体が小さくゆれる
ボランティア	手伝う人、手伝うこと
マグニチュード	地震の大きさ

ぼうさい 6 防災メモ

なまえ 名前	しょうぼうしょ ばん 消防署 119番 <small>かじ</small> (火事になったとき、けがをしたときなど)
くに 国	けいさつしょ ばん 警察署 110番
けつえきがた 血液型 A B O AB	きんきゆうでんごん ばん 緊急伝言ダイヤル 171番
パスポート No.	さいがいのとき かぞく あ 災害のとき 家族で会う ところ
ざいりゆう 在留カード No.	ひなんじよ 避難所
にほん じゅうしょ 日本の 住所	なまえ 名前：
でんわばんごう 電話番号	じゅうしょ 住所：
いえ 家：	でんわ 電話：
けいたい 携帯：	ちず 地図：
かぞく なまえ 家族の 名前	ひなんじよ 避難所
かいしゃ がっこう 会社・学校など	なまえ 名前：
なまえ 名前：	じゅうしょ 住所：
じゅうしょ 住所：	でんわ 電話：
でんわ 電話：	ちず 地図：
にほん ともだち れんらくさき 日本の 友達の 連絡先	すいどう でんき かいしゃ でんわばんごう 水道、電気などの 会社の 電話番号
なまえ 名前：	すいどう 水道：
じゅうしょ 住所：	でんき 電気：
でんわ 電話：	ガス： ガス：
がいこく れんらくさき 外国の 連絡先	その他： その他：
なまえ 名前：	たいしかん りょうじかん 大使館・領事館
じゅうしょ 住所：	じゅうしょ 住所：
でんわ 電話：	でんわ 電話：
でんわ 電話：	
にゅうこくかんにじむしょ 入国管理事務所	
じゅうしょ 住所：	
でんわ 電話：	
でんわ 電話：	

7 リンク集 しゅう

かがわけん ききかんりそうぎょく 香川県危機管理総局 ききかんりにほんご 危機管理課（日本語）	http://www.pref.kagawa.lg.jp/bosai/ かがわけん ぼうさい じょうほう し 香川県の 防災の 情報を 知ることができます。
かがわけん どぼくぶか せんさき 香川県土木部河川砂 ぼうかにほんご 防課（日本語）	http://www.pref.kagawa.lg.jp/kasensabo/dosya/dosya/index.html かがわけん どしゃさいがい じょうほう し 香川県の 土砂災害の 情報を 知ることができます。
たかまつちほうきしやうだい 高松地方気象台 にほんご （日本語）	http://www.jma-net.go.jp/takamatsu/ かがわけん てんき じょうほう し 香川県の 天気の 情報を 知ることができます。
しごくちほうせいびぎょく 四国地方整備局 にほんご （日本語）	http://www.skr.mlit.go.jp/ しごく ぼうさい じょうほう し 四国の 防災の 情報を 知ることができます。
きしやうちやう 気象庁	にほんご 【日本語】 http://www.jma.go.jp/jma/index.html
えいご 【英語】 http://www.jma.go.jp/jma/indexe.html	
そうむしやうしやうぼうちやう 総務省消防庁	にほんご 【日本語】 http://www.fdma.go.jp/
えいご 【英語】 http://www.fdma.go.jp/en/	
ぼうさいききかんり 防災危機管理 e-カレッジ	にほんご 【日本語】 http://open.fdma.go.jp/e-college/
えいご 【英語】 http://www.fdma.go.jp/en/	
いちざい じちたいこくさいか （一財）自治体国際化 きやうかい 協会	たげんごせいかつじやうほう こく 多言語生活情報（13か国のことば） http://www.clair.or.jp/tagengo/ がいこくじんじゅうみんさいがいしえんじやうほう 外国人住民災害支援情報（いろいろなことばもあります。） http://www.clair.or.jp/j/multiculture/index.html

べんり じやうほう 便利な情報

かがわけん がいこくご
香川県で外国語がわかる 医者がいる 病院をさがしたいとき
こういきさいがい きゅうきゅう しゅうさんさいりやうじやうほう いるりやう
⇒ 広域災害・救急・周産期医療情報システム「医療 Net さぬぎ」

<https://www.qq.pref.kagawa.lg.jp/ir37/qqport/kenmintop/>

しちやう やくしょ だ し けいたいでんわ う と
市町の役所が出すお知らせを携帯電話のメールで受け取りたいとき
ひなんじやうほう はいしん
⇒ 避難情報メール配信サービス

<http://www.pref.kagawa.lg.jp/bosai/mail/main.html>

なに
何か しまったとき、聞きたいとき

かがわけん そうむぶち しこうしつこくさいか
⇒ 香川県総務部知事公室国際課 TEL:087-832-3029

こうざい かがわけんこくさいこうりゅうきやうかい かがわ
⇒ (公財) 香川県国際交流協会 (アイパル香川) TEL:087-837-5908



MEMO

がいこくじんじゅうみん ぼうさい
外国人住民のための防災ガイドブック
【やさしい日本語版】
にほんごばん

はっこう へんしゅう かがわけん そうむぶち じこうしつこくさいか
発行・編集 香川県総務部知事公室国際課

しよざい ち たかまつしほんちよう
所在地：高松市番町 4-1-10

でん わ
電話：087-832-3027 FAX：087-837-4289

URL： <https://www.pref.kagawa.lg.jp/content/etc/subsite/kokusai/index.shtml>



へんしゅうきょうりよく こうざい かがわけんこくさいこうりゅうきょうかい
編集協力 (公財) 香川県国際交流協会

しよざい ち たかまつしほんちよう
所在地：高松市番町 1-11-63

でん わ
電話：TEL:087-837-5908 FAX：087-837-5903

URL： <http://www.i-pal.or.jp>



【2019年3月発行 第1版】