

外籍居民用的 防災手冊

繁體中文版

仔細閱讀手冊

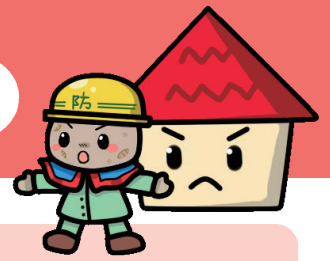
請做好準備！



防災吉祥物 戴頭巾的馬鈴薯「kikibo」君

2022年4月發行

在日本會發生的災害 1



地震和海嘯

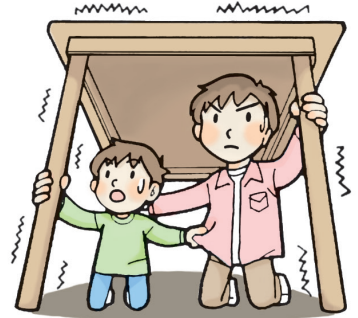
地震

指地面劇烈晃動。

日本是地震頻發的國家。

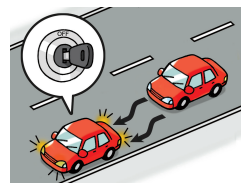
[在家時的準備工作]

- ▶ 首先請躲避至餐桌或書桌下，護住頭部和身體。
- ▶ 請在地面停止晃動後再行動。
- ▶ 請穿運動鞋或拖鞋保護足部。
- ▶ 為防止發生火災，請熄滅火源並關閉配電斷路器。
- ▶ 請打開窗戶或大門確保出口。
- ▶ 請不要立即外出。



[在戶外時的準備工作]

- ▶ 遠離建築物。
- ▶ 用書包或書本護住頭部。
- ▶ 如正在開車請將車輛停至道路左側。
- ▶ 逃生時請不要拔除車鑰匙。



海嘯

地震後，有可能會有又高又快的浪來襲。

- ▶ 海嘯會把人、建築及車輛都沖走。非常危險。
- ▶ 如果在海邊或河邊的話請立即撤離，前往遠處或高處逃生。



在日本會發生的災害 2



颱風、洪水、土石流災害、雪災

颱風

出現強風。 降雨量大。

[颱風時的注意事項]

- ▶請不要外出。
- ▶海邊、河邊及山邊漲水危險。請不要靠近。
- ▶容易被強風吹走的物品請放置屋內。
- ▶強風有可能會造成玻璃碎裂，因此請不要靠近玻璃窗。



洪水

降雨多的話河水會漲滿。

- ▶河水有可能會漲滿，請不要前往河邊。
- ▶洪水有可能會溢入道路或家中。
- ▶水的高度到達腳踝處時有可能無法行走。



土石流災害

山上的泥土或石頭有可能墜落。

- ▶大雨、颱風以及地震後，山體有可能出現崩塌。請遠離山崖。



河水、雨水、泥土進入道路或家中時

- ▶在道路上行走困難時請前往建築物的高處逃生。
- ▶2樓以上請躲避至遠離山崖的房間。



雪災

會出現強風及大雪。

- ▶請盡量不要在下雪、刮風停止前外出。
- ▶請確認車輛的排氣口及取暖設備的進出氣口是否被雪堵住。



逃生至安全場所！



逃生至安全地點稱為「避難」

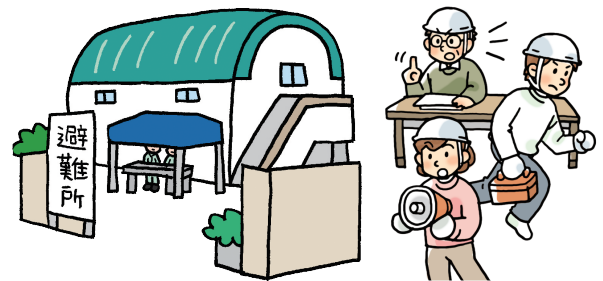
[出現下述情況時請進行避難]

- ▶房屋損壞時。
- ▶認為繼續留在家中會有危險時。



關於避難所（逃生處）

- ▶避難的場所稱作避難所。
- ▶也可以留宿。
- ▶與很多人一起生活。
- ▶請遵守避難所的規則。
- ▶請大家互相幫助。



查詢您家附近的避難所

避難所請在您住家所屬行政區的網站上進行查詢。
請將查詢到的避難所記錄下來。

中標津町
網站二維碼



附近的避難所

●記住逃生（避難）場所的標誌。

臨時避難場所（室外）



這是災害發生時首先逃生的地方。一般是公園、學校或運動場等寬闊的地方。

指定緊急避難場所（室外）



這是設有指定避難所的臨時避難場所。一般是學校或運動場等寬闊的地方。

指定避難所（室內）



這是房屋損壞或房屋危險的人們聚集的地方。可以獲得水及食物。

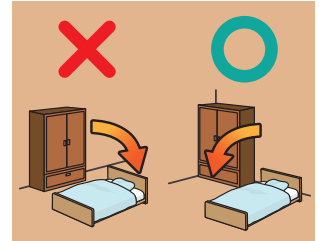
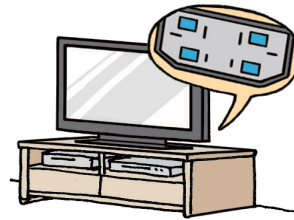
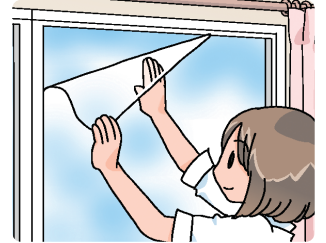
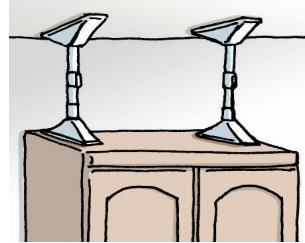
災害來臨前的準備 ①



地震來臨前的準備工作

家中

- 將家具進行固定防止櫃子或書架等倒塌。
- 在電視機上張貼防滑膠布以防倒下。
- 做好準備以免玻璃破裂四處飛散。
- 在窗戶上張貼薄膜。
- 請不要在睡覺的地方附近放置大型家具。
- 請不要將床放在窗戶附近。



室外

- 確認混凝土牆板是否損壞。
- 確保能夠立即逃生。
- 在大門附近不要放置雜物。



颱風、洪水、土石流來臨前的準備工作

家中

- 請將易撕的養生膠帶或防飛散薄膜貼在窗戶上。



室外

- 將晾衣竿、盆栽放入家中。
出現強風時，放在陽台及室外的物品會被吹走。
- 清理側溝及排水溝。
側溝及排水溝有可能因雨水而漲滿，請進行清理。



災害來臨前的準備 2



逃生時的攜帶物品（應急攜帶物品）

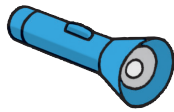
●請將物品裝入背包以便空出雙手。

※背包：可以裝行李的雙肩包

●請按照自己能夠攜帶的重量進行準備。



☐ 護照



☐ 照明燈



☐ 收音機



☐ 電池



☐ 厚手套



☐ 常用藥



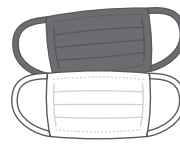
☐ 紙巾



☐ 衣服、內衣



☐ 貴重物品



☐ 口罩



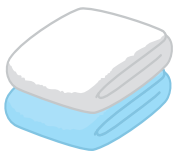
☐ 水



☐ 應急食品



☐ 哨子



☐ 毛巾



☐ 書寫用具



☐ 紙尿布



☐ 牛奶

平時要準備的物品（儲備品）

●家中有可能出現電力、瓦斯和自來水無法使用的情况。

●有可能因下水道損壞而無法使用廁所。

●請做好能夠在家中生活的準備。

家庭人口數×3公升×7日



☐ 水（7日份）



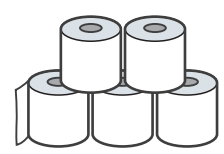
☐ 食物（7日份）



☐ 爐灶

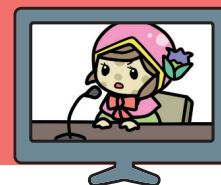


☐ 簡易廁所



☐ 衛生紙

關於災害資訊



想收集地震、颱風等資訊時



從這裡下載



iOS



Android

■ Safety tips

方便獲取日本災害資訊的APP。



從這裡下載



iOS



Android

■ Japan Official Travel App

方便在日本旅遊的APP。災害時也能使用。



從這裡下載



iOS



Android

■ NHK WORLD-JAPAN

發布NHK的新聞。還會通知地震、海嘯的緊急資訊。



WEB

網站在這裡

▶▶ https://www.data.jma.go.jp/multi/index.html?lang=cn_zt



■ 氣象廳災害資訊

可獲取氣象、地震、海嘯、火山、海洋等防災和天氣的資訊。

語言無法溝通時



■ 多語言聲音翻譯APP VoiceTra

可將自己說話的內容轉換成其他國家的語言。

提供：國立研究開發法人資訊通信研究機構 (NICT)



從這裡下載

▶▶



iOS



Android

網站在這裡

▶▶ <http://voicetra.nict.go.jp/>

突發事件、意外事故

警察



電話號碼

110

火災、急救、救助

消防



電話號碼

119

需要幫助時的諮詢處

中標津鎮公所

北海道標津郡中標津町丸山2丁目22番地

TEL 0153-73-3111 FAX 0153-73-5333