

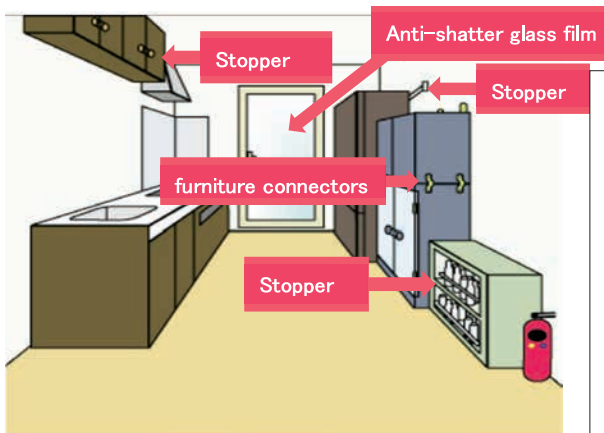
Being prepared for disaster さいがい 災害への備え そな へん 編

Being prepared for earthquakes, rain storm・typhoon
and landslide じしん おおあめ たいふう どしゃさいがい そな
地震・大雨・台風・土砂災害の備え

- In preparation for blackouts (when the power may be disconnected), please prepare a pocket radio. Also, keep spare batteries.
- Make your emergency kit ready and check it at least once a year.
- Decide in advance a place for your family to meet in the case of the emergency evacuation.
- Participate in a disaster drill to be sure about what to do in the case of a disaster.

Preventing household object from moving or falling down

- There are many people who may get trapped under or injured by falling objects during an earthquake. To prevent this fix your daily environment, and prepare for earthquakes.



- 1) To prevent injury from breaking glass, cover windows etc. with anti-shatter glass film.
- 2) Fit stoppers to cupboards and wardrobes to prevent objects from falling down.
- 3) Use furniture connectors to stabilize objects prevent them from falling over.

奈良県「わが家の防災対策」を編集

What to do さいがい お 災害が起きたら

Evacuation center ひなんばしょ 避難場所 (にげるところ)

Evacuation

Center symbol c.g.



Evacuate to a designated emergency evacuation site or a designated evacuation center when an evacuation advisory is issued (→p8) or your current location is not safe anymore due to a disaster.

Designated emergency evacuation site:

A place you can go to in case of an emergency caused by a natural disaster.

Designated evacuation center:

A place you can stay for a certain period until it is the safe again.

Both the designated emergency evacuation sites and designated evacuation centers are designated by municipality governments. Confirm in advance the location of these places in your area using a disaster prevention map from your city hall.

Designated emergency evacuation site:

Usually an open space or a park on an elevated place

Designated evacuation center:

Buildings such as primary schools, middle schools, high schools, community centers, etc.

An evacuation center is a location where many people can live together and receive water, food, and other important information.

People have different lifestyle, so let us do our best to respect each other's customs.



イラスト:公益財団法人 市民防災研究所HP

Getting information

じょうほう しゅうしゅう じょうほう
情報の収集（情報のあつめかた）

Radio ラジオ

In the event of a power outage, use battery powered radios to receive information. The NHK radio broadcast is also available via the internet. Amongst the various radio broadcasts available, there are “community channels” that utilizes FM waves to relate local disaster information; be sure to look up the appropriate frequencies in advance.

Community FM channels

NHK – FM	87.4MHz (Nara City area) 、 83.4 MHz (Ikoma City area) 89.0 MHz (Gojo City area) 、 88.5 MHz (Uda City area) etc.
Nara Dotto FM	78.4MHz
FMhi-ho(FMNishi-yamato)	81.4MHz(Ouji-cho area) etc.

Internet インターネット

It is also possible to gather information online via Twitter, Facebook etc. Please ensure you prepare a backup charger for your internet access device.

Nara Prefecture Homepage: Disaster prevention and Crisis
Management Division

Japanese Publications regarding climate, disasters, road information
in Nara prefecture etc.

<http://www.pref.nara.jp/1825.htm>

Weather Department Homepage (J M A)

Japanese and English publications on weather and disasters for the
entire country

<http://www.jma.go.jp/jma/indexe.html>

Safety confirmation あんびかくにん 安否確認 だいじょうぶ (大丈夫かどうか調べる)

Disaster information message board (Smartphone / Computer) さいがいよう 災害用 でんごんばん 伝言板

In the event of a disaster, your cellphone will display 「災害用(さいがいよう)伝言板(でんごんばん)の利用(りよう)開始(かいし)」 (Please use the Disaster information message board) on your screen. The availability of this service can be confirmed on each homepage.

NTT Disaster Message Board (web171)	https://www.web171.jp (Japanese · English · Chinese · Korean)
NTT docomo	http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi
a u	http://dengon.ezweb.ne.jp/
softBank	http://dengon.softbank.ne.jp/J
Y!mobile	http://www.ymobile.jp/service/dengon/

Use the emergency messaging service (dial 171)

This service will be available when phone service is down during disasters. If you cannot contact your family members, call 171 to leave or listen to a voice message.

Dial **1** **7** **1**

▼Listen to an automated message ▼

To record **1**

To listen to a message **2**

▼Listen to an automated message ▼

Put in the area code of the disaster affected area you're in.

(○○○○)○○-○○○○

▼Listen to an automated message ▼

1 (recording reproduction*sound reproduction)

▼Listen to an automated message ▼

9 (end)

8 (once more (Only at the time of reproduction))



Disaster knowledge and notes さいがい ちしき めも 災害の知識・メモ

Disaster Terminology さいがいようご 災害用語 (災害のことば)

Category 区分	Japanese 日本語			English 英語	
		Pronunciation よみ方	Easy Japanese やさしい日本語		
Immediate Danger is coming 危険がせ まった時	避難	ひなん	Hinan	にげること	Evacuation
	避難勧告	ひなん かんこく	Hinan- kankoku	にげてください	Evacuation advisory
	避難場所	ひなん ばしょ	hinanbasho	さいがいのとき、にげるところ	Evacuation center/area
	避難所	ひなんじょ	Hinanjo	にげたあと せいかつできるところ	Evacuation center/shelter
	安否確認	あんぴ かくにん	Anpi-kakunin	そのひとが だいじょうぶかどうか しらべます	Safety confirmation
Weather 気象	注意報	ちゅうい ほう	Chuihou	あめ、かぜ、つなみなどが「あぶない」というおしらせ	Warning advisory
	警報	けいほう	Keihou	あめ、かぜ、つなみなどが「とてもあぶない」というおしらせ	Considerable risk of danger warning
	特別警報	とくべつ けいほう	Tokubetsu- keihou	「けいほうより とてもあぶない とくに きをつけてください」とい うおしらせ	High risk of danger warning
	暴風雨	ぼうふう う	Bofuu	とてもつよい あめと かぜ	Severe rain storm
	暴風域	ぼうふう いき	Boufuuiki	とてもつよい かぜが ふく と ころ	Severe storm area
Earthquake 地震	震源	しんげん	Shingen	じしんが おきた ところ	Epicenter
	震度	しんど	Shindo	じしんの ゆれの つよさ・おお きさ(0~7まであって7が いち ばんつよい・おおきい)	Scale of an earthquake
	余震	よしん	Yoshin	おおきな じしんの あとに お こるじしん	Aftershock
	耐震性	たいしん せい	Taishinsei	じしんに たえる ちから	Earthquake resistance

Category 区分	Japanese 日本語				English 英語
		Pronunciation よみ方	Easy Japanese やさしい日本語		
Rain storm ・ Typhoon 大雨・台 風	崖崩れ	がけくず れ	Gake- kuzure	やまで、つちや いしが おち ること	Landslide, Massif collapses
	土砂 崩れ	どしや くずれ	Dosha- kuzure	じしん、あめで やまの つちが きゅうにくずれおちること	Landslide, Rock/mudslide
	洪水	こうずい	Kouzui	あめが たくさんふり、かわのみ ずが あふれること	Flood
	浸水	しんすい	Shinsui	いえの なかに みずが はい ること	Flood
Life 生活	ライフ ライン	らいふ らいん	Raifu-rain	すいどう、でんき、がす、でんわ など	Essential utilities, necessities
	断水	だんすい	Dansui	すいどうを つかうことが でき ません	Water outage
	給水	きゅうす い	Kyusui	みずを もらうことが できます	Water supply /water service
	非常食	ひじょう しょく	Hijou- shoku	さいがいの ときの ために、 じゅんびしておく たべもの	Emergency food
	救援物資	きゅうえん ぶっし	Kyuen- busshi	さいがいなどで こまったとき に、ただでもらえるもの	Relief supplies
	炊き出し	たきだし	Takidashi	ごはんや あたたかいのみもの を もらうことが できます	Soup kitchen/food provision
	配給	はいきゅ う	Haikyuu	たべものなどを ただで くば ること	Distribution aid
	被災者	ひさいしや	Hisaisha	さいがいを うけたひと	Disaster victim
	罹災証明	りさい しょうめい	Risai- shoumei	さいがいに あったことを しょ うめいするもの	Proof of being affected by a disaster
	仮設住宅	かせつ じゅうたく	Kasetu- jyutaku	さいがいで いえが なくなっ たとき、いちじてきに すむこと が できます	Provisional housing
	備蓄品	びちくひ ん	Bichikuhin	さいがいの ときのために じゅんびしておくもの	Emergency stockpile

Item checklist for evacuation and stockpile

ひじょうもちだしひん に とき も もの
非常持出品(逃げる時に持つ物)



★Food 食べ物		★Valuables 大切な物	
<input type="checkbox"/>	Drinking water いんりょうすい 飲料水	<input type="checkbox"/>	Cash かね お金
<input type="checkbox"/>	Vacuum packed food れとるとしよくひん レトルト食品	<input type="checkbox"/>	Cash card・Bank book・Stamp きゃっしゅカード つうちょう いんかん キャッシュカード・通帳・印鑑
<input type="checkbox"/>	Canned food かんづめ 缶詰	<input type="checkbox"/>	Insurance card けんこうけんしょう 健康保険証
<input type="checkbox"/>	Snacks etc. かし お菓子など	<input type="checkbox"/>	Passport ぱすぽーと パスポート
<input type="checkbox"/>	Milk powder・baby food こなみるく りにゅうしよく 粉ミルク・離乳食	<input type="checkbox"/>	Resident card ざいりゅうカード 在留カードなどの ID
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	Cellular phone (Charger) けいたいでんわ じゅうでんき 携帯電話(充電器)
★Daily items 生活用品		★Other その他	
<input type="checkbox"/>	Clothes (Against the cold) - underwear ふく ぼうかんぎ したぎ 服(防寒着など)・下着	<input type="checkbox"/>	Radio らじお ラジオ
<input type="checkbox"/>	Blankets もうふ 毛布	<input type="checkbox"/>	Flashlight かいちゅうでんとう 懐中電灯
<input type="checkbox"/>	Gloves (work gloves) てぶくる ぐんて 手袋(軍手)	<input type="checkbox"/>	Batteries / Electric bulbs でんち / でんきゅう 電池 / 電球
<input type="checkbox"/>	Tissues ていっしゅ ティッシュ	<input type="checkbox"/>	Candle, Lighter, a box of matches らいたー まっち ろうそく・ライター・マッチ
<input type="checkbox"/>	Towels たおる タオル	<input type="checkbox"/>	Helmet ぼうし へるめっと ぼうさい 帽子(ヘルメット・防災ずきん)
<input type="checkbox"/>	Diapers おむつ	<input type="checkbox"/>	Knife ないふ ナイフ
<input type="checkbox"/>	Sanitary items せいりょうひん 生理用品	<input type="checkbox"/>	Can/Bottle opener かんき せんぬ 缶切り・栓抜き
<input type="checkbox"/>	Plastic bags びにーるぶくろ ビニール袋	<input type="checkbox"/>	Household medicine くすり じょうびやく いちょうやく きずぐすり 薬(常備薬・胃腸薬・傷薬)
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	

Personal data necessary for disasters

きんきゆうこじん かーど
緊急個人カード

~Make your evacuation card and put it in your bag!~

ひなん かーど さくせい かばん い
避難したときのために、カードを作成しカバンなどに入れておきましょう! ~

Name <small>なまえ</small> 名前			
Language <small>げんご</small> 言語	Nationality <small>くに</small> 国		
Birthday <small>せいねんがっぴ</small> 生年月日	Blood type <small>けつえきがた</small> 血液型		
Address・Phone Number <small>じゅうしょ でんわばんごう</small> 住所と電話番号			
Passport No <small>ばすぽーと</small> パスポートNo	Name and map of Evacuation Area <small>ひなんばしょ ちず</small> 避難場所の地図 Name:		
Resident card No <small>ざいりゅうかーど</small> 在留カードNo			
Family members' names, contact details <small>かぞく なまえ れんらくさき</small> 家族の名前と連絡先			
Workplace contact details <small>きんむさき なまえ れんらくさき</small> 勤務先の名前と連絡先			
Overseas contact details <small>がいこく れんらくさき</small> 外国の連絡先			
Embassy or Consulate info <small>りょうじかん たいしかん</small> 領事館・大使館			
City, town, or village; municipality <small>しちようそん やくば</small> 市町村役場			

Useful Japanese にほんご つた 日本語で伝える

<Show the following when in trouble かき しめ つた 下記を示して伝えましょう>

<small>ばめん</small> Situation 場面	<small>つた</small> <small>ことば</small> What to say 伝えたい言葉
<p>If you do not know where the evacuation shelter.</p> <p><small>ひなんじょ</small> <small>ばしよ</small> <small>避難所</small>の場所がわからないとき</p>	<p><small>わたし</small> <small>ひなんじょ</small> <small>つ</small> <small>私</small>を避難所に連れて行ってください。</p> <p>Watashi wo hinanjo ni tsureteitte kudasai</p> <p>(Please take me to an evacuation shelter.)</p>
<p>If you are in trouble because you are terribly sick or injured.</p> <p><small>おお</small> <small>びょうき</small> <small>大きな</small>病気やけがをして<small>こま</small>困っているとき</p>	<p>けがをしています Kega wo shiteimasu (I am injured.)</p> <p><small>びょういん</small> <small>つ</small> <small>病院</small>に連れて行ってください。</p> <p>Byouin ni tsureteitte kudasai</p> <p>(Please take me to a hospital.)</p> <p><small>きゅうきゆうしゃ</small> <small>よ</small> <small>救急車</small>を呼んでください。</p> <p>Kyuukyusha wo yonde kudasai</p> <p>(Please call an ambulance.)</p>
<p>If the train or bus stops.</p> <p><small>でんしゃ</small> <small>ばす</small> <small>と</small> <small>電車</small>や<small>バス</small>が止まったとき</p>	<p>いつ動きますか？ Itsu ugokimasuka?</p> <p>(When will it work?)</p> <p><small>わたし</small> <small>まるまる</small> <small>い</small> <small>私</small>は〇〇まで行きますが、 <small>どうしたら</small>いいですか？</p> <p>Watashi wa 〇〇made ikimasu ga, doshitara iidesuka?</p> <p>(I will go to 〇〇, what should I do?)</p>
<p>When you want to find a person who can speak English.</p> <p><small>えいご</small> <small>ひと</small> <small>さが</small> <small>英語</small>がわかる人を探し<small>つた</small>て伝えたいとき</p>	<p><small>こま</small> <small>えいご</small> <small>はな</small> <small>ひと</small> <small>困</small>っています。<small>英語</small>が話せる人はいますか？</p> <p>Komatteimasu. Eigo ga hanaseru hito wa imasuka?</p> <p>I am in trouble. Is there someone who can speak English?</p>

Consultation Service for Foreign Residents

We offer consultations to foreigners in Nara regarding any worries or problems you may have with living in a different country, so you can enjoy a comfortable and convenient life here. Please enquire about residency procedures, education, translation, jobs, medical issues, or anything else that is of concern to you. Consultation is available face to face, or by telephone, fax. All consultations are **free** and confidential.

- Consultation Hours : Monday to Friday, 9am to 5pm
(except the national holidays and the New Year Period)
- Languages available : Japanese: Monday to Friday
Chinese : Tuesday and Thursday
Portuguese: Monday, Wednesday and Friday
English : Monday and Friday
- Consultation Desk :Nara Prefecture International Citizens Center

Address : 2nd Floor, Silkia Nara 8-1 Sanjo Honmachi, Nara city
3 minute walk westward from JR Nara station
(below Hotel Nikko)

TEL : 0742-81-3420, 0742-81-3320

FAX : 0742-81-3321



発行元:奈良県外国人支援センター

Publisher: Nara Prefecture International Citizens Center

〒630-8122 奈良市三條本町 8-1 シルクア奈良 2 階

2nd Floor, Silkia Nara 8-1 Sanjo Honmachi, Nara city

TEL 0742-81-3320(Office)

0742-81-3420(Consultation)

FAX 0742-81-3321

URL : <http://www.pref.nara.jp/31640.htm>