

せいかつじょうほう
生活情報

6. 京都府国際センターの 携帯メール

やく た し けいたいでんわ おく まいつき かい
役に立つ お知らせを 携帯電話に 送ります。(毎月2回)

せいかつ ぼうさい にほんごきょうしつ し
生活、防災、日本語教室などの お知らせです。

した の メールアドレスに から メールを 送ってください。



にほんご
日本語 living-j@kpic.or.jp
ひらがな living@kpic.or.jp

中文 living-c@kpic.or.jp
English living-e@kpic.or.jp

せいかつそうだん
生活相談

7. 何か 聞きたいことがありますか?

びょうき いえ がっこう
病気のこと、家のこと、学校のことなどの
相談が できます。English、Español、

Português、中文、한국어、조선어で 相談
が できます。国際センターに 来てください。

でんわ かね
電話をしてください。(お金はいりません。)

English / Monday
Español / Miércoles
Português / Quinta-feira

中文 / 星期五
한국어・조선어 / 토요일

じかん ごご じ
時間 午後1時～5時
TEL 075-342-0088 FAX 075-342-5050



監修: 京都にほんごRings 水野義道 (京都工芸繊維大学准教授)
「やさしい日本語」や「京都にほんごRings」については、下記ホームページをご覧ください。

- やさしい日本語: <http://human.cc.hirotsaki-u.ac.jp/kokugo/Default.htm>
- 京都にほんごRings: <http://k-rings.holy.jp/index.html>

財団法人 京都府国際センター

京都市下京区烏丸通塩小路下ル京都駅ビル9階

TEL: 075-342-5000 FAX: 075-342-5050

E-mail: main@kpic.or.jp URL: <http://www.kpic.or.jp>

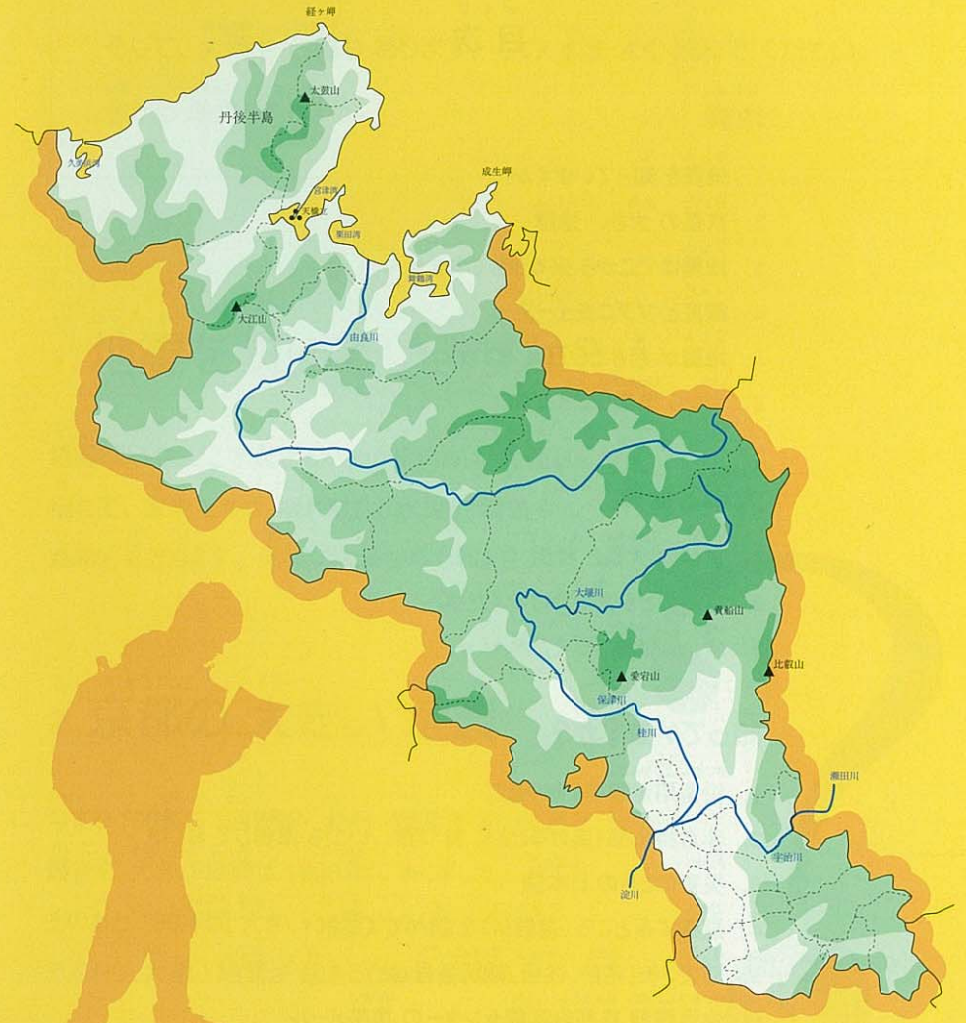


宝くじは
豊かさ築く
チカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。

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

ざいだんほうしん きょうとふこくさい
財団法人 京都府国際センター

ぼうさい じしん たいふう き あぶ
防災: 地震や 台風が 来ます。危ないです。いろいろな 準備をします。

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

1. 地震を知っていますか?
2. 京都の大きい地震
3. 地震はここから来るかもしれません
4. 震度とマグニチュード
5. 地震が起きたらどうしますか?
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

1. 京都の大雨と台風
2. 台風のとき気をつけてください
3. 今から準備してください

し
知っていますか?

1. 災害用伝言ダイヤルなど
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
3. 災害のときの日本語
4. 避難するところ(避難所)を調べてください
5. 防災メモ(名前、住所、電話番号など)
6. 生活情報 京都府国際センターの携帯メール
7. 生活相談 何か聞きたいことがありますか?

はじめに

にほん じしん おお ねん こうべ おお じしん
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。きょうと おお じしん お
京都でも大きい地震が起きるかもしれません。
そして、おおあめ たいふう ほん よ
大雨や台風もあります。この本をよく読んでください。
いま じゅんび
今から準備しましょう。

じしん し
1. 地震を知っていますか?

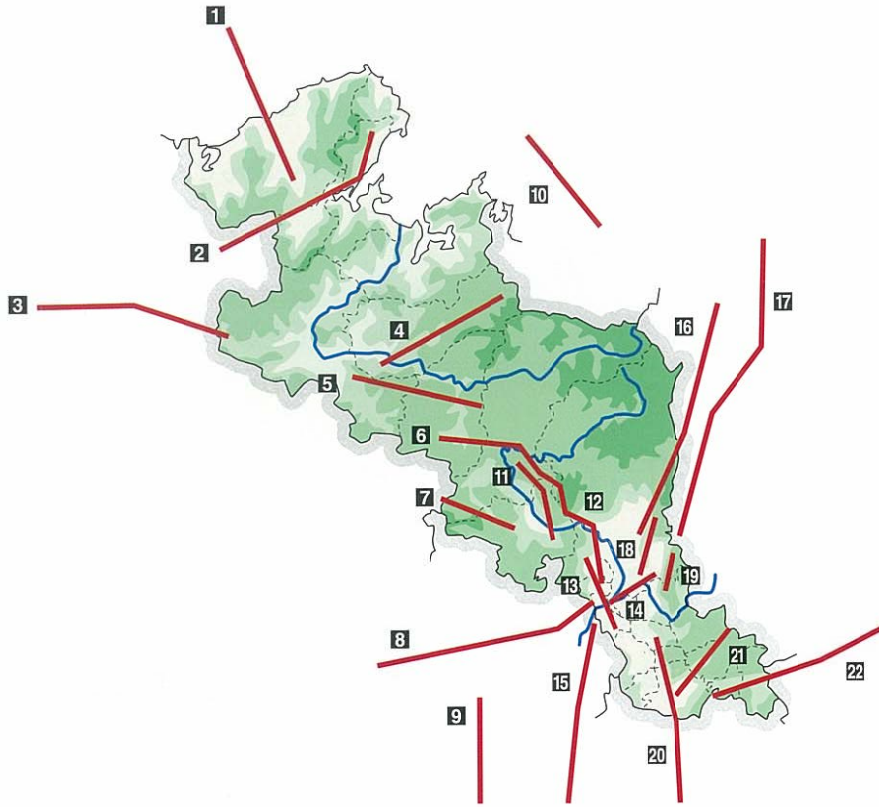
じしん お じめん
地震はいつ、どこで起きるかわかりません。地面が
ゆ いえ こわ すいどう でんき
揺れて、家やビルが壊れます。水道や電気や
ガスがと 止まります。かじ
火事になるかもしれません。

きょうと おお じしん
2. 京都の大きい地震

いま ねん かい おお じしん
今まで100年に1回ぐらい、大きい地震がありました。
さいご おお じしん ねん
最後の大きい地震は1830年にありました。
ねんかん おお じしん
そのあと180年間、大きい地震がありません。
ですから、おお じしん お
大雨や台風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



- | | | |
|----------------------|-----------------------|----------------------|
| 1. 郷村断層帯…………… M7.4 | 9. 上町断層帯…………… M7.5 | 17. 琵琶湖西岸断層帯… M7.7 |
| 2. 山田断層帯…………… M7.4 | 10. 若狭湾内断層…………… M6.9 | 18. 桃山-鹿ヶ谷断層… M6.6 |
| 3. 養父断層…………… M7.4 | 11. 亀岡断層…………… M6.7 | 19. 黄檗断層…………… M6.5 |
| 4. 上林川断層…………… M7.2 | 12. 樫原-水尾断層…………… M6.6 | 20. 奈良盆地東縁断層帯 M7.5 |
| 5. 三峠断層…………… M7.2 | 13. 光明寺-金ヶ原断層… M6.8 | 21. 和束谷断層…………… M6.7 |
| 6. 殿田-神吉-越畑断層… M7.2 | 14. 宇治川断層…………… M6.5 | 22. 木津川断層帯…………… M7.3 |
| 7. 埴生断層…………… M6.9 | 15. 生駒断層帯…………… M7.5 | (東南海・南海地震)… M8.5) |
| 8. 有馬-高槻断層…………… M7.2 | 16. 花折断層帯…………… M7.5 | |

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。



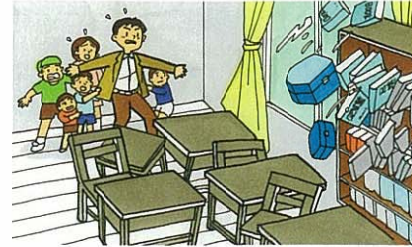
5. 靴をはいてください。



6. 逃げるとき 持っ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
外にいますとき



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。



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。



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。



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。



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。



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

家の中



家具の上に重い物をお置かないでください。



家具(本棚、タンス、食器棚)に転倒防止金具※を付けてください。

※転倒防止金具: 家具(本棚、タンス、食器棚)に付けます。家具が倒れません。



窓やガラスに飛散防止フィルム※を貼ってください。

※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。

家の外



バルコニーや屋根から物が落ちるかもしれません。危険な物を置かないでください。



アンテナが倒れます。しっかりと止めてください。



プロパンガスのボンベが倒れます。チェーンで止めてください。

1. 京都の大雨と台風

1953年 京都に大きな台風が来ました。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. 台風の時気を付けてください

風が強い台風の時どうしますか?



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。

雨の強い台風の時どうしますか?



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。

逃げるとき

スニーカーをはいてください。帽子をかぶってください。
 リュックサック^{※1}を使ってください。手に物を持たないでください。
 一人で逃げないでください。みんなで逃げてください。
 子どもやお年寄りを助けてください。
 高いところへ逃げてください。救助^{※2}を待ってください。



道を歩くとき

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。
 棒を持ってください。水が多いと歩くことができません。
 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

3. 今から準備してください

- 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。
 懐中電灯^{※3}を準備してください。
- 窓ガラスが割れるかもしれません。
 飛散防止フィルム^{※4}やテープを貼ってください。
- 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。
- 非常持出品^{※5}を準備してください。
- 樋^{※6}・排水口^{※7}を掃除してください。



※3 懐中電灯: 手で持つライト(電灯)。※4 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
 持っていきます。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
 1. 災害用伝言ダイヤルなど

さいがいようでんごん
 災害用伝言ダイヤル

地震や台風^{※1}のとき、電話^{※2}が掛からなくなるかもしれません。
 災害のときに電話、携帯電話、パソコンで家族と連絡ができます。
 今からインターネットで調べてください。番号をメモしてください。

さいがいようでんごん
 災害用伝言ダイヤル(171)

	171	1	でんわばんごう 電話番号	メッセージをのこす
	171	2	でんわばんごう 電話番号	メッセージを聞く

さいがいよう
 災害用ブロードバンド伝言板(web171)

<https://www.web171.jp>

けいたい
 携帯・PHS版災害用伝言板サービス

NTT docomo <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
 au <http://dengon.ezweb.ne.jp/>
 SoftBank <http://dengon.softbank.ne.jp/>



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	<input type="checkbox"/> せいりようひん 生理用品	た その他
<input type="checkbox"/> たもの 食べ物	<input type="checkbox"/> ぶくろ ビニール袋	<input type="checkbox"/> ラジオ
<input type="checkbox"/> のみず 飲み水	たいせつもの 大切な物	<input type="checkbox"/> かいちゆうでんとう 懐中電灯
せいかつようひん 生活用品	<input type="checkbox"/> つうちゆういん キャッシュカード・通帳・印かん	<input type="checkbox"/> でんち 電池
<input type="checkbox"/> ふくしたぎ 服・下着	<input type="checkbox"/> けんこうほけんしょう 健康保険証のコピー	<input type="checkbox"/> ライター・マッチ
<input type="checkbox"/> てぶくろ 手袋	<input type="checkbox"/> かね お金	<input type="checkbox"/> ぼうし 帽子 (ヘルメット、防災ずきん)
<input type="checkbox"/> ティッシュ	<input type="checkbox"/> パスポート	<input type="checkbox"/> ナイフ
<input type="checkbox"/> タオル	<input type="checkbox"/> がいこくじんとうろくしょう 外国人登録証などのID	<input type="checkbox"/> かんき せんぬ 缶切り・栓抜き
<input type="checkbox"/> おむつ	<input type="checkbox"/> けいたいでんわ 携帯電話	<input type="checkbox"/> くすり (いつも飲んでいる薬、 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	<input type="checkbox"/> ラップ・アルミホイル	<input type="checkbox"/> もうふ 毛布 (タオルケット、寝袋)
<input type="checkbox"/> のみず ひとり1日30 飲み水 (1人1日30)	<input type="checkbox"/> ウエットティッシュ	<input type="checkbox"/> つかす 使い捨てカイロ
<input type="checkbox"/> たもの 食べ物 (レトルト食品、缶詰、お菓子など)	<input type="checkbox"/> トイレットペーパー	<input type="checkbox"/> しんぶんし 新聞紙
せいかつようひん 生活用品	た その他	<input type="checkbox"/> マスク
<input type="checkbox"/> せんめんようぐ 洗面用具	<input type="checkbox"/> たくじょう 卓上コンロ	<input type="checkbox"/> かんい 簡易トイレ
<input type="checkbox"/> なべ・やかん	<input type="checkbox"/> ガスボンベ	<input type="checkbox"/> ロープ
<input type="checkbox"/> わりばし・紙皿・紙コップ	<input type="checkbox"/> 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。 気をつけてください。すごい 雨が 降ります。 気をつけてください。(暴風警報、大雨警報、洪水警報など)
こうずい 洪水	あめ 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。
ちゆういほう 注意報	つよ かせ ふ き 強い風が吹きます。気をつけてください。 たくさん 雨が 降ります。気をつけてください。 (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
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。」
ひなんじよ 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	かせ はや 風の速さ
ぼうふういき 暴風域	たいふう つよ かせ ふ ばしょ 台風でとても強い風が吹く場所
ぼうふうう 暴風雨	ととも つよ かせ あめ とても強い風と雨
よしん 余震	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	ととも き とても気をつけます。
どうかい 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

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。
 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。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。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

避難所の生活

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。
 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。

ぼうさい

防災メモ

なまえ じゅうしょ でんわばんごう
 (名前、住所、電話番号など)

名前(なまえ)	 しょうぼうしょ 消防署 119 <small>かじ びよき (火事のとさとケガや病気をしたとき、 でんわ 119に電話をしてください)</small>
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
外国人登録証 No. (がいこくじん とうろくしょう ナンバー)	
日本の住所(にほんのじゅうしょ)	きんきゅう でんごん 緊急伝言 ダイヤル 171
電話番号(でんわばんごう)	
自宅(じたく)	
携帯(けいたい)	
家族 名前(かぞくなまえ)	
会社・学校など(かいしゃがっこう)	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
日本の友達(にほんのともだち)	電気(でんき)
名前(なまえ)	
住所(じゅうしょ)	水道(すいどう)
電話(でんわ)	さいがい かぞく あ 災害のときに家族で会うところ
外国の連絡先(がいこくのれんらくさき)	
名前(なまえ)	
電話(でんわ)	