

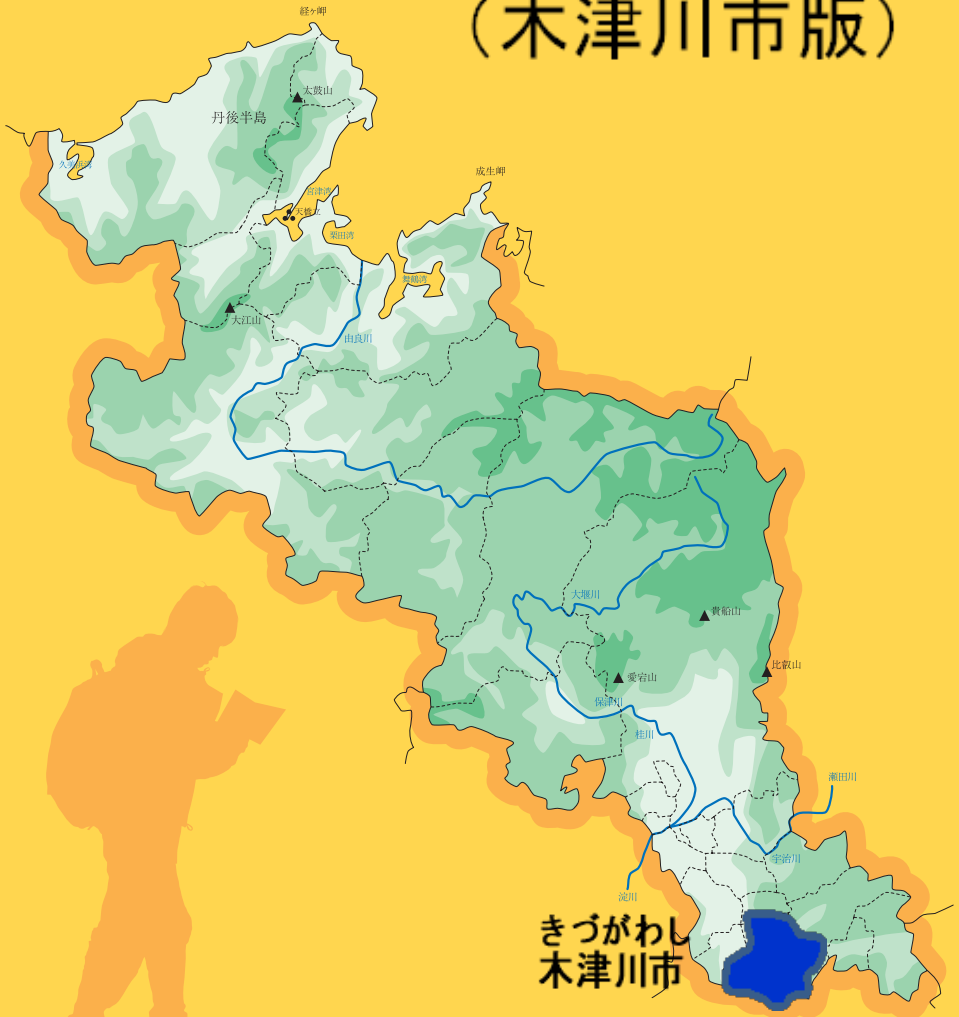
がいこくじん

外国人のための

ぼうさい

防災ガイドブック

(木津川市版)



この冊子は、（公財）京都府国際センターのホームページ内のデータを加工して
木津川市が作成しました。

がいこくじん
外国人のための

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

じしん
地震

- じしん し
1. 地震を知っていますか？
- きょうと おお じしん
2. 京都の大きい地震
- じしん く
3. 地震はここから来るかもしれません
- しんど
4. 震度とマグニチュード
- じしん お
5. 地震が起きたらどうしますか？
- いま じゅんぴ
6. 今から準備してください

おおあめ たいふう
大雨と台風

- きょうと おおあめ たいふう
1. 京都の大雨と台風
- たいふう き
2. 台風のと看 気をつけてください
- いま じゅんぴ
3. 今から準備してください

し
知っていますか？

- さいがいよう でんごんばん
1. 災害用伝言板
- ひじょうもちだしひん に も もの じゅんぴ もの
2. 非常持出品(逃げるときに 持つ物)、いつも 準備して おく物
- さいがい にほんご
3. 災害のときの 日本語
- ひなん ひなんじょ しら
4. 避難する ところ(避難所)を 調べて ください
- ぼうさい なまえ じゅうしょ でんわばんごう
5. 防災メモ(名前、住所、電話番号など)
- せいかつ じょうほう きょうとふ こくさい けいたい
6. 生活情報 京都府国際センターの 携帯メール

はじめに

日本は 地震が とても 多いです。1995年に 神戸で 大きい 地震が
 ありました。京都でも 大きい 地震が 起きるかもしれません。
 そして、大雨や 台風も あります。この 本を よく 読んでください。
 今から 準備しましょう。

1. 地震を知っていますか？

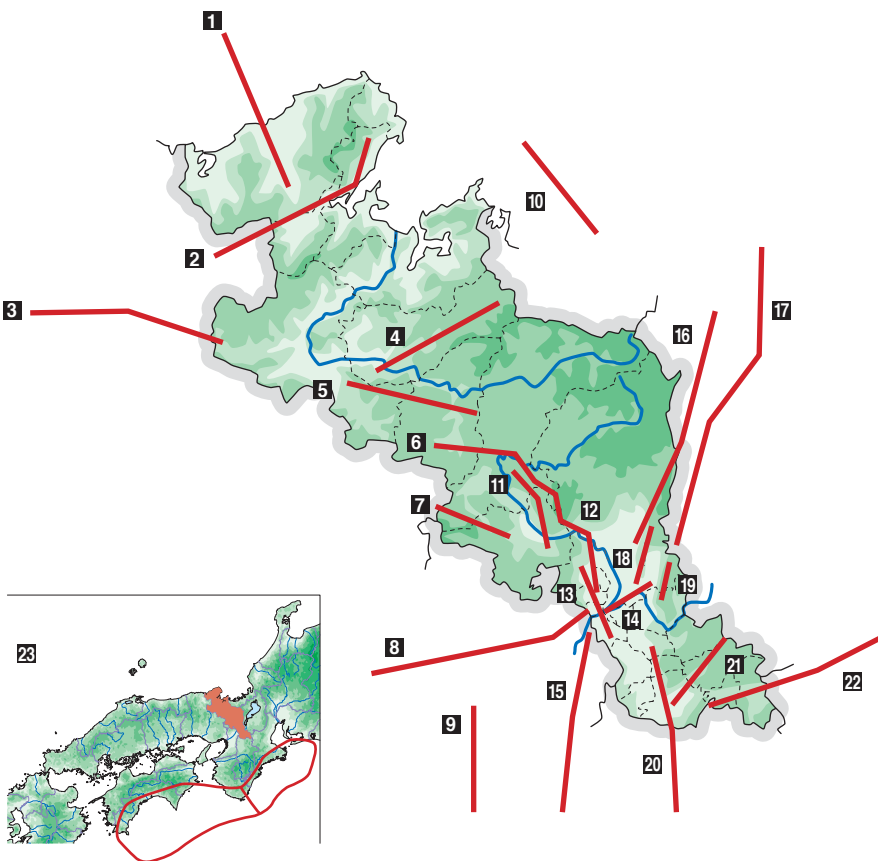
地震は いつ、どこで 起きるか わかりません。地面が
 揺れて、家や ビルが 壊れます。水道や 電気や
 ガスが 止まります。火事になるかもしれません。

2. 京都の 大きい 地震

今まで 100年に 1回ぐらい、大きい 地震が ありました。
 最後の 大きい 地震は 1830年に ありました。
 そのあと 180年間 大きい 地震が ありません。
 ですから、大きい 地震が 起きるかもしれません。



3. 地震はここから来るかもしれません



- ごうらだんそうたい
1. 郷村断層帯………… M7.4
 2. 山田断層帯………… M7.4
 3. 養父断層………… M7.4
 4. 上林川断層………… M7.2
 5. 三峠断層………… M7.2
 6. 殿田・神吉・越畑断層 M7.2
 7. 埴生断層………… M6.9
 8. 有馬・高槻断層… M7.2

- うえまだんそうたい
9. 上町断層帯………… M7.5
 10. 若狭湾内断層…… M6.9
 11. 亀岡断層………… M6.7
 12. 榎原・水尾断層… M6.6
 13. 光明寺・金ヶ原断層 M6.8
 14. 宇治川断層………… M6.5
 15. 生駒断層帯………… M7.5
 16. 花折断層帯………… M7.5

- びわこせいがんだんそうたい
17. 琵琶湖西岸断層帯… M7.7
 18. 桃山・鹿ヶ谷断層… M6.6
 19. 黄檗断層………… M6.5
 20. 奈良盆地東縁断層帯 M7.5
 21. 和束谷断層………… M6.7
 22. 木津川断層帯…… M7.3
 23. 東南海・
なんかいしんしんげんいき
南海地震震源域 … M8.5

M: マグニチュード

4. 震度とマグニチュード

震度は「揺れる大きさ」です。いろいろなところで調べます。震度1から震度7まであります。震度1は小さい地震です。震度7は一番大きい地震です。マグニチュードは、「地震の大きさ」です。地震の中心で調べます。

震度階級表

震度 3 家の中で、地震がわかります。食器が少し揺れます。

震度 4 みんな驚きます。電気が大きく揺れます。
ビンが倒れます。

震度 5弱 みんな「危ない」と思います。
「物につかまりたい」と思います。食器や本が棚から落ちます。

震度 5強 みんな「怖い」と思います。家具が倒れます。

震度 6弱 立つことができません。ドアが壊れて開きません。
家具が倒れます。家が壊れます。

震度 6強 立つことができません。家が倒れます。

震度 7 動くことができません。ビルが壊れます。

5. 地震が起きたら どうしますか？

いえ
家に いるとき



1. まず、テーブルや机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。ドアが壊れたら逃げるできません。



4. 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。



5. 靴をはいてください。



6. 逃げるとき持つ物を準備してください。

5. 地震が起きたら どうしますか？

そと
外に いるとき



1. 学校や 会社にいるとき
本棚や 窓から 離れてください。テーブルや 机の
下に入ってください。火を 消してください。



3. スーパーや デパートにいるとき
上から 物が 落ちます。ガラスが 割れます。気を つけて
ください。お店の 人が 話します。話を 聞いてください。



5. バスや 電車にいるとき
すぐに 降りないでください。運転手が 話します。
話を 聞いてください。



2. 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。非常用連絡ボタンを 押して
ください。



4. 車の中にいるとき
道の 左に 車を 止めてください。エンジンを 止めて
ください。地震が 止まった あとで 外に 出てください。
車の キーを 車に 置いてください。
ドアを ロックしないでください。



6. 海にいるとき
すぐに 逃げてください。津波*が きます。海から 遠い
ところに 逃げてください。高い ところに 逃げてください。

*津波: 速くて 高い 波

6. 今から 準備して ください

いえ なか 家の中



かぐ うえ おも もの
家具の 上に 重い 物を
置かないでください。



かぐ ほんだな しよっきだな
家具 (本棚、タンス、食器棚) に
てんとうぼうしかなぐ
転倒防止金具※を付けて
ください。

てんとうぼうしかなぐ かぐ ほんだな
※転倒防止金具: 家具 (本棚、タンス、
しよっきだな つ
食器棚) に 付けます。
かぐ たお
家具が 倒れません。



まど ひさんぼうし
窓や ガラスに 飛散防止
は
フィルム※を 貼ってください。

ひさんぼうし まど
※飛散防止フィルム: 窓ガラスに
は わ だいしょうぶ
貼ります。割れても 大丈夫です。

いえ そと 家の外



やね もの
ベランダや 屋根から 物が
お
落ちるかもしれません。
あぶ もの お
危ない 物を 置かないでください。



たお
アンテナが 倒れます。
と
しっかり 止めて ください。



プロパンガスの ボンベが
たお
倒れます。チェーンで と 止めて
ください。

1. 京都の 大雨と 台風

1953年 京都に 大きい 台風が 来ました。300人 死にました。家が 70,000軒 壊れました。2004年 10月 台風が 来ました。とても たくさん 雨が 降りました。山で 土や 石が 落ちました。川の 水が 多くなって、水が 町の中 に 来しました。大変でした。

台風は

8月から 10月に たくさん 来ます。とても強い 風が 吹きます。とても たくさん 雨が 降ります。



2. 台風 のとき 気をつけて ください

風が 強い 台風の とき どうしますか？



外に いるとき
木が 倒れます。物が 飛びます。頭が危ないです。カバンを 頭に乗せてください。近くの ビルや 家に入ってください。



家に いるとき
外に出ないでください。窓ガラスが 割れるかもしれません。カーテンを 閉めてください。雨戸や シャッターを 閉めてください。



海に いるとき
すぐに 海から 逃げてください。高い ところに 逃げてください。高い波が 来ます。

雨の 強い 台風の とき どうしますか？



川の 近くに いるとき
川に 行かないでください。とても危ないです。



運転を しているとき
高い ところへ 逃げて ください。水の中 で エンジンが 止まったら 車から 降りて 逃げて ください。



外に いるとき
高い 場所へ 逃げて ください。階段を 使って ください。エレベーターを 使わないで ください。

に 逃げるとき

スニーカーを はいて ください。 ぼうし を かぶって ください。

リュックサック※¹を つか 使って ください。 手に 物を 持たないで ください。

ひとりに 一人で 逃げないで ください。 みんなで 逃げて ください。

こどもや お年寄りを 助けて ください。

たか高いところへ 逃げて ください。 救助※²を 待って ください。



みち ある 道を 歩くとき

みち 道が 見えないかもしれません。 歩くとき 注意して ください。

ぼうし 棒を持って ください。 水が 多いと 歩くことが できません。

あぶ 危ないです。



※¹ リュックサック: 荷物を入れて、肩に かける カバン。バックパック、ナップサック。

※² 救助: あなたを 助ける人

いま じゅんぴ 3. 今から 準備して ください

でんき と 1. 電気が 止まるかもしれません。 ラジオを 準備して ください。

かいちゅうでんとう 懐中電灯※³を 準備して ください。

まど わ 2. 窓ガラスが 割れるかもしれません。

ひさんぼうし 飛散防止フィルム※⁴や テープを 貼って ください。

かぜ もの と 3. 風で 物が 飛びます。 物を 家の 中に入れて ください。 庭を 片づけて ください。

ベランダを 片づけて ください。

ひじょうもちだしひん 非常持出品※⁵を 準備して ください。

い 樋※⁶・排水口※⁷を 掃除して ください。

かいちゅうでんとう 懐中電灯: 手で 持つライト(電灯)。※³ 飛散防止フィルム: 窓ガラスに 貼ります。 割れても 大丈夫です。※⁵ 非常持出品: 逃げる時
も 準備します。 ※⁶ 樋: 屋根に ついています。 雨の 水が 流れます。 ※⁷ 排水口: 使った 水が 流れる ところです。

さいがいようでんごんばん

1. 災害用伝言板

地震や 台風のとき、電話・携帯電話・パソコンで 家族や友だちと
れんらく
連絡が できます。

さいがいようでんごんばん 災害用伝言板

でんごん どうろく 伝言の登録

- ① トップページさいがいようでんごんばんの「災害用伝言板」を
えら
選びます。
- ② 「登録」を えら
選びます。
- ③ メッセージを えら
選びます。(コメントを
か
書くことが できます)
- ④ 「登録」を えら
選びます。

でんごん どうろく
伝言の 登録が できました。

でんごん かくにん 伝言の確認

- ① トップページさいがいようでんごんばんの「災害用伝言板」を
えら
選びます。
- ② 「確認」を えら
選びます。
- ③ 相手の 携帯電話の 番号を 入れます。
あいて けいたいでんわ ばんごう い
- ④ 「検索」を えら
選びます。

でんごん けんさくけっか で
伝言の 検索結果が 出ます。

でんごん み パソコンから 伝言を見ることができます。

- NTT docomo <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
- au <http://dengon.ezweb.ne.jp/>
- SoftBank <http://dengon.softbank.ne.jp/J>
- Y!mobile <http://dengon.ymobile.jp/info/>



さいがいよう でんごんばん 災害用ブロードバンド伝言板 (web171)

<https://www.web171.jp/>

さいがいよう でんごん 災害用伝言ダイヤル(171)

	でんごん 伝言を のこす	171 1	じぶん 自分の	でんわばんごう 電話番号	でんごん のこ 伝言を 残す
	かぞく とも 家族や友だちの 伝言を 聞く	171 2	あいて 相手の	でんわばんごう 電話番号	でんごん き 伝言を 聞く

知っていますか？
——
知っていますか？

2. 非常持出品 (逃げるときに 持つ物)、 いつも 準備して おく物



非常持出品 (逃げるときに 持つ物)

品 名 (ひんめい)		
た もの 食 べ 物	☐ せいりようひん 生 理 用 品	た そ の 他
☐ た もの 食 べ 物	☐ ビニール袋	☐ ラジオ
☐ の みず 飲 み 水	たいせつ もの 大 切 な 物	☐ かいちゅうでんとう 懐 中 電 灯
せいかつようひん 生 活 用 品	☐ キャッシュカード・通帳・印かん	☐ でんち 電 池
☐ ふく したぎ 服 ・ 下 着	☐ けんこうほけんしょう 健 康 保 険 証 の コ ピ ー	☐ ライター・マッチ
☐ てぶくろ 手 袋	☐ かね お 金	☐ ぼうし ぼうさい 帽 子 (ヘルメット、防災ずきん)
☐ ティッシュ	☐ パスポート	☐ ナイフ
☐ タオル	☐ がいこくじんとうろくしょう 外 国 人 登 録 証 な の ID	☐ かんき せんぬ 缶 切 り ・ 栓 抜 き
☐ おむつ	☐ けいたいでんわ 携 帯 電 話	☐ くすり (いつも 飲 ん で い る 薬、 薬 いつも 使 っ て い る 薬)



いつも 準備して おく物

品 名 (ひんめい)		
た もの 食 べ 物	☐ ラップ・アルミホイル	☐ もうふ ねぶくろ 毛 布 (タオルケット、寝袋)
☐ の みず ひとり にち 飲 み 水 (1人1日3ℓ)	☐ ウエットティッシュ	☐ つか す 使 い 捨 て カイロ
☐ た もの 食 べ 物 (レトルト食品、缶詰、お菓子など)	☐ トイレットペーパー	☐ しんぶんし 新 聞 紙
せいかつようひん 生 活 用 品	た そ の 他	☐ マスク
☐ せんめんようぐ 洗 面 用 具	☐ たくじょう 卓 上 コ ン ロ	☐ かんい 簡 易 ト イ レ
☐ なべ・やかん	☐ ガスボンベ	☐ ロープ
☐ わりばし しみざら しみ わ り ば し ・ 紙 皿 ・ 紙 コ ッ プ	☐ こけいねんりょう 固 形 燃 料	

3. 災害のときの 日本語

がけ 崖ぐずれ	やま つち いし お 山で 土や 石が 落ちます。
けいほう 警報	とくに 危ないです。とても 強い 風が 吹きます。 きをつけてください。すごい 雨が 降ります。 きをつけてください。(暴風警報、大雨警報、洪水警報など)
こうずい 洪水	あめ ふ みち みず 雨が たくさん 降ります。道に 水が たくさん きます。
しんすい 浸水	いえ なか みず はい 家の中に 水が 入ります。
たかしお 高潮	たいふう き うみ みず たか 台風が 来ます。海の 水が 高くなります。
ちゅういほう 注意報	つよ かぜ ふ き 強い 風が 吹きます。きをつけてください。 たくさん 雨が 降ります。きをつけてください。 きょうふうちゅういほう おおあめちゅういほう こうずいちゅういほう (強風注意報、大雨注意報、洪水注意報など)
つなみ 津波	はや たか なみ 速くて 高い 波
とくべつけいほう 特別警報	けいほう あぶ つよ かぜ ふ 警報よりも 危ないです。とても 強い 風が 吹きます。 すごい 雨が 降ります。とくに きをつけてください。 ばうふうとくべつけいほう おおあめとくべつけいほう (暴風特別警報、大雨特別警報など)
ひなんかんこく 避難勧告	やくしょ し だ 役所が お知らせを 出します。 「危ないです。逃げてください。」
ひなんじょ 避難所	おお さいがい に ばしょ 大きい 災害のとき、逃げる 場所
ふうそく 風速	かぜ はや 風の 速さ
ばうふういき 暴風域	たいふう つよ かぜ ふ ばしょ 台風でとても 強い 風が 吹く 場所
ばうふう 暴風雨	つよ かぜ あめ とても 強い 風と 雨
よしん 余震	あとから くる じしん かいめ かいめ じしん あとから 来る 地震 (2回目、3回目…の 地震)
あんび かくにん 安否を確認する	かぞく ともちだち だいじょうぶ しら 家族や 友達が 大丈夫か 調べます。
けいかい 警戒する	き とても きをつけてます。
とうかい 倒壊する	いえ こわ 家や ビルが 壊れます。
ひなん 避難する	に 逃げます。
ひ もと かくにん 火の元を確認する	ひ け 火を 消します。

4. 避難する ところ(避難所)を 調べて ください

いえ ちか ちず つく ひなんじょ がっこう こうみんかん
家の 近くの 地図を 作ってください。避難所は 学校や 公民館です。

ひなんじょ た もの ね
避難所に 食べ物があります。寝る ところがあります。いろいろな お知らせが
あります。がいこくじん つか ばしょ やくしょ き
あります。外国人も 使うことが できます。場所が わからないときは、役所で 聞いて
ください。びょういん こうしゅうでんわ しら
ください。病院や コンビニや 公衆電話の ところも 調べて ください。

ちず
地図

ひなんじょ せいかつ
避難所の 生活

ひと いっしょ やくそく
たくさんの 人が 一緒に います。いろいろな 約束が あります。
せいかつ しゅうかん こま そうだん
生活の 習慣が ちがいます。わからないとき、困ったときは 相談して ください。

防災メモ

名前 (なまえ)	 しょうぼうしょ 消防署	119 かじ (火事の) ときと ケガや びょうき (病気をしたとき、) でんわ 119に 電話をしてください
国 (くに)		
血液型 (けつえきがた) A B O AB		
パスポート No. (パスポート ナンバー)	 けいさつしょ 警察署	110
在留カード No. (ざいりゅう カード)		
日本の住所 (にほんのじゅうしょ)		
電話番号 (でんわばんごう)	さいがいう でんごん 災害用伝言 ダイヤル	171
自宅 (じたく)		
携帯 (けいたい)		
家族 名前 (かぞく なまえ)		さいがいう かぞく あ 災害のときに家族で会うところ
会社・学校など (かいしゃ がっこう)		
名前 (なまえ)		
住所 (じゅうしょ)	大使館・領事館 (たいしかん・りょうじかん)	
電話 (でんわ)		
日本の友達 (にほんのともだち)	役所 (やくしょ)	
名前 (なまえ)		
住所 (じゅうしょ)		
電話 (でんわ)	ガス	
外国の連絡先 (がいこくのれんらくさき)	電気 (でんき)	
名前 (なまえ)		
電話 (でんわ)	水道 (すいどう)	

Kizugawa city

Disaster Prevention Information Email



◇Delivery content◇



【English】英語

The email will be sent from Kizugawa city Hall.

en-bousai.Kizugawa-city@raidan.ktaiwork.jp



- ◇Weather emergency warning
- ◇Weather warning
- ◇Evacuation site information

【中國】中国語（繁体字）

電子郵件是從木津川市政廳發送的。

ch2-bousai.Kizugawa-city@raidan.ktaiwork.jp



- ◇氣象特別警報
- ◇氣象警報
- ◇避難所開設信息

【中国】中国語（簡体字）

电子邮件是从木津川市政厅发送的。

ch1-bousai.Kizugawa-city@raidan.ktaiwork.jp



- ◇气象特别警报
- ◇气象警报
- ◇避难所开设信息

【 한국 】韓国語

기즈가와시청에서 메일이 전송됩니다.

ko-bousai.Kizugawa-city@raidan.ktaiwork.jp



- ◇기상 특별경보
- ◇기상경보
- ◇대피소 개설 정보

【Español】スペイン語

El correo electrónico será enviado desde el ayuntamiento de Kizugawa.

sp-bousai.Kizugawa-city@raidan.ktaiwork.jp



- ◇Advertencia especial meteorológica
- ◇Advertencia meteorológica
- ◇Información sobre el lugar de evacuación

【Português】ポルトガル語

O e-mail será enviado a partir da Cidade de Kizugawa.

po-bousai.Kizugawa-city@raidan.ktaiwork.jp



- ◇Alerta meteorológico especial
- ◇Alerta meteorológico
- ◇Informação lugar de refúgio

【Orang indonesia】インドネシア語

Email akan dikirim dari Balai Kota Kizugawa.

id-bousai.Kizugawa-city@raidan.ktaiwork.jp



- ◇Peringatan siaga khusus cuaca
- ◇Peringatan siaga cuaca
- ◇Informasi tempat pengungsian

【Tagalog】タガログ語

Ang email ay ipapadala mula sa Kizugawa city Hall.

tl-bousai.Kizugawa-city@raidan.ktaiwork.jp



- ◇Espesyal na babala ng panahon
- ◇Babala ng panahon
- ◇Impormasyon sa pagtatatag ng refuge

【Le français】フランス語

L'e-mail va être envoyé depuis Kizugawa city Hall.

fr-bousai.Kizugawa-city@raidan.ktaiwork.jp



- ◇Alerte météorologique urgente
- ◇Alerte météorologique
- ◇Information sur le site d'évacuation

【Tiếng việt】ベトナム語

Thư điện tử sẽ được gửi từ ủy ban thành phố Kizugawa.

vi-bousai.Kizugawa-city@raidan.ktaiwork.jp



- ◇Cảnh báo thời tiết đặc biệt
- ◇Cảnh báo thời tiết
- ◇Thông tin sơ tán