

いずみ く じ しん ぼう さい

泉区地震防災ガイド

にほんご

《やさしい日本語》

じしん ひがい ちい ひ
地震による被害を小さくするためには、日ごろからの
じゆん び たいせつ
準備がとても大切です。

あなた じしん かぞく まも いまなに
あなた自身や家族を守るために、今何ができるでしょうか。
かぞく はな あ
家族と話し合ってください。

ねん いずみく そうむ か
2014年 泉区総務課

いずみく ひがい 泉区の被害はどれくらい？

げんろくがたかんとう じしん お
元禄型関東地震が起こると、泉区では最大震度6強の揺れが起こるとされています。

かじ 火事

- たてもの ひがい けん
● 建物被害 3,339軒
- ししゃすう ひと
● 死者数 55人

いえ す ひと 家に住めなくなる人

- 22,455人

ゆ 揺れ

- たてもの ひがい けん
● 建物被害 6,239軒
- ししゃすう ひと
● 死者数 45人

こうつう きかん 交通機関のストップ

- き たくごんなんしや ひと
● 帰宅困難者 6,380人



ひがい ちい ひ なに 被害を小さくするには、日ごろから何をしておけばいい？

や たいさく わが家の対策

- 家族での話しあい
- 家の備え（耐震化・燃えにくい家具）
- 水や食べ物・非常 持出品の用意 など

きんじよ ちいき たいさく となり近所・地域での対策

- 防災訓練に参加する
- とわり近所とのコミュニケーション など



や あんしん わが家の安心メモ

- 大地震のときに家族が集まる場所を決めておいてください。
- 地震が起こった地域の電話はつながりにくくなります。遠くに住んでいる親戚や友だちを連絡先として決めておいてください。

地震のときに家族が集まる場所

地震のときの避難場所（地域防災拠点）

連絡先（遠くの親戚や友だち）

その他家族で決めたこと

火事・救急
☎ 119

犯罪・交通事故
☎ 110

電話の故障
☎ 113

災害用伝言ダイヤル
☎ 171

電話会社の伝言サービス

固定電話から

災害用伝言ダイヤル

※音声ガイダンスは日本語のみ

- メッセージを録音するとき

171 → 1 → 固定電話の番号 → 1# → 30秒以内で録音 → 9#

- メッセージを再生するとき

171 → 2 → 固定電話の番号 → 1# → 再生

携帯電話から

災害用伝言板

- 携帯電話各社が災害時に伝言板サービスを提供します。

パソコン・携帯電話から

災害用伝言板 (web171)

※日本語・英語・中国語・韓国語対応

- パソコンや携帯電話で安否情報を登録・確認できます。

<https://www.web171.jp> にアクセス

災害用伝言ダイヤル・災害用伝言板 (web171) は毎月1日と15日に体験利用できます。



じしん お まえ 地震が起こる前に

いえ なか あんぜん 家の中は安全ですか？

- げんかん ひ じょうもちだしひん
玄関に非常持出品を
ようい
用意してください。

- しんしつ
寝室にスリッパなどを
ようい
用意してください。

- とだな とびら と がね
戸棚の扉に留め金を
つけてください。

- ひ さんぼうし
ガラスに飛散防止フィルム
を貼ってください。

- せ たか かぐ でんきせいひん
背の高い家具や電気製品は
たお こてい
倒れないよう固定してください。

びちくひん みず た もの 備蓄品（水や食べ物、トイレパック）

- の みず た もの
飲み水や食べ物、トイレパックを **さいていみつ か ぶん** **最低3日分** 用意してください。

の みず 飲むための水

ひとりぶん
(1人分)

にち みつ か かん
1日3リットル×3日間
= 9リットル



た もの 食べ物

ちょうり た
調理しないで食べられるもの、
かんづめ かん き な
缶詰（缶切りが無くても
あ
開けられるもの）、
など



トイレパック

べんざ つか
トイレの便座にかぶせて使います。
ひとりぶん にち かい みつ か かん こ
(1人分) 1日5回×3日間=15個

じしん あと すいせん つか
地震の後、水洗トイレが使えなくなることがあります。
かてい たいさく たいせつ
家庭でのトイレ対策はとても大切です。



ひょうもちだしひん
非常 持出品

● 避難するときにはすぐに持ち出せるように準備しておくといよもの

みず
水



た もの
食べ物 (ビスケット・缶詰
など)



げんきん し へい ごう か
現金 (紙幣と硬貨)、
つうちょう けんこう ほ けんしやう
通帳、健康保険証



み ぶんしやうめいしよ
身分証明書



かみざら かみ
紙皿、紙コップ、
しょくひんやう
食品用ラップ、
びにールぶくろ
ビニール袋



いるい
衣類、
タオル、
せんめんやうく
洗面用具



おうきやう て あてやうひん
応急 手当用品、
じやうび やく
常備薬、
せいりやうひん
生理用品



ひっ き やうく
筆記用具



かいちやうでんとう
懐中 電灯、ランタン
よび でんち
予備の電池



でんちしき けいたい
電池式の携帯ラジオ、
よび でんち
予備の電池



でんちしき
電池式の
けいたいでん わじやうでん き
携帯電話充電器




くんて ぼうし
軍手・帽子、
ヘルメット



きやうどうじゆうたく す ひと そな
共同住宅に住んでいる人の備え

たか ゆ
高いビルの揺れ

うえ かい ゆ した かい
上の階の揺れは下の階よりも
おお
大きくなります。
か く たお お
家具が倒れたり落ちたり
しないよう固定
こてい
しましょう。




きやうどう びちく
共同の備蓄

いえ びちく くわ
家での備蓄に加えて、
きやうどうじゆうたくぜんたい
共同住宅全体でも
きゅうきやうやうひん びちく
救急用品などを備蓄
しておくとあんしん
と安心です。




じゆうにん きやうりやく
住人どうしの協力

ぼうさいくんれん し
防災訓練のお知らせがあったらよく読んで、
くんれん さん か
訓練になるべく参加してください。
じゆうにん きやうりやく さいがいじ
住人で協力して災害時の
マニュアルをつく
を作っておくと
あんしん
安心です。



ひなんけいろ かくにん
避難経路の確認

ひじやうかいだん ひじやうどびら ぼしよ
非常階段や非常扉の場所を
かくにん
確認してください。
ひなん けいろ
避難する経路には
さまた
妨げになるものを
お
置かないでください。



おお ゆ かん 大きな揺れを感じたら

おお じしん お れいせい たいおう むずか じぶん じしん まわ ひと せいめい
大きな地震が起こったとき、冷静に対応するのは難しいものです。自分自身や周りの人の生命を
まも 守るために、あわてず、落ち着いて行動してください。

いえ なか 家の中にいるとき

- クッションや布団、枕などで頭を守る。
- 丈夫な机の下に身を隠す。
- 割れたガラスでケガをしないように注意する。
- ドアや窓を開けて出口を確保する。



スーパーやデパートにいるとき

- 倒れてくる棚や落ちてくる商品に注意する。
- 柱や壁に身を寄せる。
- 衣服や手荷物、買い物カゴを使って頭を守る。

の エレベーターに乗っているとき

- 全ての階のボタンを押して、止まった階で降りる。
- 閉じ込められたら、非常ボタンやインターホンで連絡をとる。
- 建物から避難するときはエレベーターを使わない。



くるま うんてん 車を運転しているとき

- 前後の安全を確認しながらゆっくりとスピードを落として道路わきに停車する。
- 揺れがおさまるまで、カーラジオなどで情報収集する。
- 車を離れるときは、キーをつけたままにする。

そと 外にいるとき

- 倒れやすいものから離れる。(自動販売機や電柱など)
- カバンなどで頭を守る。
- 看板などが落ちるおそれのある建物から離れる。



すばや ひ しまつ 素早い火の始末

ひ け ど 火を消す3度のチャンス

- ① 揺れを感じたとき ② 揺れがおさまったとき ③ 出火した直後

大きな揺れの最中は無理に火を止めたり消火したりせず、まず身を守ってください！

しゅつ か 出火してしまったら

① 119番通報

大きな声や音で周りの人に知らせた後、消防に通報してください。



② 初期消火

火が天井に届く前に消火してください。



③ 避難

火が天井に届いたら、無理に消そうとしないで早めに避難してください。



出火して2～3分を過ぎると火が天井に届き、バケツの水や家庭用の消火器では消すことができなくなります。このようなときは消火をあきらめて早めに避難してください。

か ていようしょう か き つか かつ 家庭用消火器の使い方

- ① 安全ピンを抜く ② ホースを火元に向ける ③ レバーを握る



3～6m先まで届きます。

10～15秒放射できます。

ひ なん 避難するときは

自分やほかの住人の安全を確保してください。
空気を絶つために、ドアを閉められるようであれば閉めてください。

か じ ひ がい ぶせ 火事の被害を防ぐために

か さい つよ いえづく ひ たいさく 火災に強い家作り（日ごろの対策）

- 火災警報器をつける
- 消火器を用意する
- 燃えにくいカーテン、じゅうたんにする
- 風呂に水を張っておく
- 感震ブレーカー（強い揺れの際に自動的に電気を止める装置）をつける

ひ なん いえ はな 避難のため家を離れるとき

- 電気のブレーカーを落とす
- ガスの元栓を締める

ゆ 揺れがおさまったら

きんじよ たす あ となり近所の助け合い

おお じしん お しょうぼうしゃ きゅうきゅうしゃ げんば か かぎ
大地震が起こったときには、消防車・救急車がすぐに現場に駆けつけられるとは限りません。
となり近所の助け合いが大切です。

かぞく きんりん ぶじ かくにん 家族と近隣の無事を確認

かぞく ぶじ かくにん
家族の無事が確認できたら、
きんりん ひと に おく ひと
近隣の人で逃げ遅れた人が
いないか確認してください。



きょうりよく きゅうしゅつ てあ しょうか 協力して救出・手当て・消火

たお たてもの かぐ したじ ひと きょうりよく
倒れた建物や家具の下敷きになった人がいたら、協力
して救出・手当てします。
じしん あと もつと かじ も ひろ まえ
地震の後で最も怖いのは火事です。燃え広がる前に、
きょうりよく しょうか
協力して消火します。

きゅうじよ ひと ひが
救助する人が被害にあわ
ないよう、気を付けて
ください。



がいしゅつちゆう じしん お こうつう きかん 外出中に地震が起こって交通機関がストップしたら

おお じしん お こうつう きかん いえ かえ むずか
大きな地震が起こると、交通機関がしばらくストップし、家に帰るのが難しくなります。

えきまえ はん か がい だいこんらん か のうせい
駅前や繁華街は大混乱になる可能性があります。

いどう お つ あんぜん ばしょ
あわてて移動せず、落ち着いて安全な場所にとどまってください。

いどう 移動するときは

- ひろ どうろ えら いどう
● 広い道路を選んで移動する
- あか いどう じかん あんぜん いえ かえ
● 明るくなってから移動するなど、時間をずらし安全に家に帰る

ある かえ かた しえん 歩いて帰る方への支援



さいがいじ きたくしえん ひだり めじろし
「災害時帰宅支援ステーション」(左のステッカーが目印のコンビニエ
ンストアやファーストフード店、ガソリンスタンド)での支援
すいどうすい
水道水・トイレ
きゅうけい ばしょ
休憩する場所
ちず どうろ じょうほう
地図やラジオからの道路情報

さいがい じょうきよう ていきよう
災害の状況によりサービスを提供できないことがあります



避難する場所を知っていますか？

自分の家



いっとき避難場所

広域避難場所

近隣の公園や空き地など、家とその周りの安全が確認できるまでの一時的な待機場所です。家族や近隣の安否確認の場所にもなります。

火災が広がったとき、炎の熱や煙から身を守るために一時的に避難する場所（大きな公園などの開けた土地）です。

地域防災拠点（震災時避難場所）

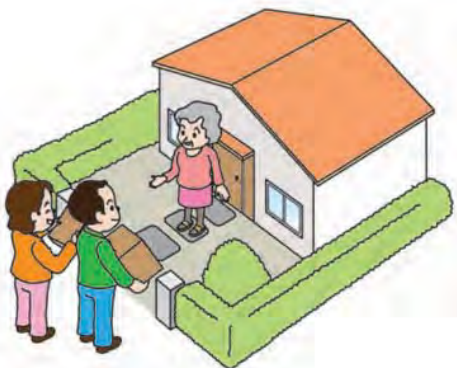
地震の被害で自分の家で生活できなくなった人が避難生活をする場所です。（小学校や中学校が指定されています。）



- 最低限の食べ物・水を備蓄しています。
- 救助に必要な資機材などがあります。
- 自分の家で生活できる人も物資や情報入手できます。

災害の後の自宅での生活

自分の家が無事な人は家に戻って生活します。食べ物などの物資や情報は「地域防災拠点の避難者」だけでなく「自宅で生活する人」とも共有します。住民の皆さんで助け合って物資などの配布をしてください。



外国につながる住民のための防災情報Webリンク

● 横浜市国際交流協会（YOKE）<http://www.yoke.or.jp>

● 神奈川県民局 国際課

<http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/p453450.html>