

# じ しん 地震から

# いのち 命をまもるための準備 じゅん び

もっと知りたいときは

じ しん たい ふう  
地震や 台風が  
く まえ たし  
来る前に 確かめる



さいがいの ときの ための 準備  
じゅん び  
よこはまし  
【横浜市】

じ しん たい ふう  
地震や 台風が  
き たし  
来たときに 確かめる



かん こうちょうかんしゅう  
Safety tips (観光庁監修)

こま 困ったときは 相談してください



ぼうさい  
防災については

「いそご多文化共生ラウンジ」に聞いてください。

TEL: 045-367-8492 e-mail: contact@isogo-lounge.com

あなたの ところでも、  
おほき じしん  
大きな 地震が  
く 来るかもしれません。



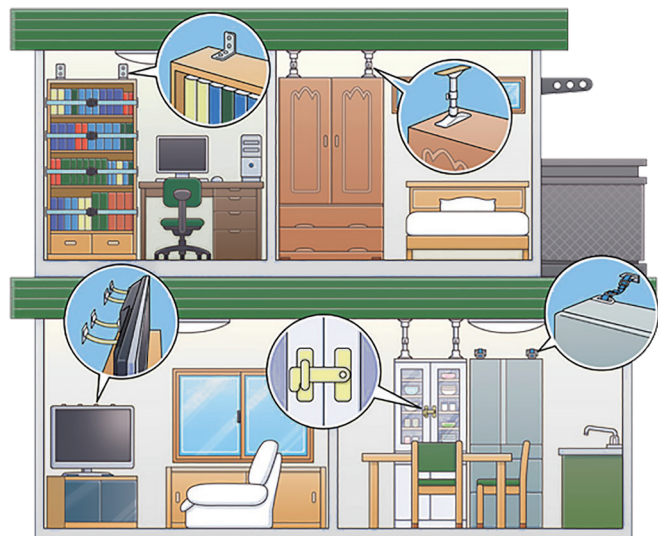
1995年須磨区板宿周辺  
CC BY 2.1 JP 写真提供:神戸市



じ しん  
地震とは? じゅん び  
地面が 強くゆれること です。いつ 来るか 分かりません。

ぼうさい  
防災とは? じしん たいふう  
地震や 台風が 来る前に 準備 をして、被害を 小さくすること です。

# 家具が倒れないようにとめる



出典:首相官邸「防災の手引き 事前防災でいのちを守ろう災害が起きる前にできること」

あなたの上に棚や冷蔵庫が倒れてくると、とても危ないです。  
家具を置く場所を変えましょう。動かないようにしっかりとめましょう。  
とめる部品は防災の物を売っているところで買うことができます。

## 外国人が経験した地震の話

家具がこわれて、  
どうすれば安全か  
わからなかった。  
とてもこわかったです。<sup>1</sup>



# 食べもの・水・トイレを準備する



家のトイレが使えないときのために、  
「非常用トイレ」を準備してください。  
袋の中にトイレをして固めて捨てます。

3日分より多く準備します。

水 1人につき 非常用トイレ

1日 3L × 3日 = 9L

1日 5回 × 3日 = 15回

※家族が何人いるか見て、準備します。

(水がなくて)  
体を洗うことができない。  
洋服を洗うことができない。  
皿を洗うことができない。  
トイレも使うことができない。<sup>2</sup>



※2024年1月1日の能登半島地震(震度7)のときの本当にあった話です。  
【参考書籍】「七尾市国際交流協会 広報紙 特集 令和6年能登半島地震～あの時わたしは～」\*1 p.64、\*2 p.54