

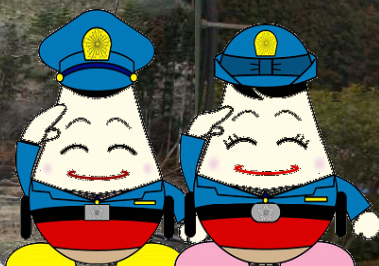


おお

さいがい

そな

大きな災害に備えるために



ふくしまけんけいさつ
福島県警察

～ 目次 ～

- 1 地震^{じ しん}とは P 1
- 2 大きな地震^{おお じ しん}が起こると
どうなる？ P 2
- 3 大きな災害^{おお さい がい}が起こると… P 3
- 4 地震^{じ しん}が来る前^{く まえ}にできること P 5
- 5 地震^{じ しん}がきたら… P 6
- 災害^{さい がい}用伝言板^{よう でん こん ばん}の利用方法^{り よう ほう ほう} P 9
- 6 その他の災害^{た さい がい}について P 10
- 7 大雨^{おお あめ}が降り出^{ふ だ}したり
台風^{たい ふう}が発^{はつ}生^{せい}したら… P 11
- 8 困^{こま}ったときは… P 11

1

地震とは

地震は、突然起こります。

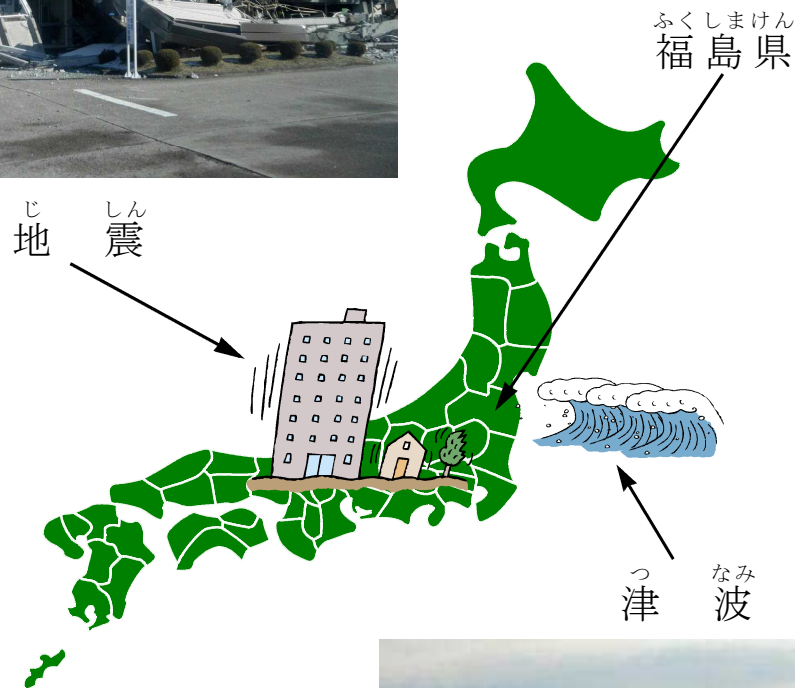
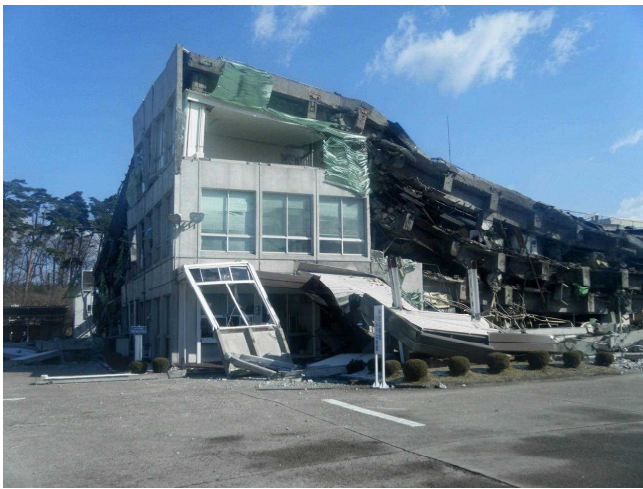
日本は、地震が多い国です。

大きな地震の後、何度も揺れが続いておきます(余震)。

大きな揺れは、1分くらいで止まります。

大きな地震では、たくさんの家がつぶされ、多くの人が亡くなります。

海の近くでは大きな波が来ることがあります(津波)。



2

大きな地震が起こるとどうなる？

1

いえ なか ようす
家の中の様子

かぐ たお しょうめいきぐ お
家具が倒れ、照明器具が落ちてくる。



2

そと ようす
外の様子

いえ
家がつぶれる。

かじ
火事になる。

べい もん ぞう たお
ブロック塀、門、像が倒れてくる。

たてもの かべ かんぱん お
建物の壁、ガラス、看板が落ちてくる。



3

どうろ せんろ ようす
道路(線路)の様子

じめん わ しず
地面が割れて、沈む。



4

やま ようす
山の様子

がけ やま くず
崖や山が崩れてくる。



5

うみ ようす
海の様子おお なみ き ひと の こ つなみ
大きな波が来て、人を飲み込む(津波)。

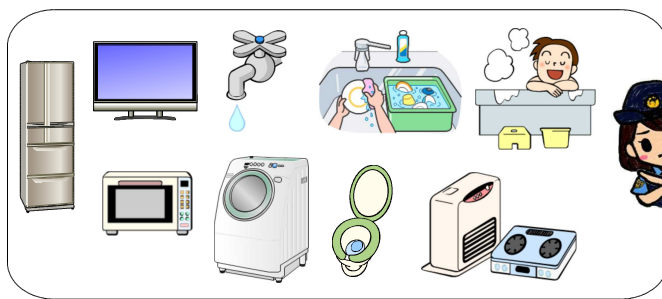
3

おお さい がい お 大きな災害が起きると…

1

でんき みず
電気・水・ガスがストップするでんき と れいぞうこ でん かせいひん つか
電気が止まり、テレビ、冷蔵庫、ストーブなど電化製品が使えなくなる。すいどう と いんりようよう りようりよう ふろ みず ふそく
水道が止まり、飲料用や料理用、トイレ、お風呂の水が不足する。と つか だんぼう ふろ つか
ガスが止まり、ガスを使ったコンロや暖房、お風呂などが使えなくなる

ストップ



2

どうろ ろせん すんだん
道路や路線が寸断する

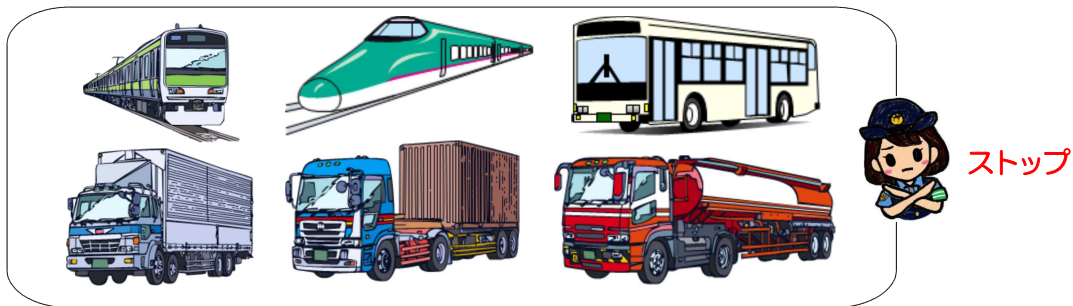
1

こうつうきかん
交通機関がストップするでんしゃ しんかんせん こうつうきかん つうきん つうがく
電車、新幹線、バスなどの交通機関がストップし、通勤や通学

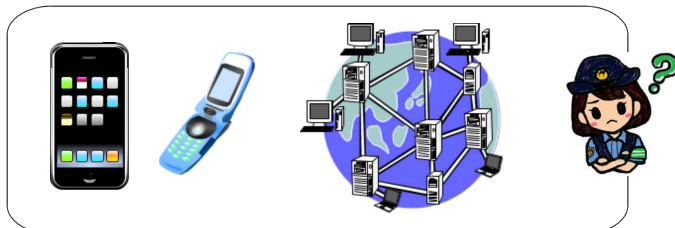
などが 難 しくなる。

2

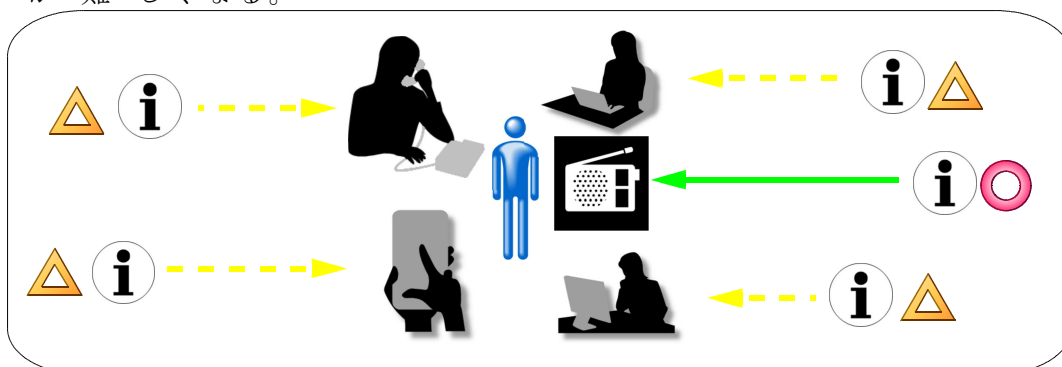
りゅうつう
流通がストップするた もの りゅうつう
食べ物やガソリンなどの流通がストップし、スーパーやコンビニなどのしょうひん すく きゅう ゆせいげん くるま
商品が少なくなる。また、ガソリンの給油制限などにより、車いどう むずか
の移動が 難 しくなる。



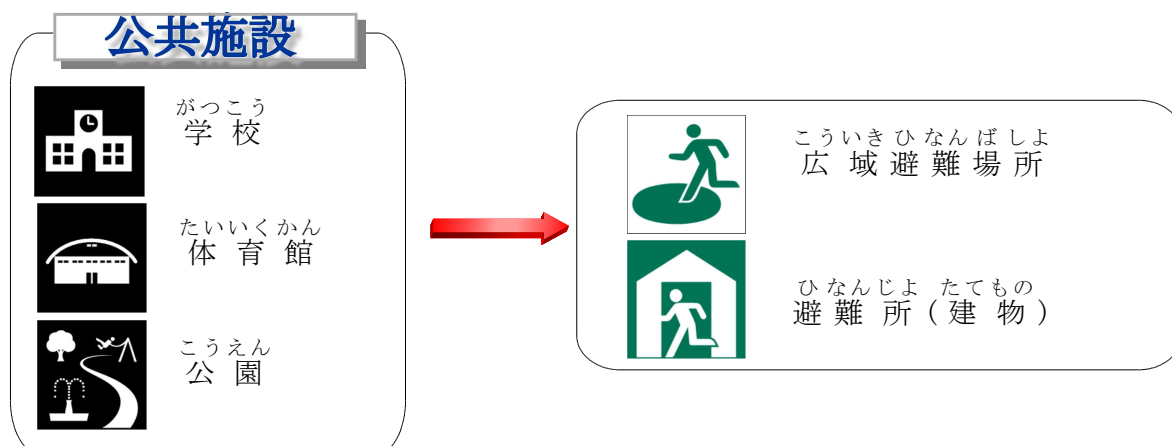
- ③ かぞく 家族などとの連絡が難しくなる
 れんらく むずか
 けいたいでんわ 携帯電話やインターネットが通じにくくなる。
 つう



- ④ じょうほう にゆうしゆ 情報の入手が難しくなる
 むずか
 ていでん 停電や電話・インターネット回線のパンクなどにより、じょうほう にゆうしゆ
 かいせん
 情報の入手が難しくなる。
 むずか



- ⑤ ひなんじよ せつち 避難所が設置される
 ちか がっこう こうみんかん 近くの学校や公民館などの公共施設が避難所になる。
 こうきようしせつ ひなんじよ



4

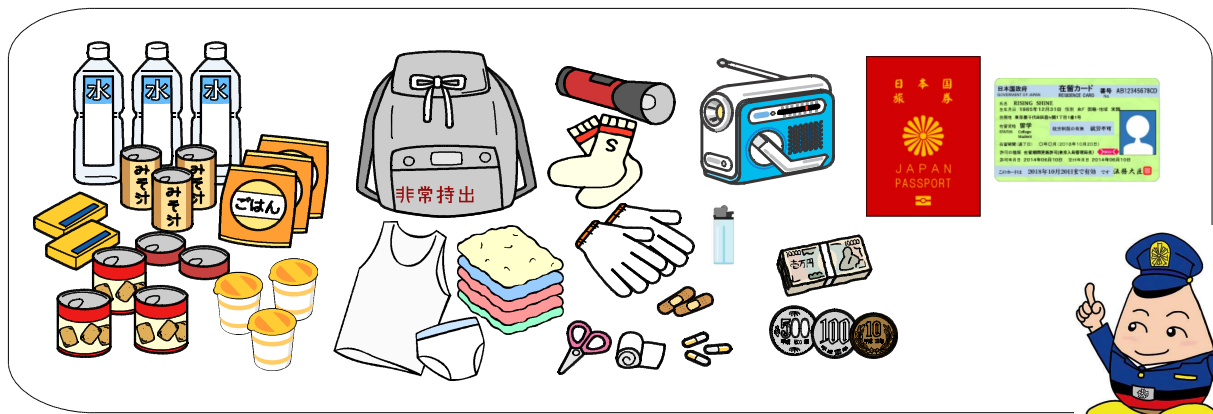
地震が来る前にできること

① ちか ひと ともだち
近くの人と友達になる

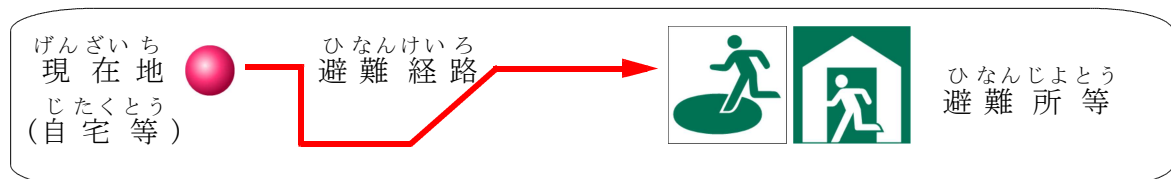
② かぞく ともだち たいしかん れんらくさき きにゆう
家族、友達、大使館などの連絡先を記入しておく
けいたいでんわ とうろく
携帯電話に登録しておく。
パスポートや在 留 カードに れんらくさき い
連絡先メモを入れておく。



③ ひじょうも だ ひん い
非常持ち出し品をリュックサックに入れておく
みず ひじょうようしょくじょう くすり けいたい かいちゅうでんとう ぐんて
水、非常用食料、薬、携帯ラジオ、懐中電灯、ライター、軍手、
タオル、あまぐ したぎ くつした きちようひん ざいりゆう
雨具、下着、靴下、貴重品、パスポートや在留カード、
ほけんしょうおよ れんらくさき
保険証及び連絡先のコピーなど



④ ひなんけいろ ちか ひなんじよ かくにん
避難経路と近くの避難所を確認しておく



⑤ けいたいでんわ さいがいようでんごんぼん とうろく
携帯電話の災害用伝言板に登録しておく
か き きかんちゅう たいけんりよう
下記の期間中、体験利用ができます。
まいつき にち にち しょうがつさん にち
毎月1日・15日、正月三が日
ぼうさい しゅうかん がつ にち にち
防災とボランティア週間(1月15日～21日)
ぼうさいしゅうかん がつ にち がつ にち
防災週間(8月30日～9月5日)



5

地震がきたら…

地震に備えて、日頃から心がけておきましょう!!

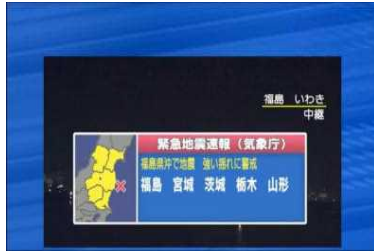


1

慌てない

緊急地震速報や津波警報が出ても慌てないでください。

緊急地震速報の画面



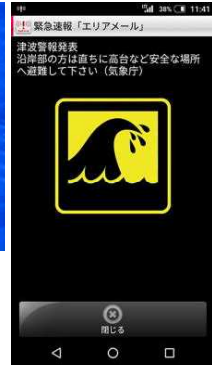
テレビの画面



スマートフォンの画面



テレビの画面



スマートフォンの画面

2

身を守る

1 家の中にいるとき

机やテーブルの下にかくれる。

家具や照明器具から離れる。

慌てて外に飛び出さない。

2 人が大勢いる施設等にいるとき

慌てずに施設の係員や従業員

などの指示に従う。

従業員などから指示がない場合は、

その場で頭を保護し、揺れに備えて

安全な姿勢をとる。

慌てて出口や階段に向かわない。

3 エレベーターに乗っているとき

最寄りの階で停止させて、すぐに降る。

4 屋外にいるとき

ブロック塀や自動販売機などの側から離れる。

落下物に注意して、建物から離れる。



5 ^{くるま うんてん} 車を運転しているとき
^{ゆる そくど お} 緩やかに速度を落とし、^{くるま ひだりがわ と} 車を左側に停める。
^と エンジンを止めて、パトカー、^{きゆうきゆうしや とお} 救急車が通
^{かぎ} れるように鍵はつけたままにする。

6 ^{でんしや の} バス・電 車に乗っているとき
^{て かわ} 手すりやつり革にしっかりつかまる。

7 ^{やま がけ ちか} 山や崖の近くにいるとき
^{らくせき がけくず ちゆうい} 落石や崖崩れに注意し、できるだけ
^{ば はな} その場から離れる。

8 ^{うみ かわ ちか} 海や川の近くにいるとき
^{たか ばしよ に} 高い場所に逃げる。



つなみひなんばしよ
津波避難場所



つなみひなん
津波避難ビル

3 ^ゆ 揺れがなくなったら

ガスコンロ、ストーブ、ブレーカーなどのスイッチ
^き を切る。

^{ひ で} 火が出たら、みんなで火を消す。

^{まど あ でぐち つく} ドアや窓を開けて、出口を作る。

4 ^{そと に} 外に逃げるときは

^{も もの ざいりゆう きちようひん} 持ち物は、パスポート、在留カード、貴重品
^{さいしやうげん} など最小限にする。

^{つか} エレベーターは使わない。

^{たても の ひじようぐち む} 建物の非常口に向かう。

バックやクッションなどで ^{あたま} 頭をカバーする。

^{くつした くつ は} 靴下や靴を履く。

^{くるま つか} 車は、使わない。

^{へい たても の はな ある} 塀や建物から離れて歩く。

^{こうえん あ ち い} 公園や空き地に行く。



- 5 ^{ただ} ^{じょうほう} ^え
正しい情報を得る
- ^{ただ} ^{じょうほう} ^え
ラジオやテレビで正しい情報を得る。
- ^{やくば} ^{こうほうしや} ^き
役場の広報車のアナウンスを聞く。
- ^{まど}
うわさやデマに惑わされない。



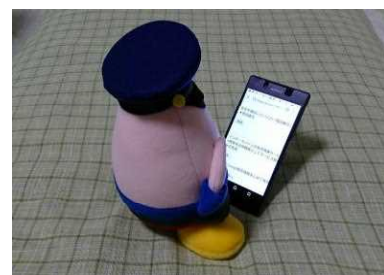
- 6 ^{きんじよ} ^{ひと} ^{じょうきよう} ^き
となり近所の人に状況を聞く
- ^{いま} ^{なに} ^お
今、何が起こっているのか、どうすればいい
- ^{たず}
のかを尋ねる。



- 7 ^{ひなんじよ} ^む
避難所に向かう
- ^{ちか} ^{がっこう} ^{こうみんかん} ^{ひなんじよ}
近くの学校や公民館が避難所になる。
- ^た ^{もの} ^の ^{もの} ^{くすり} ^{もうふ}
食べ物、飲み物、薬、毛布がある。
- ^{やくば} ^{ただ} ^{じょうほう}
役場からの正しい情報がある。
- ^{にほんじん} ^{がいこくじんだれ} ^{りよう}
日本人、外国人誰でも利用できる。



- 8 ^{かぞく} ^{ともだち} ^{れんらく}
家族や友達に連絡する
- 1 ^{けいたいでんわ} ^{さいがいようでんごんばん}
携帯電話災害用伝言板サービス
- ^{じしん} ^{でんわ} ^{つう} ^{とき} ^{りよう}
地震などで電話が通じにくい時だけ利用
- できる。
- ^{もじ} ^{でんごん}
文字で伝言できる。
- ^{けいたいでんわ} ^{がいしや} ^{つか} ^{かた}
携帯電話会社によって使い方がちがう。



- 2 ^{さいがいようでんごん}
NTT災害用伝言ダイヤル171
- ^{じしん} ^{でんわ} ^{つう} ^{とき} ^{りよう}
地震などで電話が通じにくい時だけ利用できる。
- ^{こえ} ^{でんごん}
声で伝言ができる。

さいがいようでんごんばん りようほうほう 災害用伝言板の利用方法

おも さいがいようでんごんばん
主な災害用伝言板

- ① NTT docomo <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
- ② KDDI(au) <http://dengon.ezweb.ne.jp/>
- ③ SoftBank/Y!mobile <http://dengon.softbank.ne.jp>



くわ りようほうほう かくけいたいでんわがいしや かくにん くだ
詳しい利用方法については、各携帯電話会社のホームページで確認して下さい。

- ① http://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/disaster_board/
- ② <http://www.au.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengon/>
- ③ <http://www.softbank.jp/mobile/service/dengon/boards/>
<http://www.ymobile.jp/service/dengon/>



さいがいようでんごんばん りようほうほう 災害用伝言板(web171)の利用方法

さいがいようでんごんばん
災害用伝言板(web171)
<https://www.web171.jp/>



くわ りようほうほう かくにん くだ
詳しい利用方法については、ホームページで確認して下さい。

<https://www.ntt-east.co.jp/saigai/web171/>



た さいがい じ あんぴ かくにんほうほう その他の災害時の安否確認方法

- ① Google パーソファイnder(安否情報) <https://google.org/personfinder/japan/>
- ② J-anpi 安否情報まとめて検索 <https://anpi.jp/top>



くわ りようほうほう かくにん くだ
詳しい利用方法については、ホームページで確認して下さい。

- ① <https://personfinder.google.org/global/howto.html>
- ② https://anpi.jp/info/promo_user.html



6

その他の災害について

1 台風（大雨、暴風）



つよ あめ ふ
強い雨が降る。
つよ かぜ ふ
強い風が吹く。
がけ やま くず
崖や山が崩れてくる。



2 洪水



かわ みず
川の水があふれる。
いえ なか みず はい
家の中に水が入って
くる。



3 雪崩



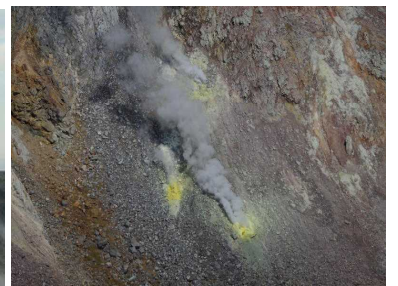
やま ゆき くず お
山の雪が崩れ落ちる。



4 火山噴火



ふんせき かざんばい
噴石や火山灰が飛んで
くる。
かさいりゅう かざん とう
火砕流や火山ガス等
はつせい
が発生する。



5

原子力事故

おおくままち ふたばまち ならはまち とみおかまち
大熊町、双葉町、楡葉町、富岡町には、
げんしりよくはつでんしょ
原子力発電所がある。
げんざい うんてん
現在は、運転していない。



7

大雨が降り出したり台風が発生したら...

1

正しい情報を得る

ラジオ、テレビ、インターネットなどで じょうほう かくにん
情報を確認する。

2

となり近所の人に状況を聞く

いま なに お 今、何が起きているのか、どうすればいいのかを たず
尋ねる。

3

危険な場所には近づかない

やね あ しゅうり
屋根に上がって修理をしない。

たはた ようす み い
田畑の様子を見に行かない。

うみ かせん ようす み い
海や河川の様子を見に行かない。

どしやくず お ばしよ ちか
土砂崩れなどが起きそうな場所には近づかない。



4

万が一に備え、早めの避難をする

み きけん すこ かん
身の危険を少しでも感じたら、
ひなん
すぐに避難してください。



8

困ったときは...

1

交通事故に遭ったとき

はんざい せつとう ぼうりよく あ
犯罪(窃盗、暴力など)に遭ったとき

でんわばんごう
電話番号



2 かじ こうつうじこ あ
火事、交通事故に遭ったとき
じゅうしょう ひと じゅうびようにん
重傷の人、重病の人がいるとき

でんわばんごう
電話番号

1 1 9



3 がいこくしゅつしんしゃ そうだんまどぐち
外国出身者のための相談窓口
こうえきざいだんほうじんふくしまけんこくさいこうりゅうきようかい
公益財団法人福島県国際交流協会 024-524-1316
かようび どのようび
火曜日から土曜日 8:30~17:15

4 さいがいかんれん
災害関連データベース

1 さいがいはつせいじ じようほうげん
災害発生時の情報源

● かんこうちようさいがいじ じようほうていきよう
観光庁災害時情報提供ポータルサイト

「Safety tips for travelers」

<http://www.jnto.go.jp/safety-tips/>

スマートフォン用アプリ「Safety tips」



※ じしん きしよう ふんか ねつちゅうしよう いりようきかん こうつうきかん
地震、気象、噴火、熱中症、医療機関、交通機関、
ひなんしじとう きんきゅうれんらくさき
避難指示等、コミュニケーションカード、緊急連絡先、
たいしかん かくしゅじようほう にゅうしゅ おんせい
大使館リストなどの各種情報が入手できるほか、音声
ほんやく むりよう
翻訳アプリ「VoiceTra」が無料でダウンロードできる。

- ないかくふぼうさいじようほう
内閣府防災情報のページ
<http://www.bousai.go.jp/index.html>
- きしようちよう
気象庁のページ
<http://www.jma.go.jp/jma/indexe.html>
- こくどこうつうしよう
国土交通省のページ
<http://www.mlit.go.jp/en/index.html>
- そうむししようしろうぼうちよう
総務省消防庁のページ
<http://www.fdma.go.jp/en/>
- NHK WORLD (TV)
<http://www.nhk.or.jp/nhkworld/>
- NHK WORLD (RADIO JAPAN)
<http://www.nhk.or.jp/nhkworld/radio/>



2 がいこくごたいおう
外国語対応

- こうえきざいだんほうじんふくしまけんこくさいこうりゅうきようかい
公益財団法人福島県国際交流協会
<http://www.worldvillage.org/>
- いっぱんざいだんほうじんじちたいこくさいかきようかい
一般財団法人自治体国際化協会 (クレア)
<http://www.clair.or.jp/index.html>

5

さいがいかんれん

災害関連ツイッター

しゅしやうかんてい さいがい ききかんりじやうほう
●首相官邸(災害・危機管理情報)

@Kantei_Saigai



しゅしやうかんてい ひさいしやおうえんじやうほう
●首相官邸(被災者応援情報)

@kantei_hisai



ないかくふぼうさい
●内閣府防災

@CAO_BOUSAI



そうむしやうしやうぼうちやう
●総務省消防庁

@FDMA_JAPAN



きしやうちやう
●気象庁

@JMA_kishou



ぼうえいしやう
●防衛省

@bouei_saigai





はつ こう へいせい ねん がつ にち
 発 行 ~ 平成30年10月3日
 はつ こう ふう ふう しまけんけい さつほん ぶけい び ぶ さいがいたい さく か
 発 行 者 ~ 福島県警察本部警備部災害対策課
 きよう りよく こう えきざいだん ほう じん ふう しまけん こくさい こうりゆう きようかい
 協 力 ~ 公益財団法人福島県国際交流協会

