

さいが い み まも  
災害から身を守ろう!

How to Mitigate Disasters - A Guide for Foreign Nationals in Japan

1 にっぽん しぜんさいがい し  
日本の自然災害を知ろう

にっぽん しぜんさいがい (じしん、つなみ、たいふう、つよいあめ) が  
たくさんあります。6月から10月は 台風・つよい雨が  
ふえます。大きな災害の時は、いつもの生活が  
できなくなります。

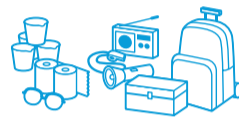


2 さいが い まえ じゅんび  
災害がおきる前に 準備しよう

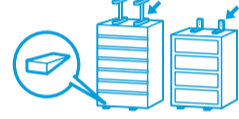
ひがい をすく 少なくするため さいが い まえ  
準備をしてください。

自分でできる準備

にげる時の 持ちもの  
を準備する



かぐ が たおれない  
ようにする



みず や たべもの  
を準備する  
など



地域でできる準備

さいが い おきたときは  
ちいき 地域のつながりが助けに  
なります。地域の  
ぼうさいくんれん (にげる練習) や  
ぼらんていあ に 行きましょう。

We'll have an  
emergency drill.



3 さいが い じょうほう かくにん  
災害の情報を確認しよう

さいが い じょうほう がわかる アプリ や WEB  
サイトがあります。事前に スマートフォン  
(けいたい電話) などに 登録してください。  
とくに 台風は くる前に わかります。



ちかくの避難所  
(にげる場所) などを  
かくにん 確認してください。

やくしよ 役所などで いろいろなことばで  
じょうほう 情報をだしていることがあります。  
さいが い まえ かくにん  
災害がおこる前に 確認しましょう。



4 あんぜん ひなん  
安全に避難しよう (にげよう)

さいが い おきた時 あぶない場所に  
いる人は 安全な場所へ  
にげてください。にげる場所は  
しょうがっこう ちゅうがっこう などの公共しせつです。



ころ な なか あんぜん  
コロナの中で 安全に にげる方法を  
たしかめてください。

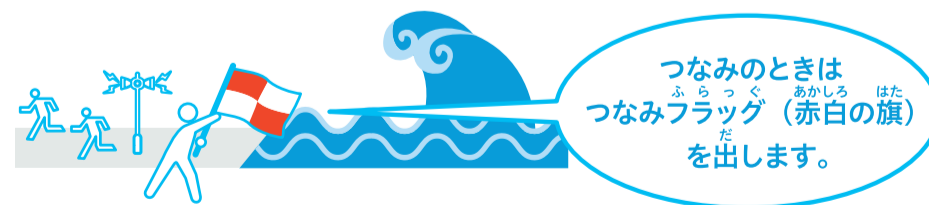


地震・つなみの時

うみ のちかくで じしん かん とき  
海のちかくで 地震を感じた時は、  
たか 高いところに にげてください。

つよいあめ とき  
つよい雨の時

かわ がけ みず  
川や崖 (水のちかく)  
に 行かないでください。



See this info in your own language. このポスターは いろいろな国の ことばで よむことができます。



QR Translator

English	简体中文	繁體中文	한국어	Português	Español	Bahasa Indonesia
Tiếng Việt	Tagalog	ภาษาไทย	नेपाली भाषा	ភាសាខ្មែរ	မြန်မာဘာသာစကား	Монгол хэл