



为外国居民的防灾指南

外国人住民のための防災マニュアル【中国語：中文】



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。

富山市

为外国居民的防灾指南

日本过去曾发生过许多地震和台风等自然灾害，因此无法预测富山市周边何时会发生地震。地震预测是非常困难的，为了万一发生地震时可以冷静的行动，从平时就要掌握好地震等防灾知识做好思想准备是非常重要的。

日本では過去に数多くの地震や台風等が発生しており、富山市周辺でもいつ地震が起こるかわかりません。地震は予知することが困難ですが、いざというときに落ちついて行動できるよう、日頃から地震等の際の正しい心構えを身につけておくことが大切です。

发生地震时

地震が発生したとき

！ 确保自身安全 身の安全を確保

- 可以躲到写字台或餐桌等下面，保护自身安全。此外，请用坐垫等保护好头部。
- 待剧烈摇动平稳为止，不要慌张冲出门外，要冷静行动。

・机やテーブル等の下に隠れて身の安全に努めましょう。

また、座布団などがあれば、頭部を保護しましょう。

・大揺れがおさまるまで、あわてて外へ飛び出すことなく、落ち着いて行動しましょう。



！ 冷静地防火

冷静に火災を防ぐ

- 不要急于往外跑，在地震停止后立即关闭使用中的煤气、煤油炉等用火器具（因地震发生的火灾大部分是由于使用中的煤油炉引起的）。万一发生火灾时，请用灭火器或水桶等灭火工具扑灭初起火源。此外，大声通知附近的人，大家共同协助灭火。

· すぐに外に飛出さないで、使用中のガス器具やストーブなどは、地震が収まってから火を消しましょう（地震によって発生した火災の大半が使用中のストーブによるものです）。万一出火したら、消火器やバケツなどの消化用具でボヤのうちに消し止めましょう。また、大声で隣近所に声をかけ、みんなで協力しあって消しましょう。



！ 不要靠近危险场所

危険な場所に近寄らない

- 地震发生后避难之际，请关闭煤气阀门的总开关，拔掉电器用具的电源后进行避难。
- 避难时尽可能不要驾驶汽车一定要步行避难。此外，走路时应避免通过狭窄胡同，以免被掉落下的瓦片、倒塌的围墙砸伤。

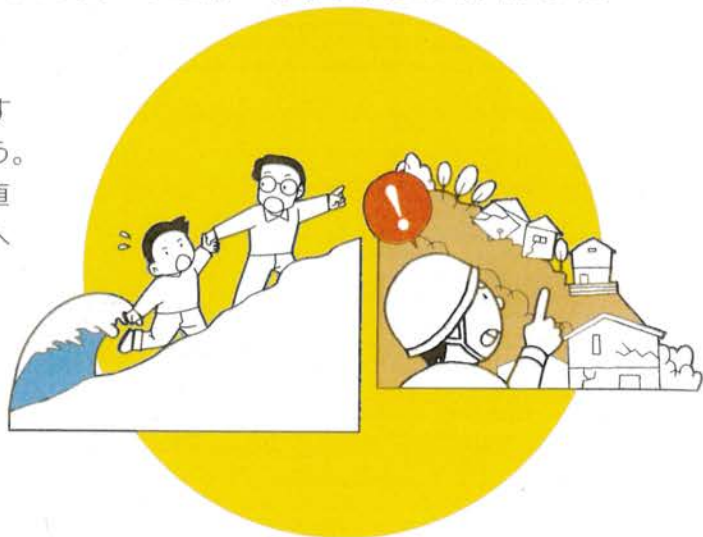
· 地震後に避難する場合は、ガス器具は元栓を締め、電気器具は電源プラグを抜いてから避難しましょう。

· 避難は自動車は使わないように必ず徒歩で避難しましょう。また、徒歩中に狭い路地や塀ぎわは、瓦などが落ちてきたり、ブロック塀が倒れてきたりするので、遠ざかりましょう。



- 山脚及陡坡地区容易引起崩塌，请尽早前往避难场所。
- 感觉到长时间摇动时，请立即离开海边，尽快躲避到高处或海啸避难场所。

- 山ぎわや急傾斜地域では、がけ崩れが起こりやすいので、自分で早めに避難場所へ避難しましょう。
- 長い時間ゆっくりとした揺れを感じたときは、直ちに海から離れ、早めに高台や津波避難場所へ避難しましょう。



! 掌握好准确的信息

正確な情報を把握しましょう

- 注意收听收音机、收看电视的报道，不要听信谣言。
- 尽量避免拨打不紧急的电话。尤其是向消防机关等咨询灾害情况，以免妨碍消防活动。

- ラジオやテレビの報道に注意して、風評にまどわされないようにしましょう。
- 不急な電話はなるべくかけないようにしましょう。特に消防関係機関等に対する災害状況の問い合わせは消防活動に支障をきたすのでやめましょう。



! 开车时

自動車の運転では

- 开车时如发生了地震，应立即将汽车停在道路的左侧，关闭发动机，打开收音机收听灾害情况。
- 避难离开时，不要拔出车钥匙，要步行去避难。

- 運転中に地震が発生したら直ちに道路の左側に停車し、エンジンを止め、ラジオで災害状況を聞きましょう。
- 避難するときには、車のキーを付けたままにして、徒歩で避難しましょう。

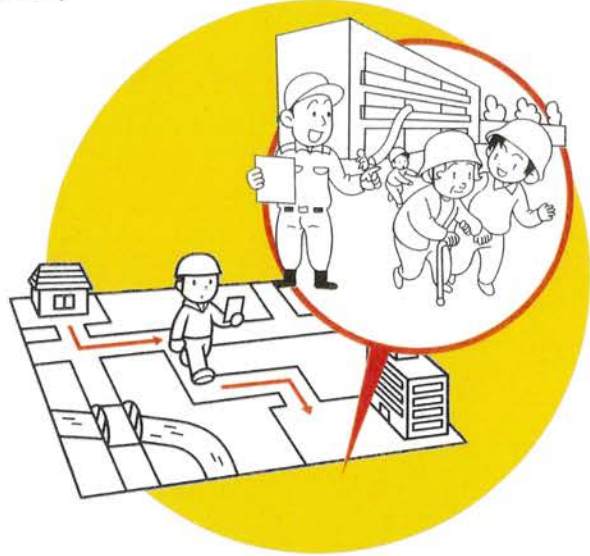


! 积极参加地区的防灾训练

地域の防災訓練に積極的参加

- 从平时开始积极参加地区的自主防灾训练，掌握防灾技能。
(富山市在每年9月举行防灾训练，请积极参加)

・日頃から地域の自主防災訓練に積極的に参加し、防災行動力を身につけましょう。
(富山市では毎年の9月に防災訓練を行いますので、ぜひ参加してください)



! 决定家里每人的摊派

家族分担を決めましょう

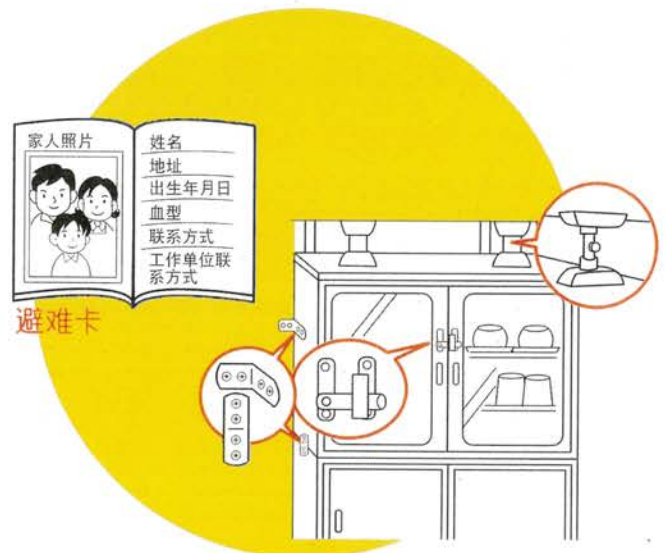
- 发生地震时，为了让家人冷静行动，从平时就决定好各自的摊派，如家中的安全角落、用火检查、避难场所、避难途径等。
- 各自携带避难卡，备好各国大使馆的联系方式。
- 家人共同协助用卡子等将家具固定好，以防止颠倒、掉落等。
- 平时要备好对灭火有用的灭火器等。

・地震のとき、家族があわてずに行動できるように、普段から家の中でどこが安全か、火気の点検、避難場所、避難路などみんなの分担をはっきり決めておきましょう。

・避難カードや各国の大使館連絡先を作成し、各自携帯しましょう。

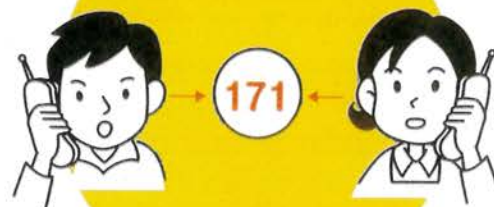
・家具の転倒・落下等の防止するため、家族で協力しあってトメ金などで固定しておきましょう。

・消火に役立つものをふだんから用意し、備えておきましょう。



- 与家人决定好发生灾害时拨打“灾害留言电话171”，或者利用手机电话公司的“灾害留言板”功能。

「災害伝言ダイヤル171」や携帯電話会社の「災害時伝言板」の活用を家族で決めましょう。



! 避难场所 避難場所

- 请务必确认附近的避难场所（小学、中学、公园等）。

・近くの避難場所（小・中学校、公園など）を必ず確認しておきましょう。



从平时开始做准备

日頃からの備え

做到“有备无患”，请将应急物品放在随时可以拿取的地方

「備えあれば憂いなし」いつでも持ち出せる場所に備えておきましょう



食品等

食糧等



可携带的饮用水
携帯用飲料水



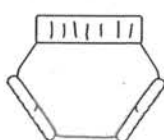
方便食品
インスタント食品



罐头
缶詰



奶粉、奶瓶
粉ミルク・哺乳瓶



纸尿裤
紙オムツ



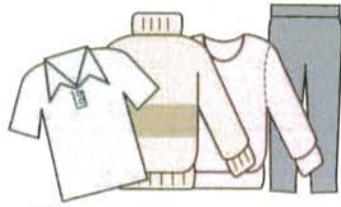
塑料袋
ビニール袋

衣服

衣料



雨具
雨具



换洗的衣物、
随季节要携带防寒用具
着替え、季節により防寒具



睡衣
寝間着



内衣
下着



袜子
靴下



劳动用手套
軍手



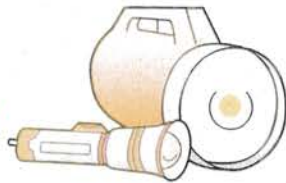
毛巾
タオル



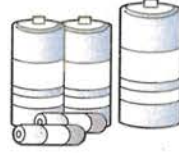
毛毯
毛布

生活用品

生活用品



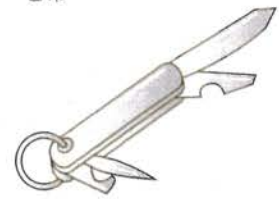
手电筒
懐中電灯



电池
電池



蜡烛
ローソク



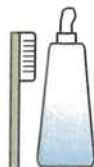
小刀、罐头起子
ナイフ、缶切



火柴、打火机
マッチ、ライター



洗涤剂
洗剤



洗漱用品
洗面具



手纸
トイレトペーパー



剃须刀
ひげそり



免水洗发液
水のいらないシャンプー

急救药品

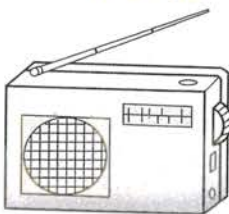
救急医薬品

常备药 常備薬
 创伤药 傷薬
 肠胃药 胃腸薬
 脱脂棉 脱脂綿
 绷带 包帯
 创伤膏 絆創膏
 剪刀 はさみ
 小钳子 ピンセット



其它

その他



收音机
ラジオ



手机
携帯電話



戳子
印かん



现金
現金



身份证
身分証明書



存折
預金通帳

紧急时的通报号码

緊急時の通報番号

警察 警察	110
消防、急救 消防・救急	119
发生停电、故障时 停電・故障の時	0120-776453
煤气泄漏时 ガス漏れの時	0570-024-099
停水时 断水の時	076-432-8580
富山市民国际交流协会 富山市民国際交流協会	076-444-0642 (咨询窗口)
富山市役所文化国际课 富山市役所文化国際課	076-443-2040 (咨询窗口)

仅提供日语服务

关于登录灾害信息电子邮件发送服务

災害情報メール配信サービスの登録について

日本語のみ

富山市在紧急时期与发生灾害时将提供灾害信息电子邮件的发送服务。懂日语的外国居民也请登录。

关于登录方法请参阅富山市网站的首页。

防灾信息→灾害信息电子邮件发送服务→登录方法

• 咨询处:

富山市文化国际课 (TEL:076-443-2040)

富山市民国际交流协会 (TEL:076-444-0642)

富山市では、緊急時や災害発生時などにその状況を電子メールで配信するサービスが行っています。日本語のわかる外国人住民も是非ご登録してください。

登録方法などについては、富山市のホームページのトップページに
防災情報→災害情報メール配信サービス→登録方法

• お問合せ先：富山市文化国際課 (TEL.076-443-2040)
富山市民国際交流協会 (TEL.076-444-0642)



灾害信息
发送电子邮件

灾害时的留言电话171（震度6级以上）

災害時の伝言ダイヤル171（震度6弱以上）

发生灾害电话难以接通时，可以进行留言录音和播放。录音保存时间为48小时。

災害時に電話がつながりにくくなった時に、伝言の録音・再生ができます。保存時間は録音してから48時間です。



录音方法 録音方法

每件30秒以内（1件あたり30秒以内）



播放方法 再生方法



* 除灾害发生时期之外NTT还设有姨遯權沼。

- 每月1日 从0点起至24点
- 1月1日起至3日 从0点起至24点
- 防灾周 8月30日9点起至9月5日17点

* 災害時以外にもNTTは「体験利用日」を設定しております。

- 毎月1日 0時から24時
- 正月1日から3日 0時から24時
- 防災週間 8月30日 9時から、9月5日 17時

在发生灾害时的避难场所

災害時避難場所にて

避难场所

避難場所

咨询窗口

相談窓口

接待处

受付

洗手间

トイレ

食品于 点 分进行分发

食べ物 は 時 分に配ります

可以通过拨打灾害电话171确认是否平安

災害ダイヤル171で安否確認ができます

受灾证明书于 月 日起领取

罹災証明書は 月 日からもらえます

请各自保管好贵重物品

貴重品は自分で管理してください

有翻译人员

通訳がいます

请携带容器前来

容器を持ってきてください

募集志愿者

ボランティアを募集しています

请勿在此扔垃圾

ここにゴミを捨てないでください

在避难场所不受国籍、在留资格的限制，任何人都可以接受服务。

避難場所では国籍や在留資格に関係なく、誰でもサービスを受けることができます。

浴室无法使用

風呂は使えません

禁止洗涤

ここで洗濯できません

禁止进入

立入禁止

自来水管道路预计在 月 日恢复使用

水道は 月 日に復旧の予定です

请提出因健康或宗教信仰而不能食用的食品。

健康・宗教上に食べられないものがあるかたはお申し出ください

禁止使用

使用禁止

支援物资

支援物資



为外国居民的防灾指南

外国人住民のための防災マニュアル

