

# 子どもと親の防災ガイドブック Посібник для дітей та батьків "Захист від стихійних лих"

災害とは地震や台風などにより発生する被害のことだよ。  
防災とは災害への対策をとることだよ。

Лихи - це збитки, спричинені землетрусами, тайфунами тощо. Захист від лих - означає вжиття заходів проти лих.

いっしょに防災について考えてみよう!  
Давайте подумаємо про захист від лих разом!

日本は地震や台風などの自然災害が多い国です。兵庫県では、過去に阪神・淡路大震災(1995年)などの大きな被害を受けました。事前に災害・防災について学び、もしもの事態に備え、自分自身と大切な人を守りましょう。

Японія є країною з багатьма стихійними лихами, такими як землетруси та тайфуни. Префектура Хіого зазнала великих збитків у минулому, наприклад Великий землетрус Хансін-Авадзі (1995). Дізнайтеся про лихи та захист від них заздалегідь, готуйтеся до ситуацій «що-якщо», та захистіть себе та своїх близьких.

災害ってなに?  
防災ってなに?  
Що таке лихи?  
Що таке "Захист від стихійних лих"?



## I 災害 (Saigai) について学ぼう! Дізнайтеся про лихи (Сайгай)

- 1 地震 (Jishin)  Землетрус (Jishin) ..... 1
- 2 津波 (Tsunami)  Цунамі (Tsunami) ..... 3
- 3 風水害 (Fuusuigai) など  Збитки від вітру та повені (Fuusuigai) тощо. .... 5

## II 備え・避難 について学ぼう! Дізнайтеся про підготовку та евакуацію

- 1 災害への備え  Підготовка до лиха ..... 7
- 2 避難 (Hinan)  Евакуація (Хінан) ..... 9
- 3 避難先  Місце для евакуації, притулку ..... 11
- 4 家族で話し合っておきましょう!  Обговоріть заздалегідь зі своєю родиною ..... 13

## III 覚えておこう! 調べよう!  Давайте запам'ятаємо!  Давайте дізнаємося!

- 1 覚えておこう!  Давайте запам'ятаємо! ..... 15
- 2 災害時に役立つ多言語ツール  Корисні під час лиха багатомовні приспособлення ..... 17
- 3 防災訓練等  Навчання щодо захисту від надзвичайних лих і т.д. .... 19

本ガイドブックは重要な言葉にローマ字(ヘボン式)で読み方を併記しており、長音は母音字を並べて表記しています。

У цьому посібнику вимова важливих термінів написано латинськими літерами (шрифт Хепберн), подовження звуку написано подвоєнням голосної літери.

公益財団法人 兵庫県国際交流協会  Асоціація міжнародного обміну Хіого

この防災ガイドブックは(公財)兵庫県国際交流協会のホームページからダウンロードできます。

Цей посібник "Захист від стихійних лих" можна завантажити з веб-сайту Асоціації міжнародного обміну Хіого



# I 災害(Saigai)について学ぼう!

# 1

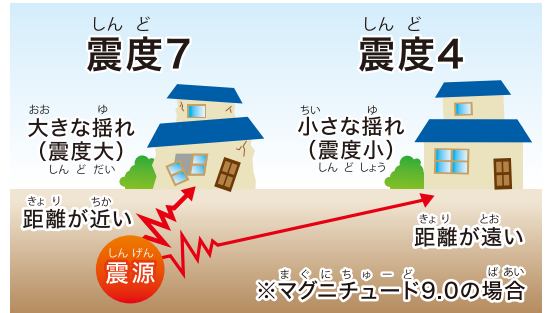
# 地震(Jishin)

日本は、世界の中で地震が多い国です。私たちの命や生活を守るために、地震について、よく知っておきましょう

## ◎ 震度(Shindo)

「震度」は私たちが住んでいる場所での揺れの大きさです。日本だけで使われています。大事な言葉なので覚えておきましょう。「マグニチュード」は、地震そのものの大きさです。

<b>震度 7</b>	建物が壊れたり、倒れます 山がくずれたり 地面が割れたりします	
<b>震度 6強(6+)</b>	立って歩くことができません 弱い建物が傾いたり 倒れたりします	
<b>震度 6弱(6-)</b>	立つのが難しくなります 壁のタイルや窓ガラスが落ちたり ドアが開かなくなったりします	
<b>震度 5強(5+)</b>	歩くのが難しいです 固定されていない家具が 倒れたりします	
<b>震度 5弱(5-)</b>	窓ガラスがわれたり たなのお皿や本が落ちます	



(イメージ) 震度とマグニチュード

## 阪神・淡路大震災

1995年1月17日、淡路島の近くで、マグニチュード7.3、最大震度7の大きな地震がありました。6千人以上が亡くなりました。25万の家が壊れ、多くの人が避難所で生活しました。

## ◎ 揺れはじめたら気をつけること

### 家にいたら

机の下などに入りましょう。あわてず外に出てはいけません



### 学校にいたら

先生のいうことをよく聞いて、机の下などに入りましょう



### 外にいたら

ブロックベいなど、倒れたり落ちてきたりするものから離れましょう



### 電車・デパートなどでは

あわてないで、係の人のいうことを聞きましょう



## シェイクアウト訓練

地震の際の3つの安全確保行動「まず低く、頭を守り、動かない」を身につける訓練です。「ひようご防災ネット(☎P17)」から訓練の情報を発信しているので、登録して参加しましょう。



まず低く      頭を守り      動かない

## ◎ 揺れがおさまるまで待ちましょう

地震発生～2分、自分を守りましょう!

- 大きな揺れがおさまってから、あわてず火を消します
- ドアや窓を開けて逃げる道をつくります
- ガラスでけがをしないようにくつをはきます

2分～5分、落ち着いてまわりをよく見ましょう!

- 家族の安全を確かめます

## ◎ 「家には危ない」ときは避難所へ行きましょう(☞P11)

### 危ないとき

- 地震で家がくずれそうなとき
- 火事が近くで起こっているとき

### 避難しましょう!

- 非常用持出品を持ちます(☎P7)
- ガス栓を閉め、電気のブレーカーを切ります

# 1

## Землетрус (Jishin)

Японія є однією з країн світу з найбільшою кількістю землетрусів. Щоб захистити наше життя та засоби до існування, давайте дізнаємося більше про землетруси

### Сейсмо-бали (Синдо); Сейсмічна інтенсивність землетрусу у балах

«Синдо» - це величина тремора землетрусу у місці, де ми живемо. Це важливе слово, яке використовується лише в Японії, тому давайте його запам'ятаємо. «Магнітуда» - це розмір самого землетрусу

<b>7 балів</b>	будівлі руйнуються та падають, гори обвалюються і земля тріскається	
<b>6 сильних балів (6+)</b>	не може стояти і ходити, слабкі будівлі нахилиються і падають	
<b>6 слабких балів (6-)</b>	стає важко стояти, настінна плитка та віконне скло впаде, а двері не відчиняться	
<b>5 сильних балів (5+)</b>	стає важко ходити, незакріплені меблі падають	
<b>5 слабких балів (5-)</b>	тріскаються і випадають шибки у вікнах, з полиць падає посуд та книги	



(Зображення) Сейсмо-бали та магнітуда

### Великий землетрус Хансін-Авадзі

17 січня 1995 року біля острова Авадзі стався сильний землетрус магнітудою 7,3 і максимальною сейсмічною інтенсивністю 7 балів. Загибло понад 6 тисяч осіб. Було зруйновано 250000 будинків, багато людей жили в евакуаційних центрах

### Чого слід остерігатися, коли починається землетрус

#### Якщо ви вдома

Ховайтеся під стіл або ін., не можна вибігати в поспіху на вулицю



#### Якщо ви в школі

Слухайте уважно вчителя і лізьте під парту



#### Якщо ви на вулиці

Тримайтеся подалі від блокових стін та ін., оскільки вони можуть перекинутися або впасти



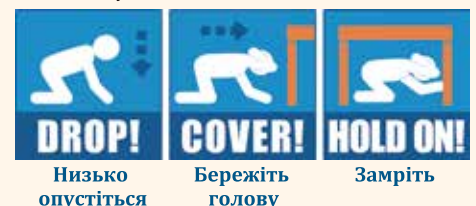
#### Якщо ви у потягах, універмагах тощо

Не панікуйте, слухайте, що скаже відповідальна особа



### Вправа "Шейк аут"

Це вправа, щоб вивчити 3-ри заходи безпеки, яких необхідно вжити у випадку землетрусу: «по-перше, тримайте голову низько, захистіть голову та залишайтеся нерухомими». Інформація про навчання надсилається з «Мережа Захист від стихійних лих Хіого» (☎P18), тому зареєструйтесь та візьміть участь



### Зачекайте, поки поштовхи припиняться

Захистіть себе самі протягом 2 хвилин після початку землетрусу!

- Після того, як сильне потрясіння припиниться, не панікуйте та загасіть вогонь
- Створіть шлях евакуації, відчинивши двері та вікна
- Взувайтесь, щоб не поранитися склом

Від 2-ї до 5-ї хвилини зберігайте спокій і огляньте навколо себе!

- Переконайтеся, що ваша сім'я в безпеці

### Коли «вдома перебувати небезпечно» - йдемо в евакуаційний пункт (☎P12)

**Коли небезпечно**

- Коли будинок ось-ось завалиться через землетрус
- Коли поблизу горить пожежа

**Евакууйтеся!**

- Візьміть предмети екстреної допомоги (☎P8)
- Закрийте газовий кран і вимкніть електричний вимикач

# I 災害(Saigai)について学ぼう!

## 2

# 津波(Tsunami)

津波は、早いスピードでやってくる高い波です。海で地震が起きたときにやってきます

地震が起きると、家や学校、職場に津波がくるかもしれません。

日頃からハザードマップ(☞P17)でどこに逃げるか確認しておきましょう。

また、海に遊びに行くときは、海拔標識や避難所案内標識(☞P11)を必ず確認しましょう。

## ◎ 津波警報・注意報

地震が起きて、津波が起こるときは、テレビ等で大津波警報・津波警報・津波注意報が発表されます。

警報・注意報の種類	予想される津波の高さ	
	数値での発表 基準(発表基準)	巨大地震の場合の 津波の表現
大津波警報 Ootsunami keihoo	10m超 (10m-)	巨大 Kyodai
	10m (5m-10m)	
	5m (3m-5m)	
津波警報 Tsunami keihoo	3m (1m-3m)	高い Takai
津波注意報 Tsunami chuuihoo	1m (0.2m-1m)	—

### 東日本大震災

2011年3月11日、宮城県の近くで、日本では最も大きいマグニチュード9.0の地震がありました。この地震で、10m以上の大きな津波がきました。約2万人が亡くなったり、行方不明になりました。40万棟以上の家が壊れました。47万人以上が避難所で生活しました。

### 避難するときの注意(☞P9)

- ◇地震が小さくても注意しましょう
- ◇津波は何度もやってきます
- ◇海から遠く、高いところへ逃げましょう



(イメージ)津波の高さと建物の比較

## ◎ 南海トラフ巨大地震

◇南海トラフ巨大地震が起きる可能性が高まっており、起きると必ず津波がきます

兵庫県内の津波の高さ・被害想定(市区町別)



兵庫県発表

市町名	最高津波水位	市町名	最高津波水位
神戸市	3.9m	赤穂市	2.8m
あかしの市	2.0m	あまがさきの市	4.0m
はりまの市	2.2m	にしのみやしの市	3.7m
かこがわしの市	2.2m	あしやしの市	3.7m
たかさごしの市	2.3m	すもとの市	5.3m
ひめじしの市	2.5m	あわじしの市	8.1m
たつの市の市	2.3m	あわじしの市	3.1m
あいおいしの市	2.8m		

### 南海トラフ巨大地震

九州から静岡県までの太平洋で、大きな地震が起こるかもしれません。事前に備蓄などの備えをしておきましょう。



### 南海トラフ地震臨時情報

南海トラフ地震が起きる可能性が高くなったと判断したときに、発表されます。



# 2

## Цунамі (Tsunami)

Цунамі - це висока хвиля, яка рухається з великою швидкістю. Коли на морі відбувається землетрус, виникають високі хвилі.

Коли стався землетрус, цунамі може обрушитися на ваш дім, школу чи роботу.

На карті небезпек (☞P18) заздалегідь перевірте, куди ви втечете у разі землетрусу. Крім того, вирушаючи до моря, обов'язково перевіряйте знаки рівня моря та покажчики місця евакуації (☞P12).

### Тривога про цунамі • Попередження про цунамі

Коли відбувається землетрус і виникає цунамі, на телебаченні оголошуватимуться: Тривога про велику цунамі (Ооцунамі кейхо), Тривога про цунамі (Цунамі кейхо) або Попередження про цунамі (Цунамі чуіхо)

Типи тривоги та попереджень	Ймовірна висота цунамі	
	Оголошення в числах (стандарт оголошення)	Визначення цунамі у разі сильного землетрусу
Тривога про велику цунамі (Ооцунамі кейхо) Ootsunami keihoo	Понад 10м	Величезна (Кйодаі) Kyodai
	10 м (5 м-10 м)	
	5м (3м-5м)	
Тривога про цунамі (Цунамі кейхо) Tsunami keihoo	3м (1м-3м)	Висока (Такай) Takai
Попередження про цунамі (Цунамі чуіхо) Tsunami chuuihoo	1м (0,2м-1м)	—

### Великий землетрус Східної Японії

11 березня 2011 року поблизу префектури Міягі стався найбільший в Японії землетрус магнітудою 9,0. Землетрус спричинив велике цунамі висотою понад 10 метрів. Загинуло або пропало безвісти близько 20 тисяч осіб. Зруйновано понад 400 тисяч будинків. Понад 470 000 людей жили в притулках

### Запобіжні заходи під час евакуації (☞P10)

- ◇ Будьмо обережні, навіть якщо землетрус невеликий
- ◇ Цунамі буде приходити знову і знову
- ◇ Необхідно втекти далеко від моря, на високу місцевість



(Зображення) Порівняння висоти цунамі та будівель

### Великий землетрус Нанкайського жолоба

- ◇ Імовірність мегапоштовхового землетрусу в Нанкайському жолобі зростає, і якщо воно все-таки станеться, обов'язково прийде цунамі

Орієнтовна висота та збитки від цунамі у префектурі Хіого (за даними муніципалітету)



(Об'явлено префектурою Хіого)

Муніципальна назва	Найвищий рівень води цунамі	Муніципальна назва	Найвищий рівень води цунамі
м. Кобе	3.9m	м. Ако	2.8m
м. Акасі	2.0m	м. Амагасакі	4.0m
м. Харіма	2.2m	м. Нісіномія	3.7m
м. Какогава	2.2m	м. Асія	3.7m
м. Такасаго	2.3m	м. Сумото	5.3m
м. Хімедзі	2.5m	м. Мінамі-Авадзі	8.1m
м. Тацуно	2.3m	м. Авадзі	3.1m
м. Айой	2.8m		

### Великий землетрус Нанкайського жолоба

У Тихому океані від острова Кюсю до префектури Сідзуока може статися сильний землетрус. На цей випадок підготуйте заздалегідь необхідні речі та запаси



### Екстрена інформація Великого землетрусу Нанкайського жолоба

Оголосять, коли буде встановлено, що ймовірність землетрусу в Нанкайському жолобі зростає

# 1 災害(Saigai)について学ぼう!

## 3


# 風水害(Fuusuigai)など

地震と津波以外に日本ではたくさんの災害が起こります。台風、大雨、洪水と土砂災害などの風水害は同時に起こる可能性がありますので、安全な場所を確認しておきましょう。  
 (兵庫県CGハザードマップ P17)

## 台風(Taifuu)

日本には台風がやってきます。台風がとおるときには、とても強い風が吹いて、たくさんの雨が降ります。なお、ヘクトパスカル(hPa)は気圧の単位で、ヘクトパスカルが低い方が台風は強くなります。

### 台風の大きさ



超大型(Choo oogata) "非常に大きい"	800km以上
大型(Oogata) "大きい"	500km~800km未満
※風速が秒速15m以上の半径	

### 台風の強さ

最大風速	階級	影響
秒速 54m~	猛烈な Mooretsuna	走行中のトラックなどが横転する可能性があります
秒速 44m~54m	非常に強い Hijooni tsuyoi	電柱や多くの樹木が倒れたりします
秒速 33m~44m	強い Tsuyoi	なにかにつかまっていないと立ってられない

### 台風がきたら

- ・外に出ない
- ・植木鉢など家の外にあると飛んでいきそうな物は中に入れる
- ・窓ガラスが割れるかもしれないので、けがをしないようにカーテンをしめる

## 大雨(Ooame)・洪水(Koozui)

たくさんの雨が降ると、川の水があふれたり、家の中に水がはいってくる場合があります。水のたまりやすい場所にいたら、高いところへ逃げましょう。小川や水路には近づいてはいけません



## 土砂災害(Dosha saigai)



- かけ崩れ**  
がけが急に崩れ落ちること
- 地滑り**  
斜めの土地がゆっくり滑って動くこと
- 土石流**  
たくさんの土や岩が突然、水と一緒に山から流れ出ること

## 雷(Kaminari)

「ゴロゴロ」と雷の音が聞こえたら、建物の中など安全な場所に避難しましょう。木のそばはとても危険です。傘をさしてはいけません



## 竜巻(Tatsumaki)

竜巻が起きると車などが飛ばされるかもしれないので、地下など安全な場所に避難しましょう。地下がないときには、家の真ん中で机などの下に入りましょう



- ・注意報・警報等が出ているか注意しましょう(☞P9)
- ・警報等がでると、学校が休みになることがあります。また、授業中でも学校から帰ることがあります
- ・避難指示等が出ることがあるので、注意しましょう(☞P9)

3

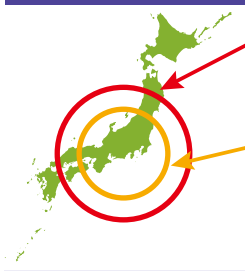
# Збитки від вітру та повені (Fuusuigai) тощо

Крім землетрусів та цунамі, в Японії відбувається безліч стихійних лих. Такі стихійні лиха, як тайфун, злива, повінь та зсуви, можуть виникнути одночасно, тому переконайтеся, що ви вибрали безпечне місце для евакуації (CG Карта небезпек префектури Хіого С. 18)

## Тайфун(Taifuu)

Японією часто проходять тайфуни. Коли проходить тайфун, дме дуже сильний вітер і сильний дощ. Гектопаскаль (гПа) - одиниця атмосферного тиску, і чим менше гектопаскаль, тим сильніший тайфун.

### Величина тайфуну



Супервеликий (Чоу Оогата) "дуже великий"  
Choo oogata

Понад 800 км

Великий (Оогата) "великий"  
Oogata

від 500км~до 800км

\* Радіус, швидкість вітру в якому становить 15 м/с або більше 15 m/s o higit pa

### Сила тайфуну

Максимальна швидкість вітру	рівень	вплив
од 54 м/с ~	<b>ЛЮТИЙ</b> Mooretsuna	Є ймовірність, що вантажівка, що рухається, перевернеться
од 44 м~ до 54 м/с	<b>дуже сильний</b> Hiijooni tsuyoi	Падають стовпи електропередач та дерева
од 33 м~ до 44 м/с	<b>СИЛЬНИЙ</b> Tsuyoi	Потрібно за щось триматися, щоб не знесло

Коли надходить тайфун

- Не виходьте на вулицю
- Горщики з квітами чи інші речі поставте до будинку, щоб не відлетіли за межі
- Оскільки віконне скло може розбитися, закрийте штори, щоб не поранитися

## Злива (Ооаме) і повінь (Коозуі)

Коли сильний дощ, річки можуть розлитися і вода може проникнути у ваш будинок. Якщо ви опинилися у місці, яке може залитися водою, тікайте на висоту. Тримайтеся подалі від струмків та водних шляхів



## Стихійне лихо зсув (Дося сайгай)



**Зсув скелі, гір**  
Раптовий обвал скелі, гір



**Зсув ґрунту**  
Похла земля повільно сповзає



**Селевий потік**  
Раптовий потік з гори великої кількості бруду та каміння з водою

## Блискавка (Каминарі)

Якщо ви почуєте гуркіт грому, евакууйтеся в безпечне місце, наприклад, у будівлю. Не знаходитесь біля дерев – це небезпечно. Не користуйтеся парасолькою



## Смерч (Тацумакі)

Якщо виникне смерч, він може знести вашу машину та ін., тому евакууйте у безпечне місце, наприклад, у підвал. Якщо підвалу немає, ховайтесь під письмовий стіл посеред будинку



- Зверніть увагу на оголошення попереджень та тривоги (☎P10)
- Школи можуть закрити, якщо буде винесено попередження. Іноді учнів відправляють зі школи додому навіть у середині уроку
- Можуть бути видані накази про евакуацію, тому будьте уважні (☎P10)

# II 備え・避難について学ぼう!

## 1

# さいがい そな 災害への備え

大規模災害が発生した場合、避難所に十分な食料がない可能性があります。また、救援物資が届くまで数日かかるかもしれないので、日頃から防災グッズを準備し、備蓄品は「ローリングストック」で賢く備えましょう。

## ◎ 防災グッズの準備



- ◇一人ひとつ、両手が使えるリュックサックなどに準備し、家族構成に合わせ必要なものを考えましょう
- ◇定期的に中身を確認しましょう(最低、年2回)

## もち歩きグッズ ◎ コンパクトなポーチなどにまとめ、外出するときは持ち歩きましょう

- 身分証明証 (パスポート・在留カード等)
- 健康保険証
- 貴重品 (大切なもの)
- お金
- 飴やチョコレート
- キャッシュカード
- 薬・救急セット (お薬手帳)
- 携帯ラジオ
- モバイルバッテリー

## 非常用持出品 ◎ 避難するときにすぐ取り出せる場所に保管しましょう

- 懐中電灯
- 非常食
- 飲み水
- 服・下着
- タオル
- 手袋
- 乾電池
- 感染症防止対策(マスク、消毒液、体温計)

《防災グッズについて必要なものをもっと詳しく確認しましょう》

●人と防災未来センター減災グッズチェックリスト(英語・中国語(繁体字・簡体字)・韓国語)

<https://www.dri.ne.jp/useful/checklist/>



## ◎ ローリングストック

普段から少し多めに  
食材や加工品をストックしておく

普段使う食料品を多めにストックし、定期的に使用しながら非常時に備えることです。



### 備蓄品

- 食料や水
- 生活用品(トイレトーパー、ウェットティッシュ、ゴミ袋など)

- ◇備蓄品は家族分用意し、「3日以上」、「できれば1週間分」を準備しましょう。
- ◇水は一人あたり3リットル/1日を目安に準備しましょう
- ◇常温保存でき、賞味期限が長いものを選びましょう



## 1

# Підготовка до лиха

У разі масштабного лиха у притулках евакуації може не вистачити їжі. Крім того, може знадобитися кілька днів, перш ніж прибуде допомога, тому приготуйте необхідний набір для евакуації для надзвичайних ситуацій і контролюйте їх за системою «рухомого складу».

## Підготовка необхідного набору для евакуації

- ◇ Необхідний набір для евакуації приготуйте для кожного члена сім'ї у окремий рюкзак, щоб під час евакуації руки були вільні. Зміст набору складіть щодо потреб кожного члена.
- ◇ Регулярно перевіряйте вміст набору (принаймні двічі на рік)



### Портативний набір

◇ Зберіть його в компактну сумочку (косметичку) та носіть із собою

- |  |  |  |   |   |
|--|--|--|---|---|
| <input type="checkbox"/> Посвідчення особи (паспорт, карта резидента та ін.) | <input type="checkbox"/> Карта медичного страхування | <input type="checkbox"/> Цінні речі (важливі речі) | <input type="checkbox"/> Гроші                | <input type="checkbox"/> Льодяники чи шоколад |
| <input type="checkbox"/> Банківська картка                                   | <input type="checkbox"/> Ліки/аптечка (книжка ліків) | <input type="checkbox"/> Мобільне радіо            | <input type="checkbox"/> Мобільний акумулятор |   |

### Предмети екстреної допомоги

◇ Тримайте його в такому місці, звідки ви зможете швидко дістати його під час евакуації

- |                                    |  |  |   |                                 |
|------------------------------------|--|--|---|---------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Ліхтарик  | <input type="checkbox"/> Аварійне харчування | <input type="checkbox"/> Питна вода  | <input type="checkbox"/> Одяг/нижня білизна | <input type="checkbox"/> Рушник |
| <input type="checkbox"/> Рукавички | <input type="checkbox"/> Батарейки           | <input type="checkbox"/> Заходи профілактики інфекційних захворювань (маска, дезінфікуючий засіб, градусник) |   |                                 |

### Перевірте ще раз, що потрібно покласти в набір для евакуації, з метою готовності до стихійних лих

- Центр майбутнього "Людина та захист від стихійних лих". Контрольний список необхідного для пом'якшення наслідків стихійного лиха (англійська, китайська (традиційна/спрощена), корейська) <https://www.dri.ne.jp/useful/checklist/>



## Рухомий склад

Запасайтеся продуктами та напівфабрикатами трохи більше, ніж зазвичай



Докупайте лише стільки, скільки використали

Використовуйте запас у повсякденному житті



Це потрібно для того, щоб підготуватися до надзвичайних ситуацій, запасайте більше продуктів, які ви зазвичай купуєте, і регулярно використовуйте їх.

### Запас

- Продукти харчування та вода
- Предмети першої необхідності (туалетний папір, вологі серветки, мішки для сміття тощо)

- ◇ Заготуйте запас припасів для своєї сім'ї на понад 3 дні (бажано на 1 тиждень).
- ◇ Заготуйте 3 літри води на людину на день
- ◇ Вибирайте продукти, що зберігаються при кімнатній температурі та з тривалим терміном придатності

# II 備え・避難について学ぼう!

## 2


# 避難(Hinan)

いのち まも さいゆうせん ひなん まな  
命を守ることを最優先に、避難についてしっかり学び、  
いざというときに冷静に判断して逃げましょう

## ◎ 災害別避難のタイミング

さいがい しゅるい ひなん たいみんぐ ちが  
災害の種類によって、避難のタイミングが違います。


### 地震 余震に注意!



- 1 きんきゅう そくほう めーる きんきゅうじしんそくほう  
緊急速報メール(緊急地震速報)
- 2 あんぜん ばしょ ゆ られがおさまるまでまつ  
安全な場所で揺れがおさまるまで待つ
- 3 ゆ られがおさまったら、おちついて ひなん  
揺れがおさまったら、落ち着いて避難

### 津波 すぐに避難!


- 1 じしん ほんせい  
地震発生
- 2 うみ ちか す ばあい  
海などの近くに住んでいる場合は  
津波警報がでていなくても、  
高いところへ避難(逃げる準備は後回し)



### 風水害・土砂災害

ひなん しじ けいかい れべる かなら ひなん  
「避難指示(警戒レベル4)」で必ず避難!

ふうすい がい どしゃ さいがい だんかい ひなんじょうほう つか  
風水害・土砂災害については、「5段階の避難情報」が使われています。  
さいがい ちか てれび いんたーねっと じょうほう かくにん  
災害が近づいたときは、テレビやインターネットなどで情報を確認  
しましょう



きしょうじょうほう かくにん  
気象情報を確認!

5	さいがいはっせい 災害発生 また せつぱく 又は切迫		きんきゅう あんぜん かく ほ 緊急安全確保 Kinkyuu anzen kakuho	ひなん ばあい 避難していない場合は、 2階など高い場所へ!
けいかい れべる かなら ひなん 警戒レベル4までに必ず避難				
4	さいがい 災害の たか おそれ高い		ひなん しじ 避難指示 Hinan shiji	ちか すぐに近くの あんぜん ばしょ ひなん 安全な場所に避難!
3	さいがい 災害の おそれあり		こう れい しゃ とう ひ なん 高齢者等避難 Kooreeshatoo hinan	ひなん じかん 避難に時間のかかる方は 避難開始!
2	きしょうじょうほう 気象状況 あつが 悪化		おおあめ こうすい たかしおちゅういほう 大雨・洪水・高潮注意報 Ooame koozui takashio chuuihoo	ひなん そな はざーどまっぷ とう 避難に備え、ハザードマップ等で ひなんこうどう かくにん 避難行動の確認をしましょう
1	こんごきしょうじょうほう 今後気象状況 あつが 悪化のおそれ		そう き ちゅういじょうほう 早期注意情報 Sooki chuuijooohoo	こんご おおあめちゅういほう はっぴょう かのうせい 今後、大雨注意報などが発表される可能性が さいがい こころえ たか あります。災害への心得を高めましょう

しゅつてんないかくふ あら ひなんじょうほう かん ぼす たー ちらし  
出典:内閣府「新たな避難情報に関するポスター・チラシ」

## ◎ 災害時によく使うことば

ちゅう い ほう 注意報(Chuihoo)	さいがい お 「災害が起こるかもしれない」というお知らせ おおあめ こうすい きょうふう つなみ 大雨・洪水・強風・津波などがあります
けい ほう 警報(Keihoo)	「とても大きくて危険な災害が起こるかもしれない」というお知らせ おおあめ こうすい ぼうふう つなみ 大雨・洪水・暴風・津波などがあります
とく べつ けい ほう 特別警報(Tokubetsu keihoo)	「経験したことのないとても大きくて危険な災害が起こるかもしれない」というお知らせ。大雨・暴風・津波などがあります
きんきゅう じしん そく ほう 緊急地震速報(Kinkyuu jishin sokuhoo)	「これからすぐに地震が起きるので注意してください」というお知らせ

## 2

## Евакуація (Хінан)


Захист життя стоїть на першому місці, дізнайтеся все про евакуацію, і у разі надзвичайної ситуації евакууйтеся розмірковуючи спокійно

### Момент евакуації під час стихійного лиха

Момент евакуації відрізняється залежно від типу стихійного лиха.

#### Землетрус **Остерігайтеся повторних поштовхів!**

- 1 Електронний лист із терміновим попередженням (термінове попередження про землетрус)
- 2 Поки тряска не припиниться зачекайте у безпечному місці
- 3 Коли тряска припиниться, евакууйтеся, зберігаючи спокій



#### Цунамі **Евакууйтеся негайно!**


- 1 Виникнення землетрусу
- 2 Якщо ви живете недалеко від моря, евакууйтеся на вищу місцину, навіть якщо немає тривоги про цунамі (відкладіть підготовку до евакуації на потім)



#### Тайфун, злива, повінь та зсуви

**Якщо вийшов «Наказ про евакуацію (рівень тривоги 4)» - обов'язково евакууватись!**

У разі тайфуну, зливи, повінню та зсуву використовуються «5 рівнів тривоги для евакуації». При наближенні лиха слідкуйте за інформацією на телебаченні, в інтернеті і т.д.



**Слідкуйте за прогнозом погоди!**

<b>5</b>	Коли стихійне лиха сталося чи наближається 	<b>Термінове забезпечення безпеки</b> Kinkyuu anzen kakuho	Якщо ви не евакуувалися, підніміться вище, на другий поверх!
<b>Потрібно евакууватися ще до тривоги 4 рівня!</b>			
<b>4</b>	Високий рівень загрози стихійного лиха 	<b>Наказ про евакуацію</b> Hinan shiji	Негайно евакууватися в найближче безпечне місце!
<b>3</b>	Загроза стихійного лиха 	<b>Евакуація людей похилого віку, хворих, інвалідів тощо</b> Kooreeshatoo hinan	Почати евакуацію людям, які важко пересуваються!
<b>2</b>	Погіршення погодних умов 	<b>Попередження про зливу · повінь · штормовий приплив</b> Ooame koozui takashio chuuihoo	Перед евакуацією перевірте способи дій з карти небезпек або ін.
<b>1</b>	Ймовірність погіршення погодних умов 	<b>Завчасне попередження</b> Sooki chuuijooahoo	Можливе оголошення попередження про зливу. Будьте готові до стихійного лиха

Джерело: Кабінет Міністрів «Брошури оновленої інформації про евакуацію»

### Використовувані під час лиха терміни

<b>Попередження (Чуїхоу)</b>	Оголошення "Загроза навали лиха" Злива, повінь, сильний вітер, цунамі і т.д.
<b>Тривога (Кейхо)</b>	Оголошення "Загроза навали дуже великого та небезпечного лиха" Злива, повінь, буря, цунамі і т.д.
<b>Чрезвичайна тривога (Токубецу Кейхо)</b>	Оголошення "Загроза навали безприкладного, дуже великого та небезпечного лиха" Злива, буря, цунамі і т.д.
<b>Термінове попередження про землетрус (Кінкюу джішін сокухо)</b>	Оголошення «Будьте уважні! Зараз розпочнеться землетрус!»

# II 備え・避難について学ぼう!

# 3

## 避難先

避難先を事前に調べて、どのようにして逃げるか家族と話し合い確認しましょう

### ◎ 避難先の種類・場所の確認

**指定緊急避難場所**  
(Shitee kinkyuu hinan basho)



- ◇ 一時的に避難する場所
- ◇ 公園、学校など
- ◇ 災害ごとに違います

**指定避難所**  
(Shitee hinanjo)



- ◇ 自宅が被害を受けた場合などに、一定期間を安全に生活する場所
- ◇ 学校、公民館など
- ◇ ペットを受入可能な避難所もあります

**分散避難**  
(Bunsan hinan)



- ◇ 避難先は学校や公民館だけではありません
- ◇ 被災していない安全な親戚・知人宅への避難も考えてみましょう

### 避難先の調べ方

- ① 兵庫県CGハザードマップ (P17)
- ② 国土交通省ハザードマップポータルサイト



<https://disaportal.gsi.go.jp/>

### ◎ 避難所での注意・感染症対策



避難所では、たくさんの方が集まるので、インフルエンザや風邪、嘔吐下痢症が流行します。可能な限りの感染症対策を行いましょ。

- ◇ マスク、アルコール消毒液、体温計などは必ず持っていきましょう
- ◇ 無い場合は、鼻と口を覆える大きさのタオル等を準備しましょう (P7)
- ◇ ごはんの前やトイレの後には手を洗い衛生・体調管理を徹底しましょう
- ◇ 3つの密(密閉・密集・密接)をできるだけさげましょ



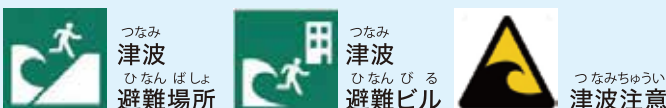
### ◎ 避難に関する図記号(ピクトグラム)

指定緊急避難場所や指定避難所に指定されている公共施設はピクトグラムで表示されています。近くの施設を確認して、災害別に避難方法を考えましょ。

#### ■ 避難所案内標識・非常口誘導灯

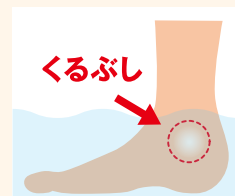


#### ■ 津波標記



### 避難のときに気をつけること

- ・ ガス栓を閉め、ブレーカーを切る
- ・ 運動ぐつをはく
- ・ 非常用持出品は背負い、両手を使えるようにする
- ・ くるぶしより上の流れる水の中では、歩くのが難しいです





## 3

### Місце для евакуації, притулку

Завчасно знайти та обговорити із сім'єю місце та спосіб евакуації

#### Уточнити види місць евакуації та їх розташування

##### Встановлені місця для екстреної евакуації

(Shitee kinkyuu hinan basho)



- ◇ Місця для тимчасової евакуації
- ◇ Парки, школи та ін.
- ◇ Залежить від виду лиха

##### Встановлені місця для евакуації

(Shitee hinanjo)



- ◇ Безпечне місце для життя на певний період, якщо ваш будинок пошкоджено
- ◇ Школи, громадські зали та ін.
- ◇ Деякі притулки приймають домашніх тварин

##### Розосереджений притулок

(Bunsan hinan)



- ◇ Евакуація можлива не тільки до шкіл та громадських центрів
- ◇ Евакуація можлива до родичів чи друзів, будинок яких не постраждав від стихійного лиха

##### Спосіб пошуку місця для евакуації

- 1 Карта небезпек префектури Хіого (☞P18)
- 2 «Карта небезпек Міністерства землі, інфраструктури, транспорту та туризму Портал-Сайт»



<https://disaportal.gsi.go.jp/>



#### Запобіжні заходи та протидії інфекційним захворюванням у місцях евакуації

В евакуаційних пунктах поширюється грип, застуда, блювання та діарея, бо там збирається багато людей. Вживіть максимальних запобіжних заходів проти зараження

- ◇ Обов'язково майте при собі маску, спиртовий дезінфікатор, термометр і т.д. Якщо цього немає, приготуйте рушник такого розміру, щоб закрити ніс та рот (☞P8)
- ◇ Мийте руки перед їжею та після відвідування туалету, дотримуйтесь правил гігієни та стежте за станом здоров'я
- ◇ Уникайте "3-ри mitsu" (закриті простори, багатолюдні місця, близький контакт)



#### Евакуаційні знаки (піктограми)

Громадські об'єкти, призначені для «Встановлені місця для екстреної евакуації» та «Встановлені місця для евакуації» позначені піктограмами. Перевірте прилеглі з них і подумайте, як евакуюватися залежно від стихійного лиха.

##### Вказівні знаки евакуації/ вказівник аварійного виходу



Встановлене місце для екстреної евакуації



Встановлене місце для евакуації



Вказівник аварійного виходу

##### Вказівні знаки цунамі



Місце евакуації від цунамі



Будівля для евакуації від цунамі



Стережіться цунамі!

##### Запобіжні заходи при евакуації

- Закрийте газовий кран та опустіть рубильник у електричному щиті
- Вдягніть спортивне взуття
- Сумку з предметами екстреної допомоги носіть за спиною, щоб обидві руки були вільні
- Якщо вода вище щіколоток - йти буде важко

Щіколотка (кісточка)



## II 備え・避難について学ぼう!

# 4

# 家族で話し合っておきましょう!

災害発生時に家族みんながあわてないように、避難方法や連絡先について、日頃からよく話し合っておくことがとても重要です。一人ひとりが「いつ」「どこに」「どのように」行動するかなど、「マイ避難カード」と「緊急連絡先カード」を作成しながら、家族と事前に避難行動の確認をしましょう。

## ◎ マイ避難カード

災害の種類に合わせて避難方法を考えることが大事です。ホームページで記載例を確認しましょう。

マイ避難カード	
災害の種類	名前
確認!	判断材料の入手 (何が危険?大雨や台風の時に何を確認?)
いつ?	逃げ時 (何がどうなったら?)
どこに?	避難先 (どこに?どのルートで?) 昼(明るい時) 夜(暗い時)
どのように?	避難する方法 (だれと?歩いて?車で?) 昼(明るい時) 夜(暗い時)
(その他 メモ)	

### 事前に確認しよう!

#### ① 役割分担

だれが、小さい子どもやお年寄りと逃げるか、子どもを学校へ迎えに行くか、などを決めておきましょう

#### ② 避難所への道・逃げ道

避難所へ行く道の地図をつくりましょう。家から避難所まで歩いて、かかる時間を計ったり、危険な場所をチェックして、安全な道を見つけおきましょう

#### ③ 連絡のしかた

2つ以上の連絡のしかたを決めておきましょう

## ◎ 緊急連絡先カード

連絡先を携帯電話にしか保存していない人が多いです。遠くに住む親戚や友人の連絡先等、緊急連絡先を決めておきましょう。

緊急連絡先カード			
親戚の電話番号	☎	友人の電話番号	☎
市役所・町役場	☎	大使館・領事館	☎
警察署	☎110	消防署(火事、救急車)	☎119
海上保安庁	☎118	災害用伝言ダイヤル	☎171 (☎P15)
外国人県民インフォメーションセンター	☎078-382-2052	その他の連絡先	☎

災害にあった場合の連絡手段として、SNS(フェイスブック、twitterなど)も活用しましょう。

こちらから  
ダウンロード  
できます

(公財)兵庫県国際交流協会のホームページから「マイ避難カード」と「緊急連絡先カード」をダウンロード・コピーして、冷蔵庫等の見える場所に貼っておきましょう



# 4

## Обговоріть заздалегідь зі своєю родиною

Заздалегідь обговоріть способи евакуації та способи зв'язку, щоб сім'я не панікувала у разі лиха. Зробіть та майте при собі «Моя евакуаційна картка» та «Контакти для екстрених випадків», наприклад, «коли» та «як» треба діяти кожному члену сім'ї.

### 🎯 Моя евакуаційна картка

Важливо обміркувати метод евакуації, залежно від типу лиха. Перегляньте приклади на сайті

Моя евакуаційна картка	
Тип лиха	Прізвище та ім'я
Уточнити!	Збір необхідної інформації (Що небезпечно? Що потрібно перевіряти під час зливи чи тайфуна?)
Коли?	У який момент тікати (Що якщо?)
Куди?	Місце притулку (Де? Який маршрут?)
	Вдень (світло)
	Вночі (темно)
Як?	Спосіб евакуації (З ким? Пішки? На машині?)
	Вдень (світло)
	Вночі (темно)
(Інше, примітки)	

### Уточніть заздалегідь!

#### ❶ Розділити обов'язки

Вирішіть, хто тікатиме з малолітніми дітьми та старими, хто забере дітей зі школи тощо

#### ❷ Шлях до місця евакуації / безпечний шлях

Складіть карту-маршрут до евакуаційного пункту. Пройдіть від свого будинку до укриття, засікайте час, перевірте небезпечні місця та знайдіть безпечний шлях

#### ❸ Як зв'язатися

Виберіть два або більше способів зв'язку

### 🎯 «Картка контактів для екстреного дзвінка»

Багато людей зберігають свої контакти лише у своїх мобільних телефонах. Внесіть у картку контакти родичів та друзів, які живуть далеко від вас

«Картка контактів для екстреного дзвінка»			
Номер телефону родича	☎	Номер телефону друга	☎
Муніципальне управління	☎	Посольство / консульство	☎
Поліцейський відділок	☎ 110	Пожежна частина (пожежна, швидка допомога)	☎ 119
Берегова охорона Японії	☎ 118	Дзвінок рідним під час стихійного лиха	☎ 171 (☎ P16)
Інформаційний центр для іноземних резидентів	☎ 078-382-2052	Інші контакти	☎

Використовуйте соціальні мережі (Facebook, Twitter і т.д.) як засіб зв'язку у разі стихійного лиха.

**Ви можете завантажити тут**

Завантажте та скопіюйте «Мою евакуаційну картку» та «Картку контактів для екстреного дзвінка» з веб-сайту Асоціація міжнародного обміну Xiogo, та приклейте їх на чільне місце, наприклад, на холодильник



# III 覚えておこう! 調べよう!

## 1

# 覚えておこう!

事前に正しい情報を学び、根拠のない情報やデマに  
まど 惑わされないよう、冷静に判断して行動しましょう

## ◎ 情報を知るには

災害が起きたら、テレビやラジオをつけましょう

- ① テレビ ② ラジオ
- ③ 防災行政無線 ④ 広報車
- ⑤ 兵庫県CGハザードマップ(日本語、英語のみ) (P17)
- ⑥ 防災ツール・アプリ (P17)



ラジオ周波数(日本語のみ)

【AM(kHz)】 NHK第1 666 / NHK第2 828 / 朝日放送 1008 / 毎日放送 1179 / ラジオ関西 558  
【FM(MHz)】 NHK FM 86.5 / FM COCOLO 76.5 / Kiss-FM 89.9

上記は神戸の周波数です。NHKのほかの地域は  
[http://www.nhk.or.jp/kobe/channel/radio\\_index.html](http://www.nhk.or.jp/kobe/channel/radio_index.html) (日本語のみ) で確認してください

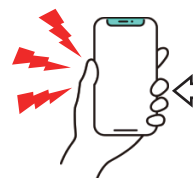
## ⚠️ 緊急速報メール(エリアメール)

緊急速報メール(エリアメール)は、緊急地震速報や津波警報、地方公共団体が発信する災害・避難情報などを配信する携帯電話向けサービスです

## ⚠️ Jアラート(全国瞬時警報システム)

Jアラート(全国瞬時警報システム)は、緊急情報(弾道ミサイル情報、緊急地震速報等)を住民へ瞬時に伝達するシステムです。外にあるスピーカーでお知らせする場合があります

マナーモードにしている場合、大きなサイレン音でお知らせします  
緊急速報メールやJアラートの連絡を受けたら、安全を確保し、避難が必要な場合は逃げましょう



緊急速報メール  
●●市  
○○沖で地震発生。強い揺れにそなえてください

## ◎ 災害用伝言ダイヤル「171」



大きな災害が起きて、電話がかからないときに、家族や友達と連絡する方法です。家の電話、携帯電話、公衆電話を使って、メッセージを30秒以内で録音することができます。毎月1日と15日にはかけることができるので、練習しておきましょう。



### 伝言の録音方法

- ①「171」に電話をする ②「1」と電話番号(固定電話の場合は市外局番から)を押す
- ※暗唱番号を利用する場合は「3」を押す▶録音



### 伝言の再生方法

- ①「171」に電話をする ②「2」と録音者の電話番号(固定電話の場合は市外局番から)を押す
- ※暗唱番号を利用する場合は「4」を押す▶再生

## ◎ フェニックス共済

兵庫県には、県内に家をもっている人が入ることができる「フェニックス共済」(住宅再建共済制度)があります。「フェニックス共済」に入れば、災害が起きたときに家をたてなおしたり、修理する際に支援を受けることができます。

<https://www.jutakusaiken.jp/> (日本語のみ)



# 1

## Давайте запам'ятаємо!

Важливу правильну інформацію запам'ятайте заздалегідь, розмірковуючи та дійте спокійно, не піддавайтеся необґрунтованим чуткам та паніці

### Як знайти інформацію

Якщо трапиться лихо, увімкніть телевизор або радіо

- (1) Телебачення
- (2) Радіо
- (3) Адміністративне радіо попереджає про лихо
- (4) Рупор-автомобіль
- (5) Карта небезпек префектури Хіого (японська P18)
- (6) Багатомовні сайти та додатки для захисту від лих (P18)



### Частоти радіомовлення (японська)

**[AM(kHz)]** 1-й NHK 666, 2-й NHK 828, Радіомовлення Асахі 1008, Радіомовлення Майнічі 1179, Радіо Кансай 558

**[FM(MHz)]** NHK FM 86.5, FM КОКОЛО 76,5, Кісс-FM 89.9

Вище вказано частоту радіомовлення м. Кобе. Радіомовлення NHK інших районів дивіться на:

[http://www.nhk.or.jp/kobe/channel/radio\\_index.html](http://www.nhk.or.jp/kobe/channel/radio_index.html) (японська)



### Екстрена е-майл тривога (Місцева е-пошта)

Екстрена е-майл тривога (Місцева е-пошта) – це служба для мобільних телефонів, яка поширює термінове попередження про землетруси, цунамі, а також інформацію про стихійні лиха та евакуацію, яку випускають місцеві органи влади

Навіть якщо телефон у беззвучному режимі, він повідомить вас гучним звуком сирени. Якщо ви отримали екстрений е-лист або J-Тривогу, забезпечте свою безпеку і при необхідності евакуюйтеся



### J-alert

(всаяпонська система миттєвого оповіщення)

J-alert (всаяпонська система миттєвого оповіщення) – це система миттєвої передачі екстреної інформації мешканцям (про балістичні ракети, термінове попередження про землетрус і т. д.). У деяких випадках оголошення передають за міським динаміком



**Екстрений е-лист**  
Біла узбережжя ○  
○ у місті ○○  
стався землетрус.  
Будьте готові до сильних поштовхів

### Дзвінок рідним під час стихійного лиха 171

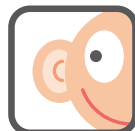


Це спосіб зв'язатися з сім'єю та друзями, коли відбувається велике стихійне лихо, і ви не можете відповісти на дзвінок. Ви можете записати повідомлення протягом 30 секунд із домашнього телефону, мобільного телефону або телефон-автомата. Для тренування Ви можете дзвонити та залишати повідомлення 1 та 15 числа кожного місяця.



### Спосіб запису голосового повідомлення

- ① Зателефонуйте на "171"
- ② Натисніть «1» та номер телефону (починаючи з коду міста при використанні стаціонарного телефону) \*Для використання PIN-коду натисніть «3» ▶ Запис



### Як відтворити повідомлення

- ① Зателефонуйте на «171»
- ② Натисніть «2» та номер телефону записуючої особи (починаючи з коду міста, якщо ви використовуєте стаціонарний телефон) \*Для використання PIN-коду натисніть «4» ▶ Відтворити

### Страхування «Фенікс Кіюсай»

У префектурі Хіого діє «Фенікс Кіюсай» (Система страхування для реконструкції житла) для тих, хто володіє домом у префектурі Хіого.

Якщо ви приєднаєтеся до «Фенікс Кіюсай», ви зможете отримати допомогу при відновленні або ремонті вашого будинку у разі стихійного лиха. <https://www.jutakusaiken.jp/> (японська)

# III 覚えておこう! 調べよう!

## 2

# 災害時に役立つ多言語ツール

緊急情報・災害情報を知りたいときや言葉が伝わらないときに困らないように  
 普段からホームページやアプリで情報収集する癖を身につけましょう。  
 特に家の周りの危険な場所を事前に把握しておきましょう!



### WEB 兵庫県CGハザードマップ



洪水、津波などの  
 自然災害の浸水  
 エリアや危険箇  
 所、避難情報が  
 学べます

(日本語、英語のみ)

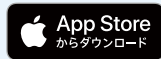
<http://www.hazardmap.pref.hyogo.jp/>



### アプリ ひょうご防災ネット



災害に関する緊  
 急情報や避難情  
 報をすぐに県民  
 の皆様にお知らせします  
 (多言語対応)



### WEB 気象庁



最新の防災情報を英語、中国語、  
 その他の言語で提供しています

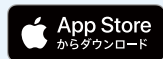
<https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>



### アプリ Safety Tips



最新の災害情報を  
 提供するアプリ(多  
 言語対応)。交通機  
 関や医療機関の情報や応急処置  
 についても学べます



### アプリ Voice Tra



話しかけると外国  
 語に翻訳してくれ  
 ます(多言語対応)



### その他お役立ちツール

●内閣府 災害時に便利な多言語アプリとWEBサイト  
<http://www.bousai.go.jp/kokusai/web/index.html>



※紹介ツールの利用料は無料ですが、  
 別途ポケット通信料がかかります。

## ◎ 避難所で困ったとき

### 多言語指差しボード

困っていることや、体調、食事制限など支援に必要な情報  
 を多言語で確認、伝えることができます。

(公財)兵庫県国際交流協会の  
 ホームページからダウンロードできます



(例) Wi-Fiを使いたいです



- ① I would like to use wifi.
- ② 想使用 WiFi
- ③ 想用 W i - F i
- ④ Wi-Fi를 이용하고 싶습니다
- ⑤ Gusto ko sanang gumamit ng Wi-Fi.
- ⑥ Quero usar o Wi-Fi.
- ⑦ Quiero usar Wi-Fi.
- ⑧ Je voudrais accéder au Wi-Fi.
- ⑨ Я хочу воспользоваться Wi-Fi.
- ⑩ Tôi muốn sử dụng mạng Wifi.

2

Корисні під час лиха багатомовні приспособлення

Візьміть за звичку регулярно збирати інформацію за допомогою веб-сайтів та додатків, щоб у вас не виникло проблем, коли ви хочете дізнатися інформацію про надзвичайну ситуацію або стихійне лихо, але проблема з мовою. Особливо, дізнайтеся наперед небезпечні зони біля свого будинку!



**Сайт** CG Карта небезпеки префектури Хіого

Інформація про райони, які можуть бути затоплені у разі цунамі та повеней, а також про небезпечні місця та про евакуацію

(Тільки японською та англійською мовами)  
<http://www.hazardmap.pref.hyogo.jp/>

**Додаток** «E-net мережа Захист від стихійних лих Хіого»

Екстрена інформація про стихійні лиха та евакуацію буде негайно доступна жителям Хіого (багатомовна)

**Сайт** Метеорологічне агентство Японії

Надано найсвіжішу інформацію про захист від стихійних лих англійською, китайською та іншими мовами

<https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>

**Додаток** Safety Tips

Додаток, що надає свіжу інформацію про стихійні лиха (багатомовний). Також інформація про транспорт, медичні установи та першу допомогу

**Додаток** Voice Tra

Додаток перекладає вашу розмову іноземною мовою (багатомовний)

**Інші корисні канали**

- Кабінет міністрів. Багатомовні додатки та веб-сайти, корисні під час стихійних лих

<http://www.bousai.go.jp/kokusai/web/index.html>

Програми та веб-сайти безкоштовні, але потрібна оплата за інтернет

Якщо у вас проблеми в евакуаційному притулку

«Дошка» для вказівки проблеми пальцем (багатомовна)

Ви можете вибрати та показати вашу проблему, наприклад здоров'я або дієтичних обмежень, та знайти інформацію про підтримку (багатомовна)

Можна завантажити на веб-сайті Асоціації міжнародного обміну Хіого

(例) Wi-Fiを使いたいです

- ① I would like to use wifi.
- ② 想使用 WiFi
- ③ 想用Wi-Fi
- ④ Wi-Fi를 이용하고 싶습니다
- ⑤ Gusto ko sanang gumamit ng Wi-Fi.
- ⑥ Quero usar o Wi-Fi.
- ⑦ Quiero usar Wi-Fi.
- ⑧ Je voudrais accéder au Wi-Fi.
- ⑨ Я хочу воспользоваться Wi-Fi.
- ⑩ Tôi muốn sử dụng mạng Wifi.



# III 覚えておこう！調べよう！ Давайте запам'ятаємо! Давайте дізнаємося!

3

## ぼう さい くん れん とう 防災訓練等

## Навчання щодо захисту від надзвичайних лих і т.д.

### ◎ 防災訓練に参加しましょう

### Беріть участь у навчаннях із захисту від стихійних лих

日頃から防災訓練や祭、掃除など地域の行事に参加し、近所の人と知り合いになって、いざという時に助け合しましょう。

また、兵庫県内には防災を学ぶ体験型施設があります。訪れて実際に体験してみましょう！

Регулярно беріть участь у громадських заходах, таких як навчання із захисту від стихійних лих, місцеві фестивалі, прибирання, знайомтеся зі своїми сусідами, та при надзвичайних ситуаціях допомагайте одне одному.

Крім того, у префектурі Хіого є тренувальний центр, де навчають способів захисту від стихійних лих. Завітайте та потренуйтеся!

#### ひと ぼうさい みらい センター - こうべし 人と防災未来センター(神戸市)

Center майбутнього "Людина та захист від стихійних лих"  
(м. Кобе)



1995年1月17日に発生した「阪神・淡路大震災」の被害や復興の記録、防災に関する情報を映像・ジオラマ・展示等で紹介する施設

Центр подає дані про збитки та відновлення після Великого землетрусу Хансін-Авадзі (17.01.1995 р.), а також способи захисту від стихійних лих за допомогою відео, діорам та експонатів.



<https://www.dri.net.jp/>

#### ひょうご けん ぐわく ぼうさい センター - みきし 兵庫県広域防災センター(三木市)

Територіальний центр захисту від стихійного лиха Хіого  
(м. Мікі)



一般の人を対象とした防災学習や体験型の防災訓練を実施している総合防災施設

Комплексний центр із захисту від стихійних лих, проводить навчання та практичні вправи із захисту від стихійних лих для населення.



<https://www.fire-ac-hyogo.jp/>

### ◎ 消火器の使い方

### Інструкція із застосування вогнегасника

火事など突然の災害に備え、一家に一台消火器を置きましょう。消火器の置き場所を確認し、使い方を覚えておきましょう。消火器には有効期限があるので、確認しておきましょう。

Для раптового лиха, як пожежа, тримайте вдома вогнегасник. Вогнегасник повинен бути в кожному будинку, запам'ятайте його місце та ознайомтеся заздалегідь з інструкцією. Слідкуйте за терміном придатності.

① 安全ピンを引いて  
ぬ 抜く



② ホースの先を火の  
した ほうむ 下の方に向ける



③ レバーを強く握る



① Витягніть запобіжний штифт

② Направте кінець шланга в основу вогнища пожежі.

③ Міцно натисніть на важіль

公益財団法人 兵庫県国際交流協会

Асоціація міжнародного обміну Хіого

神戸市中央区脇浜海岸通1-5-1 国際健康開発センター2階  
м.Кобе, Тюо-ку, Вакихама Каіган-дорі 1-5-1 Центр розвитку міжнародної охорони здоров'я, 2F

Тел: 078-230-3260

Факс: 078-230-3280

WEB: <https://www.hyogo-ip.or.jp>



ホームページ  
ホームページ  
Домашня сторінка



フェイスブック  
フェイスブック  
Фейсбук

Supported by 日本 THE NIPPON 財団 FOUNDATION