



事前に家族と防災ガイドブックで「災害の種類」や「避難のタイミング」などを学び、災害発生時に困らないようにしましょう！

Alamin nang maaga kasama ang inyong pamilya, ang [mga uri ng sakuna], [pag-tiempo ng paglikas] atbp, sa “Gabay para maiwasan ang sakuna” upang hindi kayo mahirapan kung sakaling magkaroon ng sakuna!



マイ避難カード Ang Aking Kard ng Paglikas	
災害の種類 Uri ng SAKuna	名前 Pangalan
確認！ Tiyakin!	<b>判断材料の入手</b> (何が危険？大雨や台風の時に何を確認？) Pagkuha ng mga materyales sa pagpasiya (Ano ang mapanganib?) Ano ang dapat tiyakin sa oras na may malakas na ulan at bagyo?)
	<b>逃げ時</b> (何がどうなったら？) Panahon ng pagtakas (Sa anong kalagayan?)
いつ？ Kailan?	<b>避難先</b> (どこに？どのルートで？) Patutunguhan sa paglikas (Saan? Sa anong ruta?) 昼（明るい時） Sa araw (oras na 夜（暗い時） Sa gabi (oras na madilim)
	<b>避難する方法</b> (だれと？歩いて？車で？) Paraan ng paglikas (Sino ang kasama? Maglalakad? Sa sasakyan?) 昼（明るい時） Sa araw (oras na maliwanag) 夜（暗い時） Sa gabi (oras na madilim)
どこに？ Saan?	
どのように？ Paano?	
(その他 メモ) (Iba pa, tala)	



### 次のような場合、どのようにして逃げますか？

私はお父さん、お母さんと弟（3歳）とアパートに4人で住んでいます。  
私の家は山と海が近くにあります。

### Sa sumusunod na kaso, paano kayo tatakas?

Nakatira ako sa isang apartment kasama ang aking ama, nanay at nakakabatang kapatid na lalaki (3 taong gulang).  
Ang bahay ko ay malapit sa bundok at dagat.

## マイ避難カード(記載例)

災害の種類	地震	名前	〇〇 〇〇
確認!	<b>判断材料の入手</b> (何が危険? 大雨や台風の時に何を確認?) ・緊急地震速報、緊急速報メール ・津波注意報・警報 ー兵庫県CGハザードマップ、ひょうご防災APPやテレビなどから		
いつ?	<b>逃げ時</b> (何がどうなったら?) 揺れがおさまって、家にいて危ないとき		
どこに?	<b>避難先</b> (どこに? どのルートで?) 昼(明るい時) daytime 第一候補: 〇〇小学校 第二候補: 〇〇公民館 夜(暗い時) nighttime 第一候補: 〇〇公民館 第二候補: 近くの安全な高台		
どのように?	<b>避難する方法</b> (だれと? 歩いて? 車で?) 昼(明るい時) daytime 家族と歩いて(弟と手をつなく、海から離れる) 夜(暗い時) nighttime 懐中電灯を持ち、広い道路を選び、避難先に行き、明るくなるまで待機		

(その他 メモ)

避難するときに防災グッズ(身分証明書や薬など)や緊急連絡先カードを忘れない!  
自宅が土砂災害警戒区域、津波浸水想定区域にあるため、土砂災害・津波に注意!

## マイ避難カード(記載例) Ang Aking Kard ng Paglikas(Halimbawa ng pagsulat)

災害の種類	Uri ng SAKUNA	Lindol	名前	Pangalan	〇〇 〇〇
確認! Tiyakin!	<b>判断材料の入手</b> (何が危険? 大雨や台風の時に何を確認?) Pagkuha ng mga materyales sa (Ano ang mapanganib?) Ano ang dapat tyakin sa oras na may maliakas na ulan at b... ・Maagang babala sa lindol, email ng emerhensiyang babala ・Payo / babala sa tsunami →CG hazard map ng Prefecture ng Hyogo, app para sa pag-iwas sa sakuna ng Hyogo, TV, atbp.				
いつ? Kailan?	<b>逃げ時</b> (何がどうなったら?) Panahon ng pagtakas (Sa anong kalagayan?) Kapag humupa na ang pagyanig at mapanganib na manatili sa bahay				
どこに? Saan?	<b>避難先</b> (どこに? どのルートで?) Patutunguhan sa paglikas (Saan? Sa anong ruta?) 昼(明るい時) Sa araw (oras na Unang Pagpipilian: Mababang Paaralan ng 〇〇 Ikalawang Pagpipilian: Pampublikong Bulwagan ng 〇〇 夜(暗い時) Sa gabi (oras na madilim) Unang Pagpipilian: Pampublikong Bulwagan ng 〇〇 Ikalawang Pagpipilian: Malapit na ligtas na burol				
どのように? Paano?	<b>避難する方法</b> (だれと? 歩いて? 車で?) Paraan ng paglikas (Sino ang kasama? Maglalakad? Sa sasakyan?) 昼(明るい時) Sa araw (oras na Lumakad kasama ang pamilya (hawakan ang kamay ng nakakabatang kapatid na lalaki, lumayo sa dagat) 夜(暗い時) Sa gabi (oras na madilim) Magdala ng flashlight, pumili ng malawak na kalsada, pumunta sa isang evacuation site at maghintay hanggang lumiwanag				

(その他 メモ) (Iba pa, tala)

Kapag lumikas, huwag kalimutan ang mga gamit sa pag-iwas sa sakuna (sertipiko ng pagkatao, gamot, atbp.) at kard ng pang-emerhensiyang kontak!  
Mag-ingat sa mga sakuna ng lupa at tsunami kapag ang inyong bahay ay nasa lugar na mapanganib sa sakuna ng lupa o lugar na binabaha kapag may tsunami!



## 次のような場合、どのようにして逃げますか？

私はお父さん、お母さんと弟（3歳）とアパートに4人で住んでいます。  
私の家は山と海が近くににあります。

## Sa sumusunod na kaso, paano kayo tatakas?

Nakatira ako sa isang bahay kasama ang aking lola, tatay, nanay at nakababatang kapatid na lalaki (3 taong gulang).  
Ang bahay ko ay malapit sa bundok.

### マイ避難カード(記載例)

災害の種類	土砂災害	名前	〇〇 〇〇
確認!	<b>判断材料の入手</b> (何が危険? 大雨や台風の時は何を確認?) ・土砂災害危険度分布 (兵庫県CGハザードマップ、気象庁HPなど) ・避難や災害情報 (ひょうご防災ネット、テレビなどから)		
いつ?	<b>逃げ時</b> (何がどうなったら?) 警戒レベル3「高齢者等避難」が発出されたら避難 (警戒レベル2「大雨・洪水・高潮注意報」で避難の準備)		
どこに?	<b>避難先</b> (どこに? どのルートで?) 昼(明るい時) daytime 第一候補: 〇〇小学校 第二候補: 〇〇公民館 夜(暗い時) nighttime 避難が困難の場合は自宅の2階 (山と反対側で待機)		
どのように?	<b>避難する方法</b> (だれと? 歩いて? 車で?) 昼(明るい時) daytime 家族と歩いて (弟と手をつなぐ) 夜(暗い時) nighttime 明るいうちに避難! 間に合わない場合は、備蓄などを持って、自宅の2階で待機		

(その他 メモ)

自宅がハザードマップの土砂災害警戒区域内にある。  
弟との避難は時間がかかるので、警戒レベル4「避難指示」を待たずに避難!

### マイ避難カード(記載例)

### Ang Aking Kard ng Paglikas(Halimbawa ng pagsulat)

災害の種類	Uri ng SAKUNA	Sakuna ng Lupa	名前	Pangalan	〇〇 〇〇
確認!	Tiyakin!	<b>判断材料の入手</b> (何が危険? 大雨や台風の時は何を確認?) Pagkuha ng mga materyales sa (Ano ang dapat tyakin sa oras na may malakas na ulan at b...) ・Laki ng panganib na magkaroon ng sakuna ng lupa (CG hazard map ng Prefecture ng Hyogo, website ng Japan Meteorological Agency, atbp) ・Impormasyon sa paglikas at sakuna (mula sa Hyogo disaster prevention net, TV, atbp)			
いつ?	Kailan?	<b>逃げ時</b> (何がどうなったら?) Panahon ng pagtakas (Sa anong kalagayan?) Kapag ang antas 3 na babala sa pag-ingat [paglisan ng mga matatanda, atbp] ay inilabas na (Maghanda na upang lumikas kapag lumabas na ang antas 2 na babala sa pag-ingat [payo sa malakas na ulan / baha / mataas na tubig sa dagat])			
どこに?	Saan?	<b>避難先</b> (どこに? どのルートで?) Patutunguhan sa paglikas (Saan? Sa anong ruta?) 昼(明るい時) Sa araw (oras na...) Unang Pagpipilian: Mababang Paaralan ng 〇〇 Ikalawang Pagpipilian: Pampublikong Bulwagan ng 〇〇 夜(暗い時) Sa gabi (oras na madilim)			
どのように?	Paano?	<b>避難する方法</b> (だれと? 歩いて? 車で?) Paraan ng paglikas (Sino ang kasama? Maglalakad? Sa sasakyan?) 昼(明るい時) Sa araw (oras na...) Lumakad kasama ang pamilya (hawakan ang kamay ng nakababatang kapatid na lalaki) 夜(暗い時) Sa gabi (oras na madilim) Lumikas habang maliwanag! Kung hindi makakaya, dalhin ang inyong mga gamit, atbp, at maghintay sa ikalawang palapag ng inyong bahay.			

(その他 メモ)

Ang bahay ko ay nasa lugar na may panganib sa sakuna ng lupa sa hazard map.  
Matagal ang paglikas kasama ang nakababatang kapatid na lalaki, kaya huwag nang hintayin ang antas 4 na babala sa pag-ingat [Utos ng paglikas] bago lumikas!