

がいこくじんかた  
外国人の方へ

# さいがいのみまも 災害から身を守ろう!

How to Mitigate Disasters - A Guide for Foreign Nationals in Japan

## 1 日本にっぽんの自然災害しぜんさいがいを知ろう

日本にっぽんは自然災害しぜんさいがい（地震じしん、つなみ、台風たいふう、つよい雨あめなど）がたくさんあります。6月がつから10月がつは台風たいふう・つよい雨あめがふえます。大きな災害おほいさいがいの時は、いつもの生活せいかつができなくなります。



## 2 災害さいがいがおきる前まえに準備じゅんびしよう

被害ひがいを少なくすくするため災害さいがいがおきる前まえに準備じゅんびをしてください。

### 自分じぶんでできる準備じゅんび

にげる時ときの持ち物もちものを準備じゅんびする



家具かぐがたおれないようにする



水みずやたべもの準備じゅんびする



など

### 地域ちいきでできる準備じゅんび

災害さいがいがおきたときは地域ちいきのつながりが助けになります。

地域の防災訓練ぼうさいくんれん（にげる練習れんしゅう）やボランティアぼらんてあに行きましよう。

We'll have an emergency drill.



## 3 災害さいがいの情報じょうほうを確認かくにんしよう

災害さいがいの情報じょうほうがわかるアプリあぷりやWEBサイトうえぶがあります。事前さきとにスマートフォンすまーとふおん（けいたい電話でんわ）などに登録とうろくしてください。とくに台風たいふうはくる前まえにわかります。



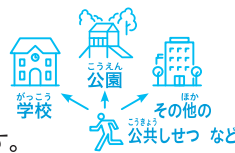
ちかくの避難所ひなんじょ（にげる場所ばしょ）などを確認かくにんしてください。

役所やくしよなどでいろいろなことばで情報じょうほうをだしていることがあります。災害さいがいがおきる前まえに確認かくにんしましょう。



## 4 安全あんぜんに避難ひなんしよう（にげよう）

災害さいがいがおきた時ときあぶない場所ばしょにいる人は安全あんぜんな場所ばしょへにげてください。にげる場所ばしょは小学校しょうがっこう・中学校ちゅうがっこうなどの公共こうきょうせつです。



コロナころなの中で安全あんぜんににげる方法ほうほうをたしかめてください。

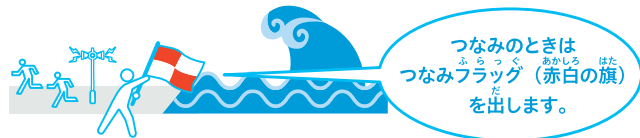


### 地震じしん・つなみの時とき

海うみのちかくで地震じしんを感じた時ときは、高いところたかににげてください。

### つよい雨あめの時とき

川かわや崖がけ（水みずのちかく）に行かないでください。



つなみのときはつなみフラッグ（赤白あかしろの旗はた）を出だします。

See this info in your own language. このポスターはいろいろな国のことばでよむことができます。



QR Translator

English	简体中文	繁體中文	한국어	Português	Español	Bahasa Indonesia
Tiếng Việt	Tagalog	ภาษาไทย	नेपाली भाषा	ភាសាខ្មែរ	မြန်မာစာစကား	Монгол хэл

発行元はっこうもと: 内閣府ないかくふ 監修かんしゅう・協力きょうりょく: 法務省ほうむしやう、消防庁しょうぼうちやう、観光庁かんこうちやう、気象庁きしょうちやう

※アプリ、WEBサイトの情報は2021年3月末時点