

## 外国人用防灾常识

◇为了能在灾害的时候保护自身，请重视日常的守望相助并确定好自己地域里的避难所。

### ◎风雨灾害(台风，大雨，涨潮，龙卷风，泥石流灾害)

#### 1. 针对风雨灾害(台风，大雨)的准备

- (1)在延冈市，6月为梅雨季，7~10月为台风来袭期间，风雨灾害发生的可能性很高。
- (2)平日多从电视、广播、网路的气象报告等收集重要情报。
- (3)积极参加地区所举办的避难训练，并确认好从家里到地区的避难所的避难路线。
- (4)请多了解延冈市所公布的各种避难情报。

种类	何时	市民需作的动作
准备避难情报	灾难发生提高时，发布避难时间，就需开始避难。	○避难时需花时间的年长者，需有人帮忙。 ○方便避难行动的人，准备开始避难。
避难劝导	灾害发生明显提高时，将发布命令。	○方便避難行動的人，準備開始避難。
避难指示	当灾害的危险性非常高时，将发布命令。	○避难行动中，请立即避难完毕。 ○尚未避难者，请即刻避难。

- (5)请平时多清扫雨水管，排水沟，避免堵塞。

#### 2. 台风来袭期间该如何

- (1)晒衣栏竿，盆栽，播种筒等，应放置家中，勿让风吹走。
- (2)无防雨板的玻璃窗，防止物体飞落及强风，勿让玻璃破裂，请贴胶带并拉上窗帘。
- (3)预防停水，准备饮用水及生活用水，在浴槽里储水。
- (4)和家人再次确认避难所及路线。
- (5)避难时，记得要关掉瓦斯源头和所有电源。
- (6)当你自觉有生命危险时，在避难劝导发布前提早避难。

### 3. 关于涨潮警戒

(1)在台风期间，海岸地带比较容易受强风低气压的影响，导致涨潮。请注意海面上的浪，尤其是，强风加上涨潮时，应该尽早避难。

### 4. 关于龙卷风警戒

(1) 当上升气流到达高空时，如果遇到很大的水平方向的风，就会迫使上升气流向旋转运动，形成涡旋。龙卷风比较容易在寒流接近期间发生。

(2)在有可能发生龙卷风的状态时，气象局会发布「注意龙卷风情报」。

①如果那时刚好在屋外，请在牢固的建筑物内避难。

②如果那时刚好在屋内，请远离窗户，往室内中心移动。如果可以的话，尽量往建筑物的最低楼层移动。

### 5. 下大雨时该如何

(1)勿靠近泛滥的小河及水路。

(2)如果您的家附近有河川，恐将有洪水，请及早避难。

(3)如果您是住在山区里或者工业用地附近，请留意山崩的前兆。

土石流灾害种类	前兆现象
山崩	<ul style="list-style-type: none"><li>· 碎石掉落</li><li>· 水涌出</li><li>· 悬崖裂痕</li></ul>
地崩	<ul style="list-style-type: none"><li>· 沼泽，井水污浊</li><li>· 地面裂痕</li><li>· 从斜面喷水</li><li>· 整座山树木倒塌</li></ul>
泥石流	<ul style="list-style-type: none"><li>· 山鸣(从山发出的声音)。</li><li>· 河川突然混浊，在河川中看到流木。</li><li>· 虽然持续下雨，水位却下降。</li></ul>

## 6. 户外活动中的警戒

- (1) 决不可在河中的陆地部分露营。
- (2) 当雨变大时，不可在河川附近露营。
- (3) 在河流上活动时，要注意水库情报(泄洪时的警报等)。
- (4) 遵守熟知土地状况的当地人以及消防员的警告。
- (5) 在面临危险时，千万不要坚持“既然都来了就一定要玩到底”的心态。

### ◎地震，海啸

#### 1. 平日的准备

- (1) 积极参加地区举办的避难训练，并确认好从家里到区域的避难所所需的时间和路线。
- (2) 和家人先商量好：如果发生灾害来时应该怎么办？(如何到避难所等)。若分开时应该如何确认是否平安的方法以及会聚的地方。
- (3) 当地震或海啸发生时，我们未必在家。所以平时要多收集有关公司、学校以及常去的地方附近的避难所资料等。想像“若在这里发生地震或海啸时，我应该去哪里避难。”

#### (4) 准备好紧急用品放入包里

##### ◎紧急用品内容

- 紧急用食物(3天分):面包，罐头，可长期保存食物及饮用水
- 携带用收音机。手电筒。电池。纸笔。湿纸巾
- 药(感冒药，胃肠药，消毒水，急救创口贴，绷带，纱布等)
- ※若有婴儿，需准备尿布，奶粉等

(5) 尽量不要在家具上面放东西。为了不让家具倒塌需固定。为了防止碗柜的玻璃乱飞，需贴塑胶薄膜。

(6) 地震也不一定发生在白天。如果发生在晚间并导致停电时，最好在枕头边准备好手电筒和运动鞋。

#### (7) 自宅的耐震补强

针对自宅接受耐震诊断并做必要补强工程。

延冈市的市民能够得到补助金。(一部分木造住宅的耐震诊断费用及一部分耐震修改工程费用)

## 2. 发生地震时的行动(在家时)

时间经过	行动内容
地震发生时	<p>○地震!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 镇定, 用抱枕等保护头部, 躲进牢固的桌下</li> </ul>
1 ~ 2 分	<p>○晃度变小!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 确认火源(瓦斯开关, 电源总开关)。</li> <li>· 确认家人是否平安。</li> <li>· 确认有没有海啸警报。</li> <li>· 穿鞋(避免踩到家中的碎玻璃或散乱的危险物品)</li> </ul>
3 分	<p>○确认大家是否平安!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 和邻居打招呼并确认是否有人受伤</li> <li>· 火灾时, 先尽量进行灭火, 再联络消防队</li> <li>· 发布海啸警报时, 带紧急用品包, 看到邻居的话, 和他们立刻去指定的避难所避难</li> </ul>
5 分	<p>○确认正确情报!</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 利用广播, 防灾行政无线, 灾害情报信件等得到正确地震情报</li> <li>· 不要乱传没根据的消息</li> <li>· 不要用车子逃难</li> <li>· 通过狭窄巷道时, 小心砖块倒塌</li> <li>· 避难时不要忘记紧急用品包</li> <li>· 避难前, 一定要关好瓦斯开关, 电源总开关</li> </ul>

<p>10分～数小时</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 协助救护行动</li> <li>• 不要回到已倒塌的家</li> </ul>
<p>3天</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 协助救出及救护行动。不要回到已倒塌的家。用地震前保存下来的水及食物</li> <li>• 不要造成他人困扰</li> <li>• 用携带式收音机听灾害情报</li> <li>• 在避难所抱持互相帮忙的心</li> <li>• 虽有不便之处，无法称心如意之事，忍耐很重要</li> </ul>

※红字写的是海啸发生时的行动

### 3. 关于紧急地震速报

- 紧急地震速报是地震波抵达地面前，还没开始摇晃的时候，给各位发布的地震预报及警报通知。
- 听到紧急地震快报时请依以下行动。

在家 保护头部躲到牢固的桌子下。不必慌张冲到外面去。不必无故切掉火源。



在车上:勿慌张加速。打开危险灯，已确保周边车子注意。勿紧急刹车。慢慢放慢速度。若感觉摇晃很大，请把车停靠在马路左边。



在人多的场所时:听从工作人员的指示，冷静行动，勿慌张往出口处奔跑。



在屋外(街上)时:注意砖块倒塌,广告看板及玻璃掉落等。在牢固的大楼旁时往大楼里避难。



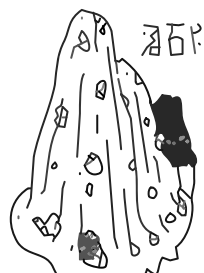
在电车,公车上时:抓好吊环,栏杆。



在电梯里时:停在最近楼层,立即出来。



在山崖附近时:注意落石,山崩。



## 如何利用紧急地震速报

要确认周围情况，不要慌乱，确保自身安全！

从收到紧急地震速报之后到较强的地动来临之间只有几秒或几十秒的时间。这个短暂时间之内要采取保护自身安全的行动。