

# 防災対策のヒント！ Tips for Disaster Prevention!

近年、日本の広い地域で地震や大雨・台風などの災害が発生しています。日ごろからの備えで被害を少なくすることができます。災害時のポイント及び防災のポイントを紹介します。

## 地震がきたら…（緊急地震速報を受けたら…）

### ◆ 身を守る / Protect yourself

- 《家中》机やテーブルの下に入る。
- 《外では》ブロック塀、看板、ガラス窓から離れる。



### ◆ 揺れがなくなったら / When the ground stops shaking

- 火事を防ぐため、火の元を確認し、電気のブレーカーをおろす。
- 出火したときは、落ち着いて消火する。
- ドアや窓を開けて、出口を確保する。



### ◆ 逃げるとき・避難所に向かうとき / When you evacuate・go to an emergency shelter

- 非常持ち出し品（※1）は最小限にする。
- バッグやクッションなどで頭をカバーする。
- 靴下や靴を履く。
- 徒歩で避難する。（車は使わない）
- 落下等防止のため、建物、塀、看板、ガラス窓から離れて歩く。
- 避難所では、テレビ・ラジオ・インターネット、行政などから正しい情報を得る。



#### ※1 非常持ち出し品の中身は…？

水、非常用食料、薬、携帯ラジオ、懐中電灯、予備の電池、ライター、軍手、缶切り、タオル、雨具、下着、靴下、貴重品、パスポートや在留カード、保険証及び連絡先のコピーなど

### ◆ 日ごろの備え / Prepare for disasters

- 緊急速報メール（※2）を受信設定する。
- 災害用伝言サービスを体験する。
- 家具類の転倒・落下・移動を防止する。
- 避難所の場所を確認する。
- 非常持ち出し品を準備する。
- 家族、友達、大使館の連絡先を携帯電話に登録し、連絡先メモも用意する。
- おおさか防災ネット（※3）をチェックし、ハザードマップを確認する。

#### ※2 緊急速報メールとは…？

携帯電話によっては、緊急地震速報、津波警報、特別警報、災害・避難情報が届きます。（無料です。機種によっては受信設定が必要な場合があります。）

緊急地震速報などを受信した場合は、周囲の状況に応じて身の安全を確保し、状況に応じた、落ち着きのある行動をしましょう。

#### ※3 おおさか防災ネット

<http://www.osaka-bousai.net/pref/index.html>

## 大雨・台風がくる前に…

- テレビ・ラジオ・インターネットで正確な気象情報をキャッチ。
- 家のまわりの安全点検。風で飛ばされやすいものは屋内に移す。
- 外出は避ける。
- 非常持ち出し品を準備する。

