

14. 防災<地震や 台風などから 身を守る>

防災危機管理課 ☎ 0749-65-6555

防災とは、災害（台風や地震）から 身を守ることです。

(1) 地震・台風・大雨

(1) 地震

地震が 起きると、地面が 大きく 揺れます。日本は 地震が 多い 国です。

地震は いつ、どこで 起きるか 分かりません。

家具が 倒れることが あります。家が 壊れることが あります。

火事が 起きることが あります。



■地震が 起きたときは、こうして ください。

こんなとき	こうして ください
建物の なかに いるとき	①揺れているときは、机の 下に 入ります。体を守ります。 ②揺れなくなったら、ガスコンロや ストープの 火を 消します。 ③窓や ドアを 開けます。逃げる 道をつくるためです。 ④火事が 起きたら、火を消します。 ⑤上から 物が 落ちてこないことを たしかめてから、外に 出ます。 ⑥広い 場所へ 行きます。建物から 離れます。 ⑦山や がけから 離れます。 ⑧逃げるとき、車は 使いません。歩いて 逃げます。 ⑨けがをした人が いたら、みんなで 助けます。 ⑩テレビの ニュースや、市役所からの お知らせを 見ます。 わからないことは、近くの 人に 聞きます。
外に いるとき	①体を守ります。上から 落ちてくる物に 気をつけて ください。 ②安全な 場所に 逃げます。
車を 運転 しているとき	①ゆっくりと 車を 止めます。道の 端に 車を 止めます。道の 真ん中は 救急車<病気や けがになった人を 運ぶ車>などが 通ります。 ②車に 鍵を 付けたままにします。ドアの 鍵を あけたままにします。 ③歩いて 逃げます。

(2) 水害(水の災害)

台風や 大雨で、川の 水が あふれることが あります。

台風が くると、強い 風が ふきます。たくさん 雨が ふります。気をつけて ください。

■ 災害が起きたときの準備をしましょう

台風や大雨で災害が起きるかもしれないとき、国・県・市から情報が出ます。テレビやインターネットで情報を知ることができます。分からないときは、近くの人に聞いてください。

避難<逃げる>ことについての情報です。市から出ます。

警戒レベル (危険のレベル)	避難(安全な場所 に移動する)情報	こうしてください
1		□ 危ない場所の地図や逃げる時に持つものを確認しましょう。
2		□ 避難所や安全なところを調べてください。 □ テレビやラジオで情報を確認しましょう。
3	高齢者等避難	□ 避難に時間がかかるかもしれない人(年をとった人や、小さな子どもなど)と、その人を助ける人(家族など)は、避難場所<逃げるところ>へ逃げてください。 □ その他の人は、逃げる準備をしてください。
4	避難指示	□ 避難場所へ逃げてください。 □ 避難場所へ行くことがあぶないときは、近くの安全な場所や、家の中の安全な場所へ逃げてください。
5	緊急安全確保	□ すぐに命を守ってください。

■ 逃げるときに気をつけること

- ・動きやすい服を着てください。必要な物だけを持ってください。
- ・水がたくさんある場所を歩くとき、マンホールなどに落ちないように気をつけてください。棒を使って、たしかめて歩いてください。
- ・避難場所へ逃げるのができないときは、近くの高い建物に逃げてください。

(3) 避難場所、避難所

逃げるところです。学校やまちづくりセンターなどです。家から近いところを知ってください。どこに逃げるか、家族で話しておいてください。

(4) 逃げるときに持つもの

逃げるときに持つものを、いつも準備しておいてください。かばんは、すぐに持つことができる場所に置いてください。いそいで逃げるためです。



■たとえば、これらを かばん(リュック)に 入れると 良いです。

たいせつ 大切なもの	ばすぽーと ざいりゅうかーど かね いえ くるま ☐ パスポート ☐ 在留カード ☐ お金 ☐ 家や 車の かぎ ぎんこう つうちょう かーど うんてんめんきょしょう けんこうほけんしょう ☐ 銀行の 通帳や カード ☐ 運転免許証 ☐ 健康保険証 ぼしけんこうていしょう まいなんばんかーど ☐ 母子健康手帳 ☐ マイナンバーカード ※もし、入れておくことが できないときは、コピーした 紙を 入れます。
た もの 食べ物	の みず た もの なが あいだ ほぞん べんり ☐ 飲むための 水 ☐ 食べ物 ※長い 間、保存できるものが 便利です。
けがや びょうき つか けがや 病気に使うもの	の くすり ☐ いつも 飲んでいる 薬 ☐ ばんそうこう ☐ 消毒する 薬
せいかつようひん 生活用品	したぎ てぶくろ た おる ていっしゅペーパー ☐ 下着 ☐ 手袋 ☐ タオル ☐ ティッシュペーパー びにーるぶくろ らっぶ れいんこーと ますく ☐ ビニール 袋 ☐ ラップ ☐ レインコート ☐ マスク あいマスク みみせん ☐ アイマスク・耳栓
た その他	らじお かいちゅうでんとう て も でんき でんち ☐ ラジオ ☐ 懐中電灯<手に 持つ 電気> ☐ 電池 せいりようひん せんめんようぐ はぶらし ☐ 生理用品 ☐ 洗面用具(歯ブラシなど) けいたいでんわ すまーとふぉん じゅうでんき ☐ 携帯電話(スマートフォン)、充電器 こ つか みるく ☐ 子どもに 使うもの(ミルク、おかし、おむつ) かぞく でんわばんごう か かみ ☐ 家族の 電話番号を 書いた 紙

(5) いつも いえ お
家に 置いておくもの

すいどう でんき がす つか
水道・電気・ガスが 使えなくなったとき、生活するための 準備をしておいて ください。

■たとえば、これらを 準備すると 良いです。

た もの 食べ物	の みず ひとり にち りっとる ひつよう ☐ 飲むための 水(1人あたり、1日 3リットル 必要です。) た もの かんづめ れとるとしよくひん いんすたんとしよくひん ☐ 食べ物(缶詰、レトルト食 品、インスタント食 品) ちょこれーと ☐ おかし(あめ、チョコレートなど)
た 食べるときに つか 使うもの	かせつとこんろ がすボンベ さら こっぶ ☐ カセットコンロ ☐ ガスボンベ ☐ なべ ☐ 皿 ☐ コップ かみ さら こっぶ べんり ※紙で できた 皿や コップ、わりばしが 便利です。
せいかつようひん 生活用品	せいかつ つか みず もうふ びにーるしーと ろーぶ ☐ 生活に 使う 水 ☐ 毛布 ☐ ビニールシート ☐ ロープ かんいといれ みず つか といれ つか ☐ 簡易トイレ(水が 使えないとき、トイレとして 使うもの) みず い ぼりたんく ばけつ ぶくろ ☐ 水を 入れるもの(ポリタンク、バケツ) ☐ ごみ 袋



(2) さいがい じょうほう し
災害についての 情報を知る

てれび らじお いんたーねっと さいがい し
テレビ、ラジオ、インターネットで 災害について 知ることができます。

たいふう まえ おおあめ ふ まえ てんきよほう み さいがい お まえ じゅんび
台風が くる 前や、大雨が 降る 前は、天気予報を 見て ください。災害が 起きる 前に 準備をして ください。

(3) メールで 情報を 受け取る

市役所から メールを 受け取ることができます。台風などの 情報、生活に 役立つ 情報、大切な 情報を知ることができます。日本語・ポルトガル語・スペイン語・英語の メールが あります。

簡単に 使うことができます。ぜひ 使ってください。

お金は いりません。ただし、メールを 受け取るための 通信費は かかります。

◆登録方法

(メールを 受け取る 方法)

- ① 「t-nagahama@sg-p.jp」に メールを 送ります。何も 書かないまま 送ります。
右のQRコードでも メールを 送ることができます。



- ② 「仮登録完了のお知らせ」の メールが 届きます。
メールに 書かれている URL (リンク) を 押します。
③ 利用規約を 読みます。「同意する」ボタンを 押します。



- ④ 受け取りたい 情報を選びます。「確認」ボタンを 押します。



- ⑤ 内容を確かめて、「登録する」ボタンを押します。

- ⑥ 「本登録完了のお知らせ」のメールが届きます。
これで、市役所からの情報をメールで受け取ることができます。

(やさしい日本語版 LINE を受け取る方法)

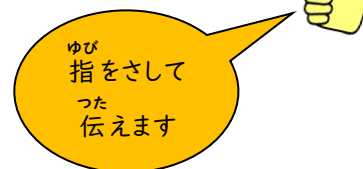
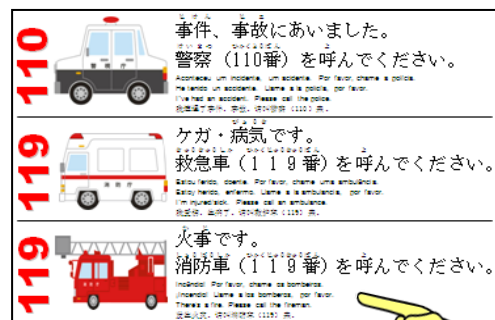
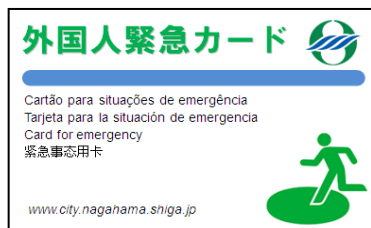
- ① LINE の友だち検索で「@nagahamashi」を検索します。
- ② 追加ボタンを押し、長浜市役所を友だちに追加します。
- ③ 長浜市役所の LINE アカウントから URL (リンク) が届きます。URL (リンク) を押します。
- ④ 利用規約を読みます。「同意する」ボタンを押します。
- ⑤ 受け取りたい情報を選びます。「確認」ボタンを押します。

- これで市役所からの情報を LINE で受け取ることができます。

がいこくじんきんきゅうかーど
(4) 外国人緊急カード

しみんかつやくか だんわ
市民活躍課 ☎ 0749-65-8711

「外国人緊急カード」を使（つか）いましょう。助（たす）けてほしいとき、近（ちか）くにいる人（ひと）にカードを見（み）せてください。
にほんご わ こま つた
日本語が 分（わ）からなくても、困（こま）っていることを 伝（つた）えることができます。
じぶん れんらくさき かーど か こま やくだ
自分の 連絡先（れんらくさき）などを カードに 書（か）いておきます。困（こま）ったときに 役（やく）立ちます。
かーど しやくしょ かね
このカードは、市役所（しやくしょ）で もらうことができます。お金（かね）は いりません。



たす ひつよう
(5) いそいで 助けが 必要なとき

かじ こうつうじこ たす ひつよう でんわ でんわばんごう
火事（かじ）や 交通事故（こうつうじこ）など、いそいで 助（たす）けが 必要なときは、電話（でんわ）をして ください。電話番号（でんわばんごう）は、「119」と「110」です。

「119」は しょうぼうしょ かじ きゅうきゅう びょうき でんわ かじ
「火事（かじ）で」す または「救（きゅう）急（きゅう）です」と いって ください。ばしょ い なまえ でんわばんごう い
場所（ばしょ）を 言（い）って ください。名前（なまえ）と 電話番号（でんわばんごう）を 言（い）って ください。
かじ しょうぼうしゃ ひ け くるま き きゅうきゅう きゅうきゅうしゃ びょうき
火事（かじ）のときは 消防車（しょうぼうしゃ）＜火（ひ）を 消（け）す 車（くるま）＞が 来（き）ます。救（きゅう）急（きゅう）のときは 救（きゅう）急（きゅう）車（くるま）＜病（びょう）気（き）や けがにな
ひと はこ くるま き
った人（ひと）を 運（はこ）ぶ 車（くるま）＞が 来（き）ます。

「110」は けいさつしょ こうつうじこ じけん はんざい でんわ ばしょ い
「交通事故（こうつうじこ）や 事件（じけん）（犯罪（はんざい））」のときに 電話（でんわ）して ください。場所（ばしょ）を 言（い）って ください。
じょうきよう い なまえ でんわばんごう い けいさつ き
状（じょう）況（きよう）を 言（い）って ください。名前（なまえ）と 電話番号（でんわばんごう）を 言（い）って ください。警察（けいさつ）が 来（き）ます。
おちつ はな はな にほんご はな ちか ひと たの
落（お）ち着（ち）いて ゆっくり（はな）と 話（はな）して ください。日（に）本（ぽん）語（ご）で 話（はな）せないときは、近（ちか）くにいる人（ひと）に 頼（たの）んで ください。

きゅうきゅう 救急 119 しょうぼうしょ ※消防署です。		びょうき や けが など 救急車が 必要 なとき ①「救急です」と言います。 ②場所を言います。たとえば、「長浜市〇〇町 〇〇番地です」と言います。 ③病気やけがについて話します。 ④名前と電話番号を言います。たとえば、 「私の名前は〇〇です。電話番号は〇〇-〇〇 〇〇です」と言います。 ※救急車<病気やけがになった人を運ぶ 車>が来ます。 ※病気やけがが軽いときは、自動車や タクシーで病院に行ってください。
かじ 火事 119 しょうぼうしょ ※消防署です。		かじが 起こったとき、火事を見つけたとき ①「火事です」と言います。 ②場所を言います。 ③火事の状況を言います。 ④名前と電話番号を言います。 ※消防車<火を消す車>が来ます。
こうつうじこ 交通事故 110 けいさつしょ ※警察署です。		じこが 起こしたとき、事故にあったとき ①何が起こったか言います。 ②事故が起こった時間と場所を言います。 ③事故やけがの状況を言います。 ④名前と電話番号を言います。 ※警察が来ます。 けがをしたときは、救急車も来ます。
はんざい 犯罪 110 けいさつしょ ※警察署です。		はんざい や 事件に あったとき ①何が起こったか言います。 ②事件が起こった時間と場所を言います。 ③事件の状況を言います。 ④名前と電話番号を言います。 ※警察が来ます。

※「119」と「110」は、いそいで 助けを 呼ぶときだけ 電話して ください。

相談するときは、使うことが できません。