

2 ぼうさい 防災

(1) さいがい ころがま 災害への心構え

ききかんりか
危機管理課 TEL: 0985-21-1730 mail: 03kiki@city.miyazaki.miyazaki.jp

じしん ①地震

みやざきし じしん じめん ゆ げんしょう お お わ
宮崎市は、地震(地面が揺れる現象)がよく起こります。いつ起こるか分からない

じしん そな じしん ひごろ かんしん も ただ ころがま み
地震に備え、地震について日頃から関心を持ち、正しい心構えを身につけま
しょう。

じしん たいおう 地震への対応

- | | |
|--|---|
| <p>お つ じぶん み まも
□落ち着いて、まず自分の身を守る</p> <p>ゆ おさ ひ け
□揺れが収まったら、すばやく火を消す</p> <p>まど あ に みち かくほ
□ドアや窓を開けて、逃げ道を確保する</p> <p>ひ で ひ け
□火が出たら、火を消す</p> <p>とほ に
□くつをはき、徒歩で逃げる</p> | <p>べい がけ かわ きけん ばしょ
□ブロック塀、崖、川など危険な場所
に行かない</p> <p>ただ じょうほう
□テレビやラジオで正しい情報を
かくにん
確認する</p> <p>せん
□ガス栓をしめて、ブレーカーをおとす</p> <p>まわ ひと きょうりょく ひ け
□周りの人と協力して、火を消し
ひとり たり
たり人を助ける</p> <p>の と
□エレベーターに乗っているときは、止ま
った階でおる</p> |
|--|---|

つなみ
②津波

うみ おお じしん つなみ く かのうせい
海で大きな地震があると、津波が来る可能性があります。

つなみ つよ ちから たか いじょう つなみ
津波は、とても強い力があり、高さは10m以上になることもあります。また、津波

お よ はや つなみ み に ま あ じしん
が押し寄せるスピードはとても速く、津波が見えてから逃げても間に合いません。地震

があつたときや、テレビやインターネットで津波の警報や注意報が出たときなど

あんぜん ばしょ ひなん
は、すぐに安全な場所に避難しましょう。

つなみ はっせい こうどう
津波が発生したときの行動

じしん ひなん
地震がおさまったらすぐ避難する

ちい じしん つなみ く
小さな地震でも津波が来るかもしれません。

つなみけいほう じょうほう ま ひなん
津波警報などの情報を待つことなく、すぐに避難しましょう。

たか い
できるだけ高いところに行く

たかだい たか がんじょう たてもの ひなん
高台や、高くて頑丈な建物にすぐに避難しましょう。

げんそくと ほ ひなん
原則徒歩で避難する

くるま ひなん じゅうたい ま こ
車で避難すると、渋滞に巻き込まれるかもしれません。

みず ひ うみ ちか もど
水が引いても、海の近くへ戻らない

つなみ なんと く かえ き つなみけいほう かいじょ いえ もど
津波は何度も繰り返して来ます。津波警報が解除されるまでは家などに戻って
はいけません。

③ 台風

みやざきし たいふう まいとし さいがい はっせい
宮崎市は、台風により毎年のように災害が発生しています。

たいふうじ かぜ と たお じこ
台風時には、風でさまざまなものが飛んでぶつかったり、倒れたりすることで事故が
おこることがあります。台風が来る前に対策を立てましょう。

たいふう く まえ
台風が来る前

- アンテナは固定されているか？
- 瓦のずれやひび割れはないか？
- ブロック塀にひびや壊れている箇所はないか？
- 側溝にゴミや土砂が詰まっていないか？
- 外の壁にひび割れはないか？
- 窓ガラスにひび割れやぐらつきはないか？
- ベランダや庭に飛ばされるものはないか？

たいふう ちか
台風が近づいてきたとき

- 風が強くなる前に、家の周りの飛びそうなものを片づけましょう。
- 雨戸を閉めましょう。
- 断水に備え、お風呂やポリタンクに水をためておきましょう。
- 浸水のおそれがあるときは、早めに生活用品を高い場所へ移動させましよう。

ひつよう がいしゅつ さ とく かわ みず そっこう ちか
 必要のない外出は避けましょう。特に川や水のあふれた側溝には近づかないでください。

さいがい じょうほうしゅうしゅう
 (2) 災害の情報収集

ききかんりか TEL : 0985-21-1730 mail : 03kiki@city.miyazaki.miyazaki.jp
 危機管理課

ひしょか TEL : (0985)42-9234 mail : 01kikaku-in@city.miyazaki.miyazaki.jp
 秘書課

みやざきしぼうさい
 ①宮崎市防災メール

みやざきし はっせい さいがい じょうほう とど
 宮崎市で発生している災害の情報がすぐに届きます。

じぜん とうろく ひつよう かなら とうろく
 事前の登録が必要なので必ず登録しましょう。

たいおうげんご
 [対応言語]





えいご ちゅうごくご かんたいじ はんたいじ かんこくご ご ご にほんご
 英語・中国語(簡体字・繁体字)・韓国語・ベトナム語・ネパール語・やさしい日本語




とうろくほうほう
 [登録方法]

かくげんご から そうしん
 (1) 各言語のメールアドレスに空メールを送信する。

へんしん きさい
 (2) 返信されたメールに記載されている URL にアクセスする。

ないよう かくにん とうろく お
 (3) 内容を確認し、登録ボタンを押す。

<p>えいご (英語)</p>  <p>Mail : en-bousai@city@raid2.ktaiwork.jp</p>	<p>ちゅうごくご かんたい (中国語(簡体))</p>  <p>Mail : cn-bousai@city@raid2.ktaiwork.jp</p>
<p>ちゅうごくご はんたい (中国語(繁体))</p>  <p>Mail : ch-bousai@city@raid2.ktaiwork.jp</p>	<p>かんこくご (韓国語)</p>  <p>Mail : ko-bousai@city@raid2.ktaiwork.jp</p>

city@raidan2.ktaiwork.jp	city@raidan2.ktaiwork.jp
ご (ベトナム語)  Mail : vi-bousai.miyazaki-city@raidan2.ktaiwork.jp	ご (ネパール語)  Mail : ne-bousai.miyazaki-city@raidan2.ktaiwork.jp
にほんご (やさしい日本語)  Mail : zj-bousai.miyazaki-city@raidan2.ktaiwork.jp	

みやざきしさいがいじたげんご
 ②宮崎市災害時多言語コールセンター

さいがい ひなん かん じょうほう つうやく かい かくにん
 災害や避難に関する情報を通訳を介して確認できます。

わ とき ふあん とき でんわ
 どうすればいいかわからない時や不安な時はいつでも電話してください。

かいせつじょうほう みやざきしがいこくじんじゅうみんむ
 開設情報は「宮崎市外国人住民向けホームページ」と「[宮崎市\(みやざき](#)

[し\) 国際\(こくさい\) 交流\(こうりゅう\) 協会\(きょうかい\) facebook](#)」に掲載しま

す。

でんわばんごう
 [電話番号]

0800-222-5103 (無料)

たいおうげんご
 [対応言語]

げんご えいご ちゅうごくご かんこくご
 21言語(英語・中国語・韓国語 など)



みやざきしがいいこくご
③宮崎市外国語ホームページ

さいがい はっせいじょうほう ひなんじょかいせつじょうきょう はっしん
災害の発生情報や避難所開設状況を発信します。

さいがいじたげんご せっちじょうきょう し
災害時多言語コールセンターの設置状況もお知らせします。

<p>えいご (英語)</p>  <p>https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/en/</p>	<p>ちゅうごくご (中国語)</p>  <p>https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/cn/</p>
<p>かんこくご (韓国語)</p>  <p>https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/kr/</p>	<p>ご (ベトナム語)</p>  <p>https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/vn/</p>
<p>にほんご (やさしい日本語)</p>  <p>https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/easy/</p>	

たべんり
④その他の便利なページ・アプリ

<p>じぶん つか えら 自分が使いやすいものを選びましょう。</p>	
<p>きしょうちょう げんご 「気象庁ホームページ」(14言語)</p> <p>にほんぜんこく てんき さいがいじょうほう 日本全国の天気や災害情報を</p> <p>はっしん 発信。</p>  <p>https://www.jma.go.jp/jma/k</p>	<p>げんご 「NHKワールド」(21言語)</p>  <p>にほんぜんこく さいがいじょうほう 日本全国の災害情報を</p> <p>はっしん 発信。</p> <p>https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/</p>

okusai/multi.html	en/multilingual_links/index.html
 <p>げんご 「safety tips」(12言語)</p> <p>がいこくじんりょこうきやくむ さいがいじょうほう はっしん 外国人旅行客向けの災害情報を発信</p>	  iPhone android
 <p>にほんご えいご 「ゆれくるコール」(日本語・英語)</p> <p>じしんはっせいまえ じしん く おし 地震発生前に地震が来ることを教えてください</p>	  iPhone android
 <p>げんご 「Hazardon」(14言語)</p> <p>いちだい そくひなん スマホ一台で即避難</p>	  iPhone android
 <p>とくむきかん ぼうさい にほんご えいご 「特務機関NERV防災」(日本語・英語)</p> <p>にほんぜんこく さいがいじょうほう はっしん 日本全国の災害情報を発信</p>	  iPhone android


さいがい ひなん
(3) 災害からの避難

ききかんりか
危機管理課 TEL : 0985-21-1730 mail : 03kiki@city.miyazaki.miyazaki.jp

けいかい
① 警戒レベル

それぞれの警戒レベルにおいてとるべき行動を知っておき、早めの避難をしまし
う。

けいかい きけん ばしょ ひと ぜんいんひなん
警戒レベル4までに、危険な場所にいる人は全員避難！！

<p>けいかい かん 警戒レベルに関するチラシ</p> <p>ないかくふ しょうぼうちょうさくせい こくご (内閣府・消防庁作成(14カ国語))</p>	
---	---

https://www.bousai.go.jp/oukyu/hinanjouhou/r3_hinanjouhou_guideline/pdf/post_er_multi.pdf

ひなんじょ
②避難所について

さいがい きけん す さいがい きけん ばしょ ひと いちじてき
災害の危険がなくなるまで過ごしたり、災害の危険がある場所にいる人が一時的
せいかつ おく ばしょ ひなん よ ひごろ かんが
に生活を送る場所です。どこに避難するのが良いか日頃から考えておきましょう。

みやざきし す ひと りよう
宮崎市に住む人は、だれでも利用できます。

さいがい はっせい とき かぶしきがいしゃ
災害が発生した時に、「株式会社VACAN」のホームページへアクセスすることで、
みやざきし ひなんじょ かいせつじょうきょう こんざつじょうきょう かくにん
宮崎市の避難所の開設状況と混雑状況を確認することができます。

つか かたし
[VACANの使い方(市HP)]

<p>えいご (英語)</p>  <p>https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/en/disaster_prevention/284255.html</p>	<p>ちゅうごくご (中国語)</p>  <p>https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/cn/disaster_prevention/284265.html</p>
<p>かんこくご (韓国語)</p>  <p>https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/kr/disaster_prevention/284274.html</p>	<p>ご (ベトナム語)</p>  <p>https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/vn/disaster_prevention/284255.html</p>



https://www.city.miyazaki.miyazaki.jp/easy/disaster_prevention/284255.html









さいがいじ ひつよう じゅんび
③災害時に必要なものを準備する

びちくひん
○備蓄品

だいきぼさいがいじ すいどう でんき りゅうつうきのう
大規模災害時には、水道や電気などのライフラインや、流通機能がマヒし、









せいかつぶっし ちょうたつ ひじょう むずか かんが さいていみっかかん
生活物資の調達が非常に難しくなることが考えられます。最低3日間




ぶん いっしゅうかんぶん みず しょくりょう びちく
分、できれば1週間分の水や食料などを備蓄しておきましょう。

びちくひん れい 備蓄品の例		
<p>いんりょうすい 飲料水</p> 	<p>ひじょうしょく 非常食</p> <p>(アルファ米、 CUP 食品、 かんづめ 缶詰、レトルト食品、 カップめんなど)</p> 	<p>かんい 簡易トイレ</p> 
<p>カセットコンロ</p> <p>よび (予備の カセット ボンベも)</p> 	<p>トイレット</p> <p>ペーパー、 ティッシュ ペーパー</p> 	<p>かんいしょつき 簡易食器</p> <p>さら (皿、コップ、 はし)</p> 
<p>ラップ、 アルミホイル</p> 	<p>もうふ 毛布、 タオルケット</p> 	

ひじょうもちだしひん
○非常持出品

さいがい きけん せま さい きんきゅうてき も だ ひごろ
災害の危険が迫った際に、緊急的に持ち出すものです。日頃からリュックなど
にまとめ、すぐ^{も だ}に持ち出せる場所^{ばしょ}に置いておきましょう。また、^{くるま}車の中にも置いて
おくなど、^{ぶんさんびちく}分散^{あんしん}備蓄するとより安心です。

ひじょうもちだしひん れい 非常持出品の例		
<p>いんりょうすい 飲料水</p>  <p>(ペットボトル いり (500ml入)を ぼんいじょう 3本以上)</p>	<p>ひじょうしょく 非常食</p>  <p>(そのまま た 食べられるもの)</p>	<p>きゅうきゅうようひん 救急用品</p>  <p>(ばんそうこう、 じょうびやく 常備薬など)</p>
<p>きちょうひん 貴重品</p>  <p>げんきん (現金、 けんこうほけんしょう 健康保険証の コピーなど))</p>	<p>おお 大きなハンカチ</p>  <p>(マスクや しけつ 止血など、 たようと つか 多用途に使える)</p>	<p>かんせんしょうたいさくようひん 感染症対策用品</p>  <p>しょうどくえき (マスクや消毒液、 たいおんけい 体温計など)</p>
<p>けいたい 携帯トイレ</p> 	<p>ウェットティッシュ</p> 	<p>ぶくろ ポリ袋</p>  <p>(バケツや あまぐ だいよう 雨具の代用など、 たようと つか 多用途に使える)</p>

<p>かいちゅうでんとう 懐中電灯</p> 	<p>けいたいでんわ じゅうでんき 携帯電話の充電器、</p> <p>バッテリー</p> 	<p>けいたい 携帯ラジオ</p> 
---	--	---

かていじょうきょう ひつよう ちが
○家庭状況によって必要なものは違います

じぶん かぞく ひつよう かんが
自分や家族にはどういったものが必要か、考えてみましょう。

<p>にゅうようじ 乳幼児</p>	<p>こな えきたい にゅうびん かみ ミルク(粉・液体)、ほ乳瓶、紙おむつ、おもちゃ など</p>
<p>ようかいごしゃ 要介護者</p>	<p>かいごようひん おとなようし い ば つえ しょう しゃてちょう 介護用品、大人用紙おむつ、入れ歯、杖、障がい者手帳 など</p> <p>ど</p>
<p>じよせい 女性や</p> <p>にんさんぶ 妊産婦</p>	<p>せいりようひん ぼしてちょう 生理用品、母子手帳 など</p>
<p>ほか その他</p>	<p>じびょう くすり くすりてちょう めがね 持病の薬、お薬手帳、眼鏡、ペットフード など</p>