

# 子どもと親の防災ガイドブック

## Guide sur la prévention des sinistres pour les parents et les enfants

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。

Un sinistre signifie les dommages causés par un séisme ou un typhon par exemple.  
La prévention des sinistres est l'ensemble des mesures requises pour faire face à un sinistre.

いっしょに防災について考えてみよう!

Réfléchissons ensemble à la prévention des sinistres!

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。

Au Japon, il y a souvent des sinistres naturels comme des séismes ou des typhons. Dans le passé, le département de Hyogo a subi d'énormes dommages, notamment lors du grand séisme de Hanshin Awaji (1995). Informons-nous à l'avance sur les sinistres et la prévention afin le cas échéant de pouvoir se protéger et de protéger son entourage.

災害ってなに?  
防災ってなに?

Qu'est-ce qu'un sinistre?  
Qu'est-ce que la prévention des sinistres?



### I 災害 (Saigai) について学ぼう! Prenons connaissance des sinistres (Saigai).

- 1 地震 (Jishin) Séismes (Jishin) ..... 1
- 2 津波 (Tsunami) Tsunamis (Tsunami) ..... 3
- 3 風水害 (Fuusuigai) など Dégâts dus au vent et à la pluie, par exemple (Fuusuigai) ..... 5

### II 備え・避難 について学ぼう! Informons-nous sur la prévention et l'évacuation des personnes.

- 1 災害への備え Se prémunir contre les sinistres ..... 7
- 2 避難 (Hinan) Evacuer (Hinan) ..... 9
- 3 避難先 Lieux d'évacuation ..... 11
- 4 家族で話し合っておきましょう! Consultons la famille! ..... 13

### III 覚えておこう! 調べよう! Mémorisons et vérifions les choses nécessaires!

- 1 覚えておこう! Mémorisons ce qui est nécessaire! ..... 15
- 2 災害時に役立つ多言語ツール Outils multilinguistiques utiles lors d'un sinistre ..... 17
- 3 防災訓練等 Exercices en vue de la prévention des sinistres et autres ..... 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。

Les mots importants de ce guide sont accompagnés de leur lecture japonaise en lettres romaines (méthode Hepburn). Les voyelles longues s'écrivent en redoublant la voyelle.

公益財団法人 兵庫県国際交流協会

Association pour les échanges internationaux du département de Hyogo, Fondation d'utilité publique

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。

Ce guide sur la prévention des sinistres peut être téléchargé depuis le site internet de l'Association pour les échanges internationaux du département de Hyogo (fondation d'utilité publique).



# 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	



### 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。あわてず外に出るはいけません



### 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

ブロックべいなど、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

## Séismes (Jishin)

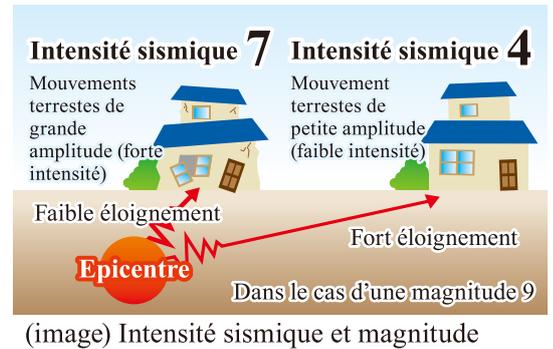
Le Japon compte parmi les pays où il y a de nombreux séismes. Informons-nous sur les séismes afin de mieux nous protéger!

### Intensité du séisme (Shindo)

« L'intensité du séisme » indique la grandeur des mouvements terrestres à l'endroit où nous habitons. Ce terme n'est utilisé qu'au Japon.

C'est un mot qu'il faut absolument retenir. « La magnitude » mesure l'importance du séisme lui-même.

<b>Intensité sismique 7</b>	Les bâtiments peuvent se casser ou se renverser. La montagne peut s'effondrer ou le sol se fissurer.	
<b>Intensité sismique 6+</b>	On ne peut ni se tenir debout, ni marcher. Les bâtiments peu résistants peuvent s'incliner ou se renverser.	
<b>Intensité sismique 6-</b>	Il est difficile de se tenir debout. Les carrelages et les vitres peuvent se casser et la porte ne plus s'ouvrir.	
<b>Intensité sismique 5+</b>	Il est difficile de marcher. Les meubles non fixés au mur, peuvent se renverser.	
<b>Intensité sismique 5-</b>	Les vitres peuvent se casser et les assiettes et les livres tomber des étagères.	



### Grand séisme de Hanshin Awaji

Le 17 janvier 1995, s'est produit à proximité de l'île d'Awaji, un grand séisme de magnitude 7,3 et d'intensité maximum 7. Plus de 6 mille personnes sont mortes. 250 mille maisons se sont effondrées et beaucoup de gens se sont réfugiés dans les lieux d'évacuation.

### Précautions à prendre au début des secousses

#### Si vous êtes à la maison

Réfugiez-vous sous une table, et ne tentez pas de sortir dehors.



#### Si vous êtes à l'école

Ecoutez bien ce que dit le professeur et mettez-vous sous une table.



#### Si vous êtes dehors

Eloignez-vous des objets qui sont tombés comme les blocs de béton.



#### Dans le train ou dans un grand magasin par exemple

Ne vous affolez pas et suivez les conseils des employés.



### Exercices de prévention Shakeout

C'est un exercice pour apprendre les trois bons comportements visant à assurer sa sécurité en cas de séisme : « En premier, se baisser, se protéger la tête, s'immobiliser ». Pour participer aux exercices, inscrivez-vous sur « Réseau de prévention des sinistres de Hyogo (☎P 18) » qui fournit toutes les informations utiles.



En premier, se baisser

Se protéger la tête

S'immobiliser

### Attendez que les secousses s'arrêtent.

Protégez-vous durant les 2 minutes suivant le début des secousses!

- Lorsque les secousses diminuent, éteindre calmement les appareils de cuisson et de chauffage.
- Ouvrir les portes et les fenêtres pour aménager une sortie.
- Mettre ses chaussures pour ne pas se blesser avec les débris de verre.

2 à 5 minutes après le début des secousses, regardez calmement autour de vous!

- S'assurer que la famille est en sécurité.

### Lorsqu' « il est dangereux de rester à la maison », dirigez-vous vers les lieux d'évacuation (☞P 12).

#### En cas de danger

- Lorsque la maison va s'écrouler sous l'effet du séisme
- Lorsqu'il y a un incendie à proximité

#### Evacuez !

- Prendre avec soi les objets à emporter en cas d'urgence (☞P8)
- Fermer l'arrivée de gaz et couper le disjoncteur électrique

# 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
明石市	2.0m	尼崎市	4.0m
はりま市	2.2m	西宮市	3.7m
加古川市	2.2m	あしやし	3.7m
たかさごし	2.3m	洲本市	5.3m
高砂市	2.3m	みなみあわじし	8.1m
姫路市	2.5m	あわじし	3.1m
たつの市	2.3m		
相生市	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

## Tsunamis (Tsunami)

Le tsunami est provoqué par de hautes vagues qui arrivent à toute allure. Il survient lorsque le séisme se produit en mer.

Lors d'un séisme, le tsunami peut atteindre la maison, l'école ou le lieu de travail.

Vérifiez votre lieu d'évacuation à l'aide de la carte des risques (☞P18).

Si vous allez à la mer, vérifiez absolument les panneaux indicateurs (☞P12) signalant la hauteur au-dessus du niveau de la mer et les lieux d'évacuation.

### Alerte au tsunami **Vigilance absolue, vigilance recommandée**

Lors d'un séisme suivi d'un tsunami, la télévision ou les autres médias publient les niveaux de vigilance suivants : vigilance absolue au grand tsunami, vigilance absolue au tsunami et vigilance recommandée au tsunami

Niveaux de vigilance : Vigilance absolue et vigilance recommandée	Hauteur prévue du tsunami	
	En chiffres (valeurs standard)	Pour informer d'un tsunami après un fort séisme
<b>Vigilance absolue au grand tsunami</b>  Ootsunami keihoo	Plus de 10m	Fort Kyodai
	10m (5m-10m)	
	5m (3m-5m)	
<b>Vigilance absolue au tsunami</b>  Tsunami keihoo	3m (1m-3m)	Elevé Takai
<b>Vigilance recommandée au tsunami</b>  Tsunami chuuihoo	1m (0,2m-1m)	—

### Grand séisme du Japon Est

Le 11 mars 2011, s'est produit près du département de Miyagi un séisme de magnitude 9,0, une magnitude jamais enregistrée dans l'histoire du Japon. Le séisme a entraîné un grand tsunami avec des vagues de plus de 10m de hauteur. Environ 20 mille personnes sont mortes ou ont disparu. Plus de 400 mille bâtiments se sont effondrés. Plus de 470 mille personnes se sont réfugiées.

### Précautions à prendre au moment de l'évacuation (☞P10)

- ◇ Prenez les précautions nécessaires même en cas de petit séisme.
- ◇ **Le tsunami se produit à plusieurs reprises.**
- ◇ Eloignez-vous de la mer et réfugiez-vous sur les hauteurs.

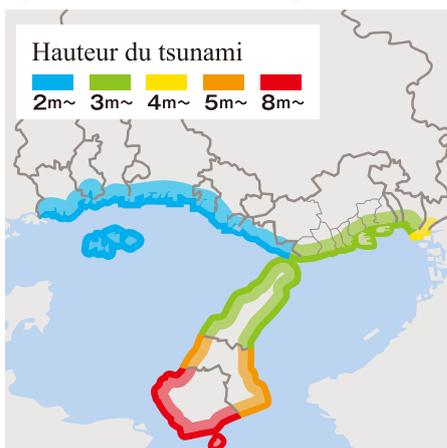


(image) Hauteur du tsunami comparée à celle des bâtiments

### Grand séisme Nankai Trough

- ◇ Il est de plus en plus probable que le grand séisme Nankai Trough se produise. Lorsqu'il arrivera, il sera forcément accompagné d'un tsunami.

Prévisions sur la hauteur du tsunami et sur les dommages dans le département de Hyogo (par ville, arrondissement et quartier)



(publiées par le département de Hyogo)

Nom de la ville	Hauteur maximum du tsunami	Nom de la ville	Hauteur maximum du tsunami
Ville de Kobe	3.9m	Ville d'Ako	2.8m
Ville d'Akashi	2.0m	Ville d'Amagasaki	4.0m
Ville de Harima	2.2m	Ville de Nishinomiya	3.7m
Ville de Kakogawa	2.2m	Ville d'Ashiya	3.7m
Ville de Takasago	2.3m	Ville de Sumoto	5.3m
Ville de Himeji	2.5m	Ville de Minamiawaji	8.1m
Ville de Tatsuno	2.3m	Ville d'Awaji	3.1m
Ville d'Aioi	2.8m		

### Grand séisme Nankai Trough

Il se peut qu'un grand séisme se produise dans l'océan Pacifique entre Kyushu et le département de Shizuoka. Préparez à l'avance des réserves.



### Informations d'urgence sur le séisme de Nankai Trough

Des informations d'urgence sur le séisme Nankai Trough seront annoncées lorsque sa forte probabilité d'apparition sera connue.

# 1 災害(Saigai)について学ぼう!

## 3

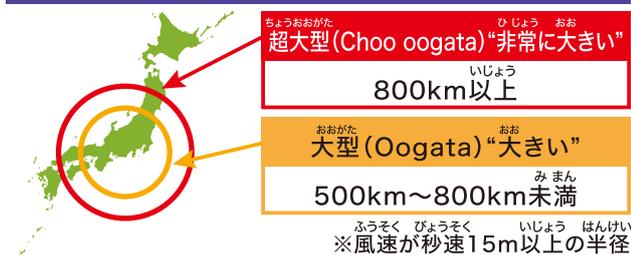
# 風水害(Fuusuigai)など

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



### 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)



## 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

# Dégâts dus au vent et à la pluie, par exemple (Fuusuigai)

Au Japon, il existe en dehors du séisme et du tsunami de nombreux autres sinistres. Des dégâts de nature diverse liés au vent fort, aux pluies diluviennes, aux inondations, et aux coulées de sable risquent de se produire simultanément. En conséquence, vérifiez au préalable les lieux sûrs d'évacuation. (Carte des risques CG du département de Hyogo ☞P18)

## Typhon (Taifuu)

Le Japon est un pays de typhons. Les typhons s'accompagnent de grands vents et de pluies importantes. L'hectopascal (hPa) est l'unité mesurant la pression atmosphérique. Lorsque la pression atmosphérique exprimée en hectopascal est basse, le typhon prend de la force.

### Force du typhon



#### Très grand typhon (Choo oogata)

Plus de 800km

#### Grand typhon (Oogata)

Plus de 500km et moins de 800km

Dans un rayon où la vitesse du vent dépasse 15m/s

### Force du typhon

Vitesse maximum du vent	Niveaux	Impact
Plus de 54m/s	Extrêmement violent Mooretsuna	Les véhicules tels que les camions peuvent se renverser.
Entre 44 et 54m/s	Très violent Hijooni tsuyoi	Les poteaux électriques et les arbres peuvent s'effondrer.
Entre 33 et 44m/s	Violent Tsuyoi	Il faut s'agripper quelque part sous peine de ne pouvoir rester debout.

### Lorsqu'un typhon arrive.

- Ne pas sortir
- Mettre les objets qui risquent de s'envoler comme les pots de fleurs, à l'intérieur de la maison
- Fermer les rideaux pour ne pas se blesser au cas où les vitres se briseraient

## Pluies diluviennes (Ooame), Inondations (Koozui)

Lorsqu'il pleut beaucoup, les rivières peuvent déborder et l'eau entrer dans la maison. Si vous êtes dans un lieu facilement inondable, réfugiez-vous sur les hauteurs. Ne vous approchez pas des rivières ou des caniveaux.



## Dégâts dus aux coulées de sable (Dosha saigai)



### Eboulement de terrain

Effondrement subi d'une falaise



### Glissement de terrain

Déplacement et glissement lent d'un terrain pentu



### Coulée de boue

Coulée importante de terre et de rochers mélangés à l'eau, prenant sa source dans la montagne

## Orage (Kaminari)

Si vous entendez le grondement du tonnerre, réfugiez-vous dans un endroit sûr ou dans un bâtiment. Ne vous approchez pas d'un arbre et n'utilisez pas votre parapluie.



## Colonne de sable (Tatsumaki)

Lorsqu'une trombe ou une colonne de sable se produit, les voitures par exemple risquent d'être emportées. Réfugiez-vous dans un endroit sûr comme une cave ou un souterrain ou sinon sous une table au milieu de votre maison.



- Surveillez s'il y a une alerte en vue d'une vigilance absolue ou recommandée (☞P10)
- En cas de vigilance absolue, il arrive que les écoles soient fermées ou encore que la classe soit interrompue pour que les élèves rentrent chez eux.
- Restez vigilant au cas où l'ordre d'évacuation serait donné (☞P10)

## II 備え・避難について学ぼう!

# 1

# 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
- ◇ 定期的の中身を確認しましょう(最低、年2回)



**持ち歩きグッズ** ◇ 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。

使った分だけ  
買い足す

日常生活で  
備蓄を使う



### 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

## Se prémunir contre les sinistres

Lors d'un sinistre de grande envergure, les lieux d'évacuation peuvent être insuffisamment pourvus en denrées alimentaires et la livraison des objets de nécessité quotidienne peut prendre plusieurs jours. En conséquence, il est recommandé de préparer judicieusement à l'avance un « stock d'objets à emporter ».

### Préparer les objets à emporter en cas d'évacuation

- ◇ Préparez par personne, un sac à dos laissant les deux mains libres avec les objets nécessaires pour toute la famille.
- ◇ Vérifiez-en périodiquement le contenu (au moins 2 fois par an).



### Objets à emporter en étant à pied

- Papiers d'identité (passport, carte de résident étranger, etc)
- Carte d'assurance sociale
- Objets précieux
- Argent
- Bonbons et chocolats
- Carte bancaire
- Médicaments, kit de soins d'urgence (carnet de médicaments)
- Appareil de radio portable
- Batterie portable

### Objets à emporter en cas d'urgence

- Lampe de poche
- Denrées alimentaires d'urgence
- Eau potable
- Vêtements, sous-vêtements
- Serviettes de toilette
- Gants
- Piles sèches
- Masques, désinfectants, thermomètre médical pour la prévention des maladies contagieuses

### Pour aller encore plus loin dans la vérification des objets nécessaires à la prévention des sinistres.

- Centre pour la communauté et la prévention des sinistres Liste des objets nécessaire à la prévention des sinistres (anglais, chinois (traditionnel, simplifié), coréen)  
<https://www.dri.ne.jp/useful/checklist/>



## Stock d'objets à emporter

Mettre de côté les denrées alimentaires et les produits nécessaires en quantité suffisante



Acheter uniquement en vue de compléter la liste des choses nécessaires



Utiliser les objets stockés dans la vie quotidienne



Stocker les produits alimentaires en quantité suffisante et les consommer régulièrement tout en se préparant à la situation d'urgence

#### Stock de produits

- Denrées alimentaires et eau
- Produits de nécessité quotidienne (papier toilette, lingettes, sacs poubelle, etc)

- ◇ Préparez un stock d'objets pour toute la famille, « pour plus de 3 jours » ou « si possible pour 1 semaine ».
- ◇ Prévoyez 3 litres d'eau par personne/ par jour.
- ◇ Choisissez des produits qui se conservent à température ambiante, et longtemps.

# 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、 かい たか ばしょ 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 かつ 避難に時間のかかる方は ひなん かいし 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 はつびょう 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 とうすい 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

## II Informons-nous sur la prévention et l'évacuation des personnes.

# 2

## Evacuer (Hinan)

La survie étant la priorité, apprenez les bons gestes au moment de l'évacuation pour le cas échéant s'enfuir en gardant son sang froid.

### ⊙ Quand faut-il évacuer ? (selon le type de sinistre)

Le moment opportun pour évacuer varie avec le type de sinistre.

**Prêtez attention aux séismes et aux secousses secondaires.**

- 1 Mail d'urgence (alerte d'urgence au séisme)
- 2 Attendre dans un lieu sûr que les secousses s'apaisent.
- 3 Lorsque les secousses s'apaisent, évacuer en gardant son sang froid



**Tsunami Evacuation d'urgence**

- 1 Arrivée d'un séisme
- 2 En habitant près de la mer par exemple, évacuer vers les hauteurs même en l'absence de vigilance absolue au tsunami (Remettre à plus tard les préparatifs d'évacuation)



**Dégâts dus au vent et à la pluie, dégâts dus aux coulées de sable**

**Evacuer impérativement lors d'un « ordre d'évacuation (vigilance niveau 4) »**

Pour les dégâts dus au vent et à la pluie, ou aux coulées de sable, on utilise « informations en vue d'une évacuation niveau 5 ». Face à des dégâts imminents, vérifiez les informations à la télé ou sur internet.



**Vérifier les informations météorologiques.**

<b>5</b>	Approche ou imminence d'un sinistre 	<b>Vérifier d'urgence sa sécurité</b> Kinkyuu anzen kakuho	En cas de non évacuation, se réfugier sur des hauteurs ou au premier étage d'une maison
<b>Evacuer impérativement jusqu'au niveau de vigilance 4</b>			
<b>4</b>	Apparition très probable du sinistre 	<b>Ordre d'évacuation</b> Hinan shiji	Evacuer vers un lieu sûr situé à proximité
<b>3</b>	Apparition probable du sinistre 	<b>Evacuation des personnes âgées et autres</b> Kooreeshatoo hinan	Commencer l'évacuation des personnes à mobilité réduite
<b>2</b>	Détérioration des conditions météorologiques 	<b>Vigilance recommandée : Pluies diluviennes, inondations, marée haute</b> Ooame koozui takashio chuuihoo	Préparez-vous à évacuer et aidez-vous avec la carte des risques.
<b>1</b>	Probabilité de détérioration des conditions météorologiques 	<b>Vigilance recommandée à un stade avancé</b> Sooki chuuijooahoo	Une vigilance recommandée aux pluies diluviennes risque d'être déclenchée. Il faut rester vigilant face au sinistre.

Sources: Bureau du Cabinet « Posters et affiches donnant les nouvelles informations sur l'évacuation »

### ⊙ Termes souvent utilisés en cas de sinistres

<b>Vigilance recommandée (Chuuihoo)</b>	C'est une annonce indiquant « la possibilité qu'un sinistre survienne ». Le sinistre concerne les pluies diluviennes, les inondations, le vent fort ou le tsunami.
<b>Vigilance absolue (Keihoo)</b>	C'est une annonce indiquant « la possibilité qu'un sinistre dangereux et de grande envergure survienne ». Le sinistre concerne les pluies diluviennes, les inondations, le vent fort ou le tsunami.
<b>Vigilance totale (Tokubetsu keihoo)</b>	C'est une annonce indiquant « la possibilité qu'un sinistre dangereux et de grande envergure survienne pour la première fois ». Le sinistre concerne les pluies diluviennes, le vent fort ou le tsunami.
<b>Alerte d'urgence au séisme (Kinkyuu jishin sokuho)</b>	C'est une annonce indiquant « la nécessité de prendre ses précautions au motif qu'un séisme va se produire imminemment ».

# 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う。

- ◇ 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う



### ◎ 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う。

#### ■ 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

### Lieux d'évacuation

Vérifiez à l'avance les lieux d'évacuation et consultez les membres de votre famille pour savoir comment évacuer.

## Les différents lieux d'évacuation et vérification de leur emplacement

### Lieux d'évacuation d'urgence homologués

(Shitee kinkyuu hinan basho)



- ◇ Lieu pour une évacuation de courte durée
- ◇ Parcs, écoles, etc
- ◇ Selon le type de sinistre

### Lieux d'évacuation homologués

(Shitee hinanjo)



- ◇ C'est un endroit pour vivre temporairement en toute sécurité lorsque la maison a subi des dégâts.
- ◇ Ecoles et salles municipales, etc
- ◇ Il existe aussi des endroits où l'on peut amener son animal de compagnie.

### Divers lieux de refuge

(Bunsan hinan)



- ◇ Il n'existe pas uniquement des écoles ou des salles municipales pour se réfugier.
- ◇ On peut envisager de trouver refuge chez des membres de la famille ou des amis qui n'ont pas subi de dégâts.

### Comment vérifier son lieu d'évacuation

- 1) Carte des risques CG du département de Hyogo (☞P18)
- 2) Portail de la carte des risques du Ministère du Territoire, des Infrastructures, des Transports et du Tourisme



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



## Précautions à prendre sur les lieux d'évacuation et mesures contre les maladies contagieuses

Les lieux de refuge sont souvent peuplés et en conséquence les personnes peuvent y développer des maladies ou des troubles comme l'influenza, la grippe, les nausées ou la colique.

Protégez-vous dans la mesure du possible contre les maladies contagieuses.

- ◇ Emportez impérativement des masques, du désinfectant et un thermomètre.

Si vous n'avez pas de masque, préparez une serviette qui peut vous couvrir le nez et la bouche(☞P8).

- ◇ Lavez-vous les mains avant les repas et après être allé aux toilettes et veillez à l'hygiène du corps.
- ◇ Evitez si possible les lieux confinés, les endroits peuplés et les contacts avec les personnes.



## Pictogrammes concernant l'évacuation

Les lieux d'évacuation d'urgence homologués et les lieux publics désignés comme lieux d'évacuation sont indiqués sous forme de pictogrammes. Vérifiez votre lieu de proximité et envisagez votre mode d'évacuation en fonction du type de sinistre.

### Panneaux signalant les lieux d'évacuation et dispositif d'éclairage conduisant vers la sortie de secours



Lieux d'évacuation d'urgence homologués



Lieux d'évacuation homologués



Dispositif d'éclairage conduisant vers la sortie de secours

### Signalisation du tsunami



Lieux d'évacuation en cas de tsunami



Immeuble pour l'évacuation en cas de tsunami



Précautions à prendre en cas de tsunami

### Précautions à prendre au moment de l'évacuation

- Fermer l'arrivée de gaz et couper le disjoncteur
- Mettre ses chaussures de sport
- Prendre le sac à dos contenant les objets à emporter en cas d'urgence et garder ses deux mains libres
- Il est difficile de marcher dans un courant d'eau dépassant la cheville.



## 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

## Consultons la famille!

Afin de garder son sang froid au moment de l'arrivée du sinistre, il est important que les membres de la famille se soient au préalable consultés sur les modes d'évacuation et les contacts à prendre. Chacun aura confectionné sa « carte d'évacuation » et la « liste des contacts d'urgence » pour partager au préalable avec la famille les informations sur « à quel moment évacuer » et « comment faire au moment de l'évacuation ».

### 🎯 Ma carte d'évacuation

Il est important de réfléchir au mode d'évacuation adapté au type de sinistre.

Voici un modèle sur le site internet

Ma carte d'évacuation	
Type de sinistre	Nom et prénom
<b>A vérifier !</b>	A quoi faut-il penser ? (Où est le danger ? Que faut-il vérifier en cas de fortes pluies ou de vent violent ?)
<b>Quand ?</b>	Quand faut-il partir ? (Quand faut-il évacuer ?)
<b>Où ?</b>	Où évacuer ? (Où et par quel itinéraire ?)
	De jour (lorsqu'il fait clair) De nuit (lorsqu'il fait sombre)
<b>De quelle manière ?</b>	Comment évacuer ? (Avec qui ? A pied ? En voiture ?)
	De jour (lorsqu'il fait clair) De nuit (lorsqu'il fait sombre)
(Autres, notes)	

### Vérifions au préalable les informations suivantes !

#### ❶ Répartition des rôles

Décidez qui évacue avec les enfants en bas âge ou les personnes âgées et s'il faut aller chercher les enfants à l'école ?

#### ❷ Itinéraire à suivre pour se rendre sur le lieu d'évacuation

Fabriquez une carte indiquant le chemin à suivre pour se rendre sur le lieu d'évacuation. Trouvez le chemin le plus sûr pour se rendre de chez vous au lieu d'évacuation, mesurez le temps nécessaire et vérifiez les endroits dangereux.

#### ❸ Moyens de contacter les gens

Choisissez plus de deux moyens pour entrer en contact avec les gens.

### 🎯 Liste des contacts d'urgence

Nombreuses sont les personnes qui conservent les contacts uniquement sur leur téléphone portable. Préparez la liste des contacts d'urgence pour joindre la famille ou les amis habitant à distance.

Liste des contacts d'urgence	
Numéros de téléphone de la famille ☎	Numéros de téléphone des amis ☎
Mairie de la ville ☎	Ambassade, Consulat ☎
Commissariat de police ☎ 110	Sapeurs-pompiers (incendie, ambulance) ☎ 119
Agence de sûreté maritime ☎ 118	Numéro d'urgence en cas de sinistre ☎ 171 (☎P16)
Centre d'informations pour les étrangers ☎ 078-382-2052	Autres contacts ☎

En cas de sinistre, utilisez d'autres moyens de contacts comme les SNS (Facebook, Twitter, etc).

**Vous pouvez effectuer le téléchargement ici.**

Téléchargez et copiez « Ma carte d'évacuation » et « la liste des contacts d'urgence » à partir du site internet de l'Association pour les échanges internationaux du département de Hyogo (fondation d'utilité publique), avant de les afficher dans un endroit visible comme la porte du réfrigérateur.



# 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

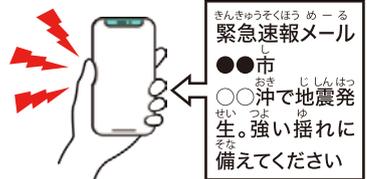
#### ⚠️ 緊急速報メール(エリアメール)

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でも、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



### ◎ 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ますので、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
- ※暗証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
- ※暗証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

# Mémorisons ce qui est nécessaire!

Retenez au préalable les informations adéquates et agissez avec sang froid sans vous laisser influencer par les informations non fondées ou les faux bruits.

## ◎ Pour connaître les informations

A l'arrivée d'un sinistre, allumez la télévision ou la radio.

- (1) Télévision, (2) Radio, (3) Téléphonie sans fil des services administratifs en charge de la prévention des sinistres, (4) Bulletin officiel de la ville distribué en véhicule, (5) Carte des risques CG du département de Hyogo (Exclusivement en japonais et en anglais P18), (6) Applications et autres moyens concernant la prévention des sinistres (P18)



### Fréquences radiophoniques (exclusivement en japonais)

**【AM(kHz)】** NHK DAI 1 666 / NHK DAI 2 828 / ASAHI HOSO 1008 / MAINICHI HOSO 1179 / RADIO KANSAI 558  
**【FM(MHz)】** NHK FM 86,5 / FM COCOLO 76,5 / Kiss-FM 89,9

Les fréquences susmentionnées concernent la ville de Kobe. Pour utiliser la NHK dans les autres régions, reportez-vous au site ci-dessous : [http://www.nhk.or.jp/kobe/channel/radio\\_index.html](http://www.nhk.or.jp/kobe/channel/radio_index.html) (exclusivement en japonais)



### Mail d'urgence (Mail local)

Le mail d'urgence (mail local) est un service par téléphone portable qui annonce la vigilance absolue au tsunami et les alertes d'urgence au séisme, et qui diffuse les informations sur les sinistres et les opérations d'évacuation données par les organisations publiques locales.



### Alerte J (système d'alerte d'urgence nationale instantanée)

L'alerte J (système d'alerte d'urgence nationale instantanée) est un système diffusant instantanément aux habitants les informations d'urgence (informations sur les missiles balistiques, alertes d'urgence au séisme, etc). Des haut-parleurs installés à l'extérieur peuvent également diffuser les informations.

Même en mode silencieux, le téléphone diffuse la sirène d'alarme.  
 Si vous recevez l'alerte J ou un mail d'urgence, assurez-vous de votre sécurité et en cas d'ordre d'évacuation, réfugiez-vous.



#### Mail d'urgence

Un séisme s'est produit dans la ville de ●●, au large de ●●. Préparez-vous en vue de fortes secousses.

## ◎ Numéro d'urgence en cas de sinistre : « 171 »

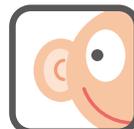


En cas de grand sinistre, c'est un moyen d'entrer en contact avec la famille ou les amis lorsque le téléphone ne fonctionne plus. Il est possible d'enregistrer un message de 30 secondes à partir d'un téléphone fixe, d'un téléphone portable ou d'un téléphone public. On peut enregistrer un message le premier et le quinze de chaque mois aussi nous vous conseillons de vous entraîner.



### Méthode d'enregistrement du message

- (1) Composer le « 171 » (2) Appuyer sur « 1 » puis faites le numéro de téléphone (après l'indicatif régional dans le cas du téléphone fixe)  
 Appuyer sur « 3 » si vous utilisez un numéro confidentiel ▶ Enregistrement



### Pour écouter de nouveau le message

- (1) Composer le « 171 » (2) Appuyer sur « 2 » puis sur le numéro de téléphone de la personne ayant effectué l'enregistrement (après l'indicatif régional dans le cas du téléphone fixe)  
 Appuyer sur « 4 » si vous utilisez un numéro confidentiel ▶ Reproduction du message

## ◎ Société de secours mutuels Phénix

Dans le département de Hyogo, il existe la « société de secours mutuels Phénix » (société de mutualité pour la reconstruction des maisons) dont les adhérents sont des personnes propriétaires d'une maison dans le département. En adhérant à la « société de secours mutuels Phénix », vous recevrez une aide pour la reconstruction ou la réparation de votre maison après un sinistre.

<https://www.jutakusaiken.jp/> (exclusivement en japonais)

# 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

Outils multilinguistiques utiles lors d'un sinistre

Lorsque vous souhaitez connaître les informations d'urgence ou les dernières nouvelles sur le sinistre et que vous ne maîtrisez pas bien la langue, prenez l'habitude de regarder les publications sur le site internet ou via une application pour ne pas vous trouver dans l'embarras. Prenez au préalable connaissance des lieux dangereux près de votre domicile.



**Web** **Carte des risques CG du département de Hyogo**

On peut connaître les zones inondables lors des sinistres naturels comme les inondations et les tsunamis, les endroits dangereux et les informations relatives à l'évacuation.

Exclusivement en japonais et en anglais  
<http://www.hazardmap.pref.hyogo.jp/>

**Application** **Réseau de prévention des sinistres de Hyogo**

Les habitants du département peuvent avoir immédiatement connaissance des informations d'urgence sur le sinistre et l'évacuation. (en plusieurs langues)

**Web** **Agence météorologique nationale**

Les dernières informations sur la prévention des sinistres est donnée en plusieurs langues dont l'anglais et le chinois.

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

**Application** **Safety Tips**

Application fournissant les dernières informations sur la prévention des sinistres (en plusieurs langues). On peut également prendre connaissance des informations sur les transports, les établissements médicaux et les mesures d'urgence.

**Application** **Voice Tra**

La traduction automatique peut se faire par saisie vocale (en plusieurs langues)

**Autres fonctions utiles**

- Bureau du Cabinet: Application en plusieurs langues et site WEB utiles lors d'un sinistre  
<http://www.bousai.go.jp/kokusai/web/index.html>

L'utilisation des outils présentés est gratuite cependant il faut prévoir les frais de télécommunication.

En cas de difficultés sur les lieux d'évacuation

Tableau en plusieurs langues

On peut y vérifier dans plusieurs langues les informations utiles en cas de difficultés liées à la santé ou aux contre-indications alimentaires par exemple, et on peut y transmettre un message.

On peut le télécharger depuis le site internet de l'association pour les échanges internationaux du département de Hyogo (Fondation d'utilité publique).

(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.

### III 覚えておこう！調べよう！ Mémorisons et vérifions les choses nécessaires!

3

## ぼう さい くん れん とう 防災訓練等

## Exercices en vue de la prévention des sinistres et autres

### ◎ ぼう さい くん れん さん か 防災訓練に参加しましょう Participez aux exercices pour la prévention des sinistres.

ひ ころ ぼう さい くん れん まつり そうじ ちいき ぎょうじ さんか きんじよ ひと し あ  
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  
とき たす あ  
時に助け合いましょう。

ひょうご けんない ぼう さい まな たいけん がた し せつ おとず じっさい たいけん  
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！

En participant aux fêtes ou aux événements de quartier comme les exercices pour la prévention des sinistres, les festivals ou les activités de ménage, vous apprendrez à connaître vos voisins et à vous entraider le cas échéant. Il y a également dans le département de Hyogo, des endroits pour apprendre de manière concrète tout ce qui touche à la prévention des sinistres. Allez-y et participez aux exercices.

#### ひと ぼう さい みらい せん た - こう べ し 人と防災未来センター(神戸市)

Centre pour la communauté et la prévention des sinistres (ville de Kobe)



ねん がつ にち ほつ  
1995年1月17日に発  
せい はんしん あわじ だいしん  
生じた「阪神・淡路大震  
さい ひがひ ふつこう き  
災」の被害や復興の記  
ろく ぼう さい かん じょうほう  
録、防災に関する情報を  
えいぞう じ おらま てんじどう  
映像・ジオラマ・展示等  
しょうかい しせつ  
で紹介する施設

Un endroit qui présente via les images et vidéos, les dioramas et les expositions, les informations sur les dommages provoqués par le « grand séisme de Hanshin-Awaji » du 17 janvier 1995, l'historique de la reconstruction et la prévention des sinistres. <https://www.dri.ne.jp/>



#### ひょうご けんこう いき ぼう さい せん た - み き し 兵庫県広域防災センター(三木市)

Grand centre de prévention des sinistres du département de Hyogo (ville de Miki)



いっばん ひと たいしやう  
一般の人を対象とした  
ぼう さい がく しゅう たいけん が た ぼう  
防災学習や体験型の防  
さい くん れん じっし  
災訓練を実施している  
そうごう ぼう さい し せつ  
総合防災施設

C'est un grand centre de prévention des sinistres qui s'adresse au public et qui enseigne la prévention des sinistres et met en oeuvre des exercices pratiques.



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

### しょう か き つか かた ◎ 消火器の使い方 Mode d'emploi de l'extincteur

かじ とつぜん さいがい そな いっか いちだいしやう か き お しょう か き お ぼ しょ かくにん つか  
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  
かた おほ  
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。

Ayez tous un extincteur à la maison pour vous protéger contre un incendie ou un sinistre soudain. Vérifiez l'endroit où l'installer et apprenez à vous en servir. Vérifier sa date limite d'utilisation.

① あんぜん びん ひ  
安全ピンを引いて  
ぬ  
抜く



① Tirez et arrachez l'épingle de sûreté.

② ほ - す さき ひ  
ホースの先を火の  
した ほう ち  
下の方に向ける



② Orientez l'extrémité du tuyau vers l'origine de la flamme.

③ れば - つよ にぎ  
レバーを強く握る



③ Tenez fermement le levier.

#### こう えき ざい だん ぼう じん ひょうご けんこう かく さい とうりゅう きやう かい 公益財団法人 兵庫県国際交流協会

Association pour les échanges internationaux du département de Hyogo, Fondation d'utilité publique

TEL : 078-230-3260

FAX : 078-230-3280

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



ほ - む べーじ  
ホームページ  
Site internet



ふ - えい すぶっく  
フェイスブック  
Facebook

こう べ し ちゅうおうく わきのほまかいがんどおり かく さい けんこう かい ほん せん た - かい  
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  
Centre international pour la santé, premier étage  
1-5-1, Wakino-hama Kaigandori, Chuo-ku, Kobe

この冊子は、さっし いっばんざいだん ほうじん し ち たいこくさい かいきやうかい じよせいじきやう  
一般財団法人自治体国際化協会の助成事業により  
作成されています。

Ce petit fascicule est rédigé par les oeuvres sociales du Conseil d'administration local pour les relations internationales, à statut de fondation.



自治体国際化協会