

小田原市灾害避难卡

- 日本是个地震多发的国家。
- 大地震之后会有多次摇晃（余震）。
- 大地震的发生会引发海啸。



发行 小田原市 市民部 人权男女共同参画科
小田原市荻窪 300 番地
電話 (0465) 33-1725

地震发生时

- 1. 要沉着，确保人身安全**
如果感觉到晃动很大，要隐藏到结实的桌子下，如果附近有靠垫类，用它来保护头部。
- 2. 晃动稳定后，立即熄灭火源**
煤气用具和炉子的火要熄灭。关闭煤气总开关。关闭电闸。
- 3. 确保逃路**
房门届时有可能打不开。玄关和房间的门，窗都打开，以备随时可以逃离。



- 4. 出去时不要慌张**
外边有可能发生玻璃和看板掉落的情况。不要慌张，冷静地判断情况。
- 5. 获取正确情报**
获取收音机和电视报道等确切的情报。注意市里的防灾行政无线电和 FM 小田原 (78.7MHZ) JCN 小田原频道等。
- 6. 冷静地避难**
即使晃动平息了，感觉到有火势蔓延或建筑物倒塌的危险时，也要冷静地作出判断，进而去避难。尽量不使用汽车，而是徒步去避难。



海啸来时如何保护自身安全

- 在离海岸近处，如果感觉到强震或长时间晃动，要立即离开海岸，抓紧向高地等安全的地方去避难。
- 即使是轻微的晃动也有可能引起大海啸，决不能疏忽大意。
- 海啸会反复袭来。决不能回去取行李，或为了看情况而靠近海岸。
- 海啸移动的时速可达到几百公里，看到了海啸后几乎逃不掉。



- NTT
灾害用留言板 [web 171]
灾害用留言电话 [171]
○ 手提电话各公司
「灾害用留言板」
「灾害用音声报告服务」

灾害发生时，电话很难接通。
发生大灾害时，可以在[灾害用留言电话]和[灾害用留言板]上登录自己的安危情况，确认家人、朋友等安危情况的信息。所以事先要确认好活用方法。

确认家人平安与否

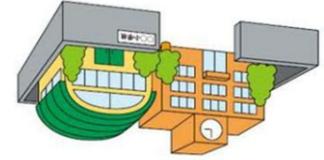
- 要召开家庭会议
1. 事先决定好每个人的任务
- 2. 事先确认好避难场所和避难路线
- 3. 事先决定好灾害时的联络方法
- 4. 检查好室内，室外的危险的地方，事先固定好家具等
- 5. 事先确认好紧急用品的准备
- 6. 事先确认好防灾用品和应急治疗的方法
- 请参加避难训练

平时需做的准备

通过市地理情报系统 (Navi-0)，也可确认场所。
<http://www2.wagamachi-guide.com/navi-odawara/top/index.asp>



3. 海啸一时避难设施
是伴有海啸的地震发生时，而设置的一时避难设施。
除了和市里有协定的民间设施（海啸避难建筑物），也指定了公共设施。



- 按照①一时避难场所 ②广域避难场所的顺序进行避难。
- 1. 一时避难场所** (向地区的自治会长询问场所)
非长期避难生活场所，事先由各自治会决定。
 - 2. 广域避难所** (同所在小学学区)
室内的 25 所小学都作为广域避难所。负伤者多的情况下，还会开设临时救护所。

小田原市避难场所的种类

紧急时随身携带物

【首次随身携带物】

- 头盔
- 救急医药品，常备药
(创可贴，创伤药， 绷带， 宿疾用药等)
- 紧急时用食品
(罐头， 压缩饼干等不用加热也能吃的食品)
- 饮料水 (瓶装)
- 罐头起子， 瓶起子 ○ 纸餐具
- 贵重品
现金， 存折， 印鉴， 驾照， 护照， 在留卡，
保险证等
- 携带式收音机， 手电筒 (备用电池)
- 毛巾 ○ 衣物
- 纸巾 ○ 手套
- 绳索 ○ 火柴， 打火机

【二次持出物品】(至少准备 3 天的生活用品， 以备到灾害复旧为止的数日内能独立生活)

- 食品 (大米等简单烹饪就能吃的东西)
- 饮料水 (一人一天 3L 为基准。事先用塑料桶保存好)
- 燃料 (桌上用炉子， 固体燃料等)



灾害时获取情报的方法

一定要获取正确的情报。
要当心错误的情报和传闻。

- 市防灾行政无线电 ○ 市主页
- 高频扬声器 (小田原市政情报@Odawara_City)
- FM小田原 78.7MHz
- 电视放送 (JCN 小田原， 电视神奈川的情报放送)
- 市防灾邮件
向事先登录过的携带电话发送情报。
经以下地址登录
<https://www.city.odawara.kanagawa.jp/mmz/>
- 紧急速报短信等
避难劝告的发布等紧急度高的邮件， 会向市内存在的携带电话 (限 docomo, au, softbank 的对应機種) 一齐送信。

○ 灾害时支援外国人公民的网页

(神奈川主页)

灾害发生时， 会把县灾害对策本部等发出的情报用多种语言， 易懂的日语发报。

<http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/f417431/>

○ INFO KANAGAWA

(公财) 神奈川国际交流财团

神奈川县内的通知每个月 4 次左右， 用多国语发送邮件。(免费)

灾害发生时也提供情报。请经以下地址登录。

【智能手机/电脑】

http://www.k-i-a.or.jp/shuppan/info_kanagawa_smart.html

【携带电话】

http://www.k-i-a.or.jp/shuppan/info_kanagawa_mobile.html

会话卡 会話カード

日本語不熟练的情况下， 请将此卡给会说日语的人看
日本語がうまく話せない場合、このカードを日本語の話せる人に見せてください。

请求・お願い

恳请看到此卡者， 尽量伸出援助之手。

このカードを見せられた方は、できるだけ手助けをしてくださるようお願いいたします。

1. [“发生什么事了?”]・「何がおこっているのですか?」

地震・地震 火灾・火事 海啸・津波
洪水・洪水 事故・事故

2. [“请叫〇〇”]・「〇〇を呼んでください。」

救护车・救急車 消防车・消防車 警察・警察

3. [“〇〇在哪里?”]・「〇〇はどこにありますか?」

食品・食べ物 饮用水・飲み水 厕所・トイレ
电话・電話

4. [“请带我去〇〇”]・

「〇〇に連れて行ってください。」

一时避难所・一時避難場所 广域避难所・広域避難所
海啸一时避难所・津波一時避難施設
医院・病院 警察・警察 市役所・市役所
银行・銀行 邮电局・郵便局 车站・駅

5. [“有会说〇〇语的人吗?”]・

「〇〇語を話せる人はいませんか?」

英语・英語 中国語・中国語
韩国/朝鲜语・韓国/朝鮮語 西班牙语・スペイン語
葡萄牙语・ポルトガル語

避难卡 避難カード

【有关自己・自分のこと】

名字・名前 _____

住址・住所 _____

电话・電話 _____

出生年月日・生年月日 _____

血型・血液型 _____

男 女 _____

国籍 _____

所用语言・話す言葉 _____

大使馆电话・大使館の電話番号 _____

附近的避难场所・近くの避難場所 _____

【有关家人・家族のこと】

名字・名前 _____

电话・電話 _____

【紧急时联络人 (亲戚，熟人等)・

緊急連絡先 (親戚、知人等)】

名字・名前 _____

电话・電話 _____