

がいこくじん
外国人のための

ぼうさいはんどうぶつ
防災ハンドブック

いま じゅん び
～今から 準備 しましょう～



福岡県

このガイドブックは 外国人が 日本で 災害に あったときに

どうしたら良いかを 紹介するものです。

災害とは 地震 大雨 台風 土砂崩れ 火事などです。

▲正しい 情報を 手に入れましょう

▲災害が おきたら 水、電気、ガスが 止まるかもしれません

▲危険なときは 避難所に 行きましょう

▲危険な 場所が たくさん あります

▲災害が おきたら 道路や 鉄道が 止まるかもしれません

▲交通が とまると すぐに 帰国することは できないかもしれません

▲被害を 受けた人が 支援を 受けるためには り災 証明書（被害を受けたことを 証明する 書類）が 必要です

▲新しい 住所が きまったら 郵便局に 住所変更の 届けを 出して ください

▲災害のときに だまして お金を とろうとする人に 気をつけて ください



地震とは

日本は地震の多い国です。

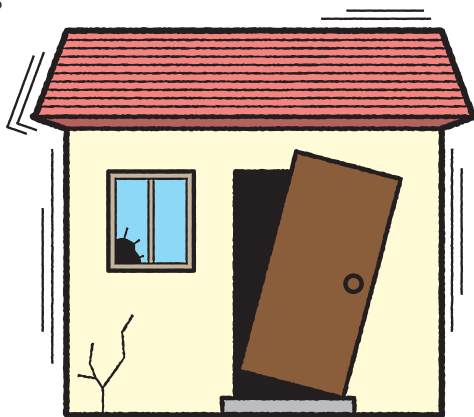
いつどこで起こるか分かりません。

大きな地震の後には余震（後からくる地震）があります。

地面がゆれて家やビルが壊れます。

水道 電気 ガスが止まります。

津波がきます。



日本では数字でゆれの大きさを表します

震度3	部屋にいとゆれを感じます
震度4	電灯が大きくゆれます
震度5弱	たなにある食器や本が落ちます
震度5強	物につかまらないと歩くことがむずかしいです
震度6弱	かべのタイルや窓ガラスがおちます
震度6強	家具が動いてたおれます
震度7	自分の思うようにうごけません

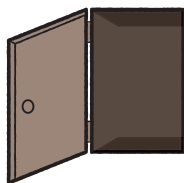
地震が おきたら

部屋の中にいるとき

1. テーブルや机の下にかくれます 2. ゆれがおさまったら火を消します



3. ドアを開けて出口をつくります 4. けがをしないように靴を履きます



5. 非常持ち出し品を確認めます 6. 周りの安全をよく見て外に出ます

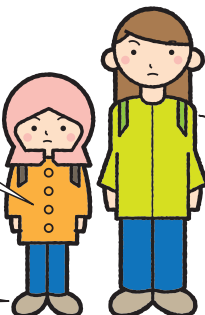


避難するときは

ながそで
長袖、
ながぼん
長ズボン
べんて
軍手 (手袋)

かいちゆうでんとう
懐中電灯

そこ
底の厚い靴



へるめつと
ぼうさいずきん
防災頭巾

りゅっく
リュック

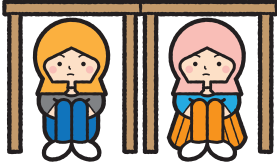


らじお
ラジオ

そと
外にいるとき

がっこう かいしゃ
学校や会社

ほんだな まど はな
本棚や窓から離れて
つくえ した
机の下にかくれます



すーぱー でばーと
スーパーやデパート

かかりいん しじ したが
係 員の指示に従います



くるま うんてんちゅう
車を運転中

みち ひだり くるま と えんじん き
道の左に車を止め、エンジンを切ります
かぎ
鍵は つけたまま 逃げます



うみ ちか
海の近く

つなみ く
津波が来るので、
うみ とお たか に
海から遠く高いところに逃げます



え れ べー たー なか
エレベーターの中

すべ かい ほ た ん お
全ての階のボタンを押し、
ど あ ひら
ドアが開いたらすぐに降ります



でんしゃ ば、す なか
電車やバスの中

あわてて外に飛び出さないで、
かかりいん しじ したが
係 員の指示に従います



たてもの ちか
建物の近く

たてもの ごわ
建物が 壊れたり
もの お はな
物が落ちてくるので 離れます



やま ちか
山の近く

やま がけ くす
山や崖が崩れることがあるので
あんぜん
安全なところに逃げます



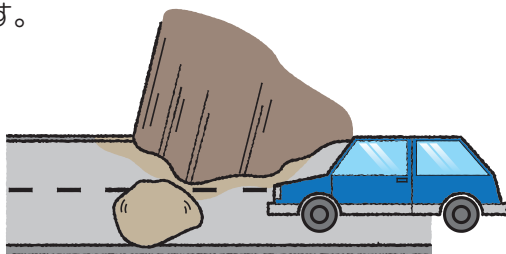
おお あめ たいふう 大雨・台風とは

おお あめ 大雨

大雨は 6月～7月の梅雨のときや 台風のときに たくさん おこります。

川の水が あふれます。家が 水につかり、地下へ 水が 流れ、道が 水であふれます。

山や がけの 土が くずれます。



たいふう 台風

台風は 7月～9月に たくさん きます。

激しい雨がふり 強い風がふきます。

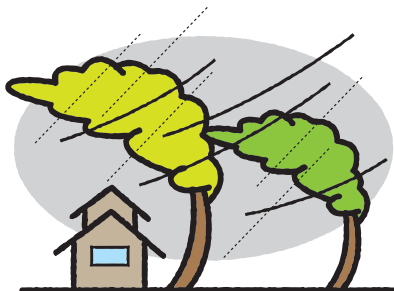
川の水があふれ 海が 荒れます。

強い風で 看板や 瓦などが 飛びます。

電車 バス 地下鉄など のりものが 止まります。

<風の強さ>

ふうそく 風速20m/s	かんばん と 看板が 飛びはじめる
ふうそく 風速30m/s	た 立って いられない
ふうそく 風速40m/s	や ね あまど と 屋根や 雨戸が 飛ぶ

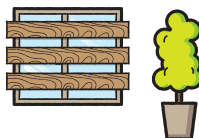


おおあめ たいふう 大雨・台風のときは

おおあめ たいふう 大雨・台風がくるまえにすること

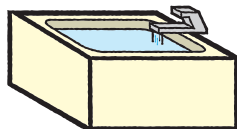
1. 家の外を準備します

飛ばされそうなものをとめます
窓や雨戸は鍵をかけます



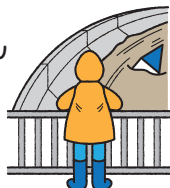
2. 水を準備します

水道が止まるので水を準備します
風呂にも水をためます



3. 危険な場所に近づいてはいけません

川、海岸、山の近くは危険です



おおあめ たいふう 大雨・台風が近づいたらすること

1. 新しい情報を調べます



2. 逃げるときに持っていくものを準備します



3. 外に出てはいけません



4. 避難の知らせがあったら逃げます

市や町から避難の知らせが出たら
案内のとおりすぐに逃げます



どしゃさいがい きけん 土砂災害の危険

おおあめ たいふう つち
大雨、台風で土がやわらかくなります。

やま ちか さいがい お
山の近く かけでは災害が起きます。

はや ひ なん
早めに避難します。

1. ど せきりゅう 土石流

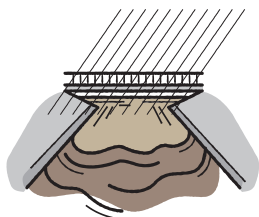
やま かわ いし つち
山や川の石や土が
なが
流れます

2. かけくす がけ崩れ

つち
がけの土が こわれて
お
落ちます

3. し すべ 地滑り

ひろ つち
広く 土が
すべり お
落ちます



どしゃさいがい けいかいじょうほう ▲土砂災害 警戒情報

どしゃさいがい お はんびょう
土砂災害が 起きそうとき 発表されます

ちゅう い ほう けい ほう さいがい < 注意報と 警報 (災害の おしらせ) >

おおあめちゅう い ほう けい ほう とくべつけい ほう 大雨 注意報・警報・特別警報	おおあめ かわ みず 大雨で 川の 水が あふれます。 つち 土が くずれます
こうずいちゅう い ほう けい ほう 洪水 注意報・警報	おおあめ かわ みず 大雨で 川の 水が あふれます
きょうふうちゅう い ほう ほうふうけい ほう とくべつけい ほう 強 風 注意報・暴風警報・特別警報	つよ かせ 強い 風が ふきます
は ろうちゅう い ほう けい ほう とくべつけい ほう 波浪 注意報・警報・特別警報	つよ かせ うみ なみ たか 強い 風で 海の 波が 高くなります
たかしおちゅう い ほう けい ほう とくべつけい ほう 高潮 注意報・警報・特別警報	たいふう うみ みず 台風などで 海の 水が あふれます

ちゅう い ほう
注 意 報・
けい ほう とくべつけい ほう
警 報・特別警報に
き
気をつけよう！



火事が起きたら



1. 「火事だ!」と大きな声で まわりの 人に 知らせます
2. 119番 (消防署) に連絡します

119番のかけ方

- ① 「火事です」
- ② 「〇区〇〇丁目〇番〇号
〇〇マンションです
〇〇公民館の となりです」
- ③ 「〇〇が 燃えています」
- ④ 「私の名前は 〇〇です。
電話は 〇〇〇-〇〇〇〇です」

⚠ 火事、救急の 区別、
場所と 火事の 様子を
伝えます

3. 消火器や 水で 火を 消します

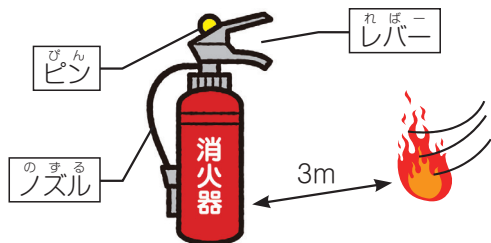
消火器が ないときは クッションで 火をたたいたり
ぬらしたタオルや シーツで おおって 火を 消します

⚠ 油の 入った なべ、石油ストーブ、
電気器具には 水を かけては いけません!



消火器の 使い方

- ① ピンを ぬく
- ② ノズルを もつ
- ③ 3mくらい はなれる
- ④ レバーを 押す



住宅用火災報知器

火事で でてきた煙や熱を 感じて、大きな音を 鳴らすものです。
法律で 置くことが 決まっています。



4. 避難します

火が天井まできたら、逃げます。



煙には危険なガスが入っています！

ぬれたハンカチやタオルを口と鼻にあてて
体を低くして逃げます

5. マンションやデパートなどの高い建物では 階段で逃げます

火や煙は上にすすみます。下に逃げます。

エレベーターは使ってはいけません。

6. 外にでたら、中にもどってはいけません！

火事を防ぎます

家のまわりにもえる物を
おいてはいけません



タバコの消し忘れを
してはいけません



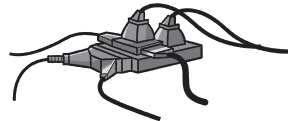
ストーブの近くに もえる物を
おいてはいけません



台所からはなれるときは
火を消します



ひとつのコンセントにたくさんの
電気器具をつないではいけません



こどもがわかる ところに マッチや
ライターをおいてはいけません



いつも 準備しておきましょう

1. 家族で 話します

逃げる 場所と 連絡する 方法を
みんなで 話します。



2. 逃げる ときに 持って行く ものを しらべます

3. 家の中を 準備します

①家具が たおれないように 止めます。
ガラスが われないように 窓や 食器棚に
フィルムをはります。



②通路や 出入口を かたづけて 逃げる道をつくります。

③逃げるときに 持っていくものを 準備します。
懐中電灯、携帯用ラジオ、救急用品、非常用食料、
携帯ボンベ式コンロなど。

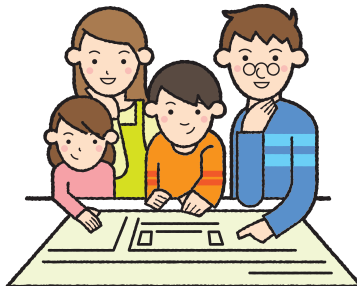
4. 建物が 安全か しらべます

建物が ゆれに 強い か しらべます。
かわら、アンテナが とばないように 止めます。
古くなった ブロック塀は 修理します。



5. 近所の 人と 助けあいます

災害の ときは、みんなの 力が 必要です。
普段から 近所の 人と 助けあいます。



さいがい 災害の ときに ひつよう 必要な もの



に 逃げる ときに も 持っていくもの

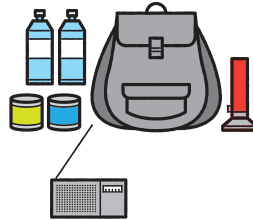
に 逃げる ときに も 持っていくものです。

リュックに入れて、とりだしやすいところにおきます。

食^たべものなど	の^{みず} 飲み水 の^た 食べもの (かんぱん 乾パン、かんづめ 缶詰、れとるとしよくひん レトルト食品など) こなみるく 粉ミルク、ほにゅうびん 哺乳瓶 ないふ ナイフ、かんき 缶切り	ふく 服、したぎ 下着 たおる タオル あまく 雨具 (かさ、れいんこーと レインコート) さむ 寒いときに 着る 服
くすり	ひじょう 非常の ときの くすり いつも 飲む くすり かみ 紙おむつ、せいりようひん 生理用品 ていつしゅ ティッシュ	かいちゅうでんとう 懐中電灯 らじお ラジオ でんち 電池 くんで 車手、てぶくろ 手袋 にちようひん 日用品 つか 使い捨てカイロ ひき 筆記用具 (べん 鉛筆、えんぴつ メモ) びにール びにール袋 らいたー マッチ ほうさいずん 防災頭巾、へるめつと ヘルメット
大切なもの	かね 金、きやつしゅカード キヤッシュカード、つうちよう 通帳 いんかん 印鑑 けんこうほけんしやう 健康保険証 みぶんしやうめい 身分証明	

いえ 家に いつも じゅんび 準備するもの

しばらく せいかつ 生活するためのもの
にちぶん いじよう 3日分以上を じゅんび 準備します。



食^たべものなど	の^{みず} 飲み水 (ひとり にち りつ とる 1人1日3リットル) れとるとしよくひん レトルト食品、かんづめ 缶詰、かんぱん 乾パン、くらつかる クラッカー ちよこれーと チョコレート、あめ アメ、こなみるく 粉ミルク たくしやうこんろ 卓上コンロ、ねんりよう 燃料 なべ、わりばし、かみざら 紙皿、かみこつぷ 紙コップなど	かいちゅうでんとう 懐中電灯、ろうそく、ランタン、ラジオ うえつとていつしゅ ウエットティッシュ、といれつとペーパー トイレトペーパー にちようひん 日用品 もうふ 毛布、ねぶくろ 寝袋、 しんぶん 新聞紙 こうぐ 工具
---------------------------	--	---

ぼうさいめも
防災メモ

しょうぼうしょ ぼう
消防署 119番

かじ けが びょうき
火事・ケガや病気の時



けいさつしょ ぼう
警察署 110番



じぶんめも
自分のメモ

なまえ 名前	ばすほーと パスポート No.
くに 国	がいこくじんとうろくしょうまた 外国人登録証 又は ざいりゅうかーど 在留カード No.
にほん じゅうしょ 日本の住所	
でんわ 電話	けいたい 携帯

かぞく
家族の
れんらくさき
連絡先

なまえ 名前	でんわばんごう 電話番号

しんせき ちじん
親戚・知人の
れんらくさき
連絡先

なまえ 名前	でんわばんごう 電話番号

れんらくさき 連絡先	でんわばんごう 電話番号	れんらくさき 連絡先	でんわばんごう 電話番号
がす ガス		たいしかん りょうじかん 大使館・領事館	
でんき 電気		びょういん 病院	

ひなんばしょ
避難場所

かぞく しゅうこうばしょ
家族の集合場所

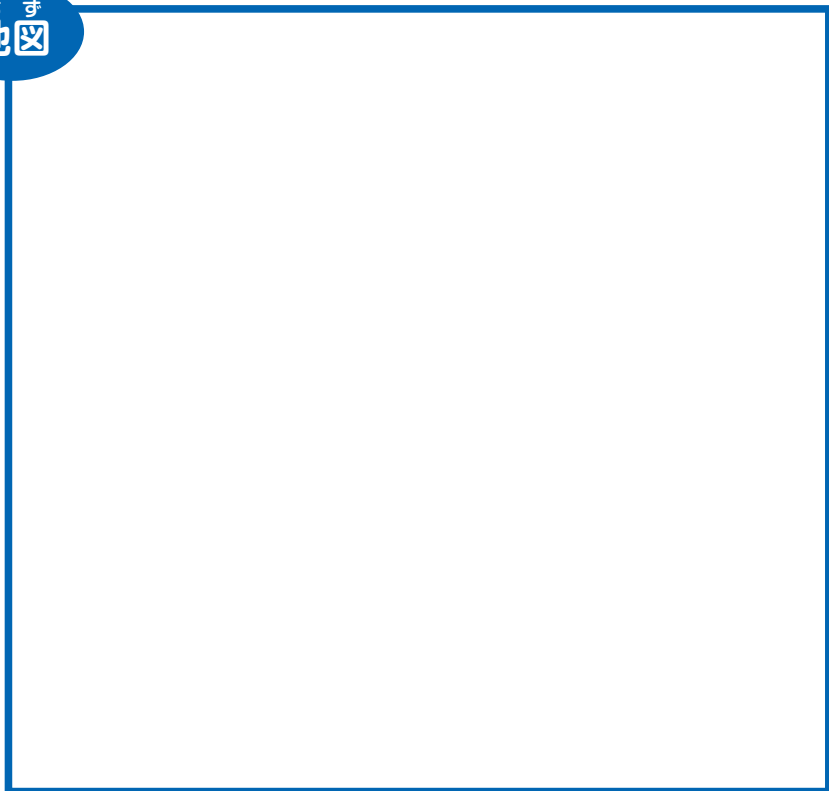
避難所 (にげる ところ)

避難所を しらべて 家の 近くの 地図をつくります。

避難所は 学校、公民館、市民センターなどです。

避難所では 食事ができます。ねる 場所があります。

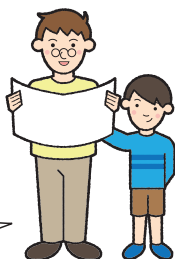
ち
ず
地図



避難所までの

安全な道を

ある
歩いて さがしましょう



ぼうさいまどぐち ひなんじょ 防災窓口・避難所

けん し ぼうさいまどぐち
県や市の防災窓口です

ば そ こ ん ひ なん じ ょ
パソコンから避難所をしらべることができます



ふく おか けん 福岡県

ふくおかけん ぼうさい き き かん り き ゅ く し ょ う ぼう ぼう さい し どう か
福岡県 防災危機管理局 消防防災指導課

でん わ ばん こ う に ほ ん こ
電話番号 092-643-3113 日本語のみ



ふくおかけん ひ なん し え ん ま っ ぶ
福岡県 避難 支援マップ

<http://www.bousai.pref.fukuoka.jp/shienmap/index.html>

ふくおかけん こ く さい こ う り ゅ う セ ン タ ー
福岡県国際交流センター「こくさいひろば」

がいこくじん そうだん まどぐち でん わ ばん こ う
外国人相談窓口 電話番号 092-725-9200

に ほ ん こ え い こ ち ゅ う こ く こ かんこくこ か の う
日本語・英語・中国語・韓国語可能

ふく つ し 福津市

ふく つ し そ う む ぶ ぼうさいあんぜん か あんしんあんぜん かかり
福津市 総務部 防災安全課 安心安全まちづくり係

でん わ ばん こ う に ほ ん こ
電話番号 0940-43-8107 日本語のみ



ふく つ し ほ ー む ペ ー じ
福津市ホームページ

<http://www.city.fukutsu.lg.jp>

さい が い じ ょ う ほう れ ん ら く 災害の情報・連絡は

がいこくこ ら し お ほう そ う
外国語FMラジオ放送「LOVE FM」

じ し ん たいふう おおあめ じ ょ う ほう こ と ば し
地震、台風、大雨の情報をいろいろな言葉で知らせます。

ふくおか
福岡 76.1MHz

ふくおかにし
福岡西 82.5MHz

きたきゅうしゅう
北九州 82.7MHz

ぼうさい めーる 防災メール

- 防災メール まちるくんは、福岡県が 行っている メールサービスです。
- 地震・津波、台風、大雨等の気象情報を すぐに 知ることができます。
- 災害が おきたとき あなたの メッセージを 家族や友人に 知らせる ことができます。

まちるくんは、英語と日本語があります。
インターネットから登録できます。(お金はいりません)

英語URL <http://www.bousaimobile.pref.fukuoka.lg.jp/en/>

日本語URL <http://www.bousaimobile.pref.fukuoka.lg.jp/>

<英語版>



<日本語版>



©CyberConnect2 Co., Ltd.

さいがいよう でんごん だ い や る 災害用 伝言ダイヤル

災害用 伝言ダイヤルは、災害の ときに 電話番号に
伝言を 録音したり 聞いたり することができます。
公衆電話・携帯電話 からも 利用できます

さいがいよう でんごん だ い や る 災害用 伝言ダイヤル 171

◆伝言を 録音する

① ⑦ ① - ① - □□□-□□□-□□□□ → ガイダンスにそって 録音します
自分の 電話番号

◆伝言を 聞く

① ⑦ ① - ② - □□□-□□□-□□□□ → ガイダンスにそって 伝言を聞きます
相手の 電話番号

福岡県国際局国際政策課

福岡市博多区東公園 7 番 7 号

TEL:092-643-3201 FAX:092-643-3224

2017年4月版