

# なかのぼうさい 中野の防災

にほんは **じしん** 地震が多いです。  
こわいです。あぶ 危ないです。どうしますか。



なかのくちいきぼうさいがかり  
**中野区地域防災係**

協力: 中野区国際交流協会 (ANIC) 2023年7月

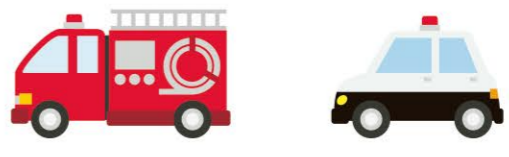
## インフォメーション

① 区役所の話を聞きます。



※ SNS・インターネットはみません。(良い? 悪い? わかりません。)

② 消防署・警察の話を聞きます。



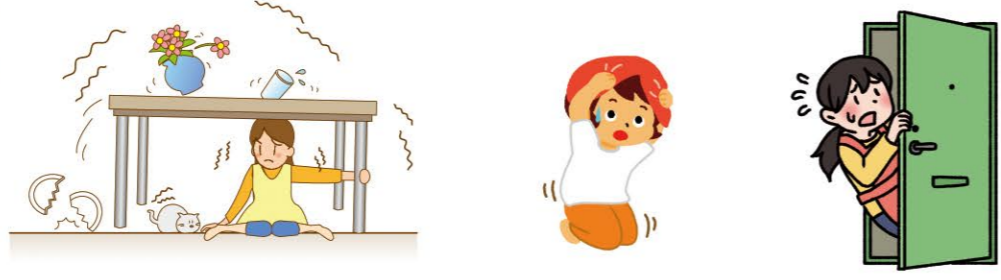
③ ラジオを聞きます。テレビをみます。



## じしん 地震です!!

### ① 家の中

- テーブルの下に入ります。
- テーブルがありません。クッションを頭の上におきます。
- 地震が終わりました。⇒ ドアを開けます。(すぐ外へ出ません。)  
⇒ ガス・電気を止めます。



### ② 家の外

- 頭の上にカバンなどをおきます。
- 公園や広い所に行きます。



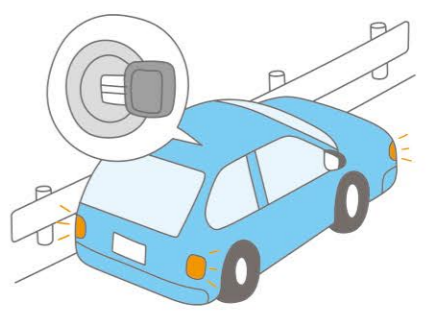
### ③ 電車・バスの中

- 電車・バスの会社の人が話します。聞きます。



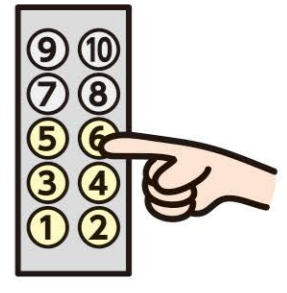
### ④ 車の中

- 道の左に車を止めます。エンジンを止めます。
- 車の鍵は取りません。
- 車を降ります。安全な所へ歩きます。



### ⑤ エレベーターの中

- エレベーターのボタンを全部押します。
- エレベーターが止まります。ドアが開きます。
- すぐに降ります。外(安全な所)へ行きます。



### ⑥ 火事です!!

- タオルを鼻・口におきます。
- 立ちません。体を小さくします。
- 安全な所へ行きます。



## あんぜん 安全な所へ行きます。ひなん 避難します。

- あなたの家の近くがとても危ないです。家やビルがこわれました。火事があります。
- 中野区が「避難します!!」と言います。

すぐ安全な所へ行きます。「避難所」

- ① ガス・電気を止めます。
- ② リュックを持ちます。
- ③ 帽子をかぶります。
- ④ 歩きます。車はだめです。
- ⑤ 家の近くの人といっしょに行きます。



## ひなんじょ 「避難所」

- 中野区の人があります。(わからないことを聞きます。)
- たくさんの人が来ます。
- ルールを守ります。



メモ

あなたの「避難所」:  
「広域避難場所」:

## こういきひなんばしょ 「広域避難場所」

- とても大きい地震・大きい火事がありました。
- 「避難所」は安全ではありません。
- もっと大きい避難所「広域避難場所」へ行きます。

※あなたの「避難所」・「広域避難場所」はどこですか。チェックします。

あなたの住所:

## じしん 地震のまえ 前

- 地震・大きい火事・大きい台風の前に練習します。



- 家の中、棚・冷蔵庫など倒れませんか。



- 地震の時、家の人はどこで会いますか。決めます。
- 家の人は避難所・広域避難場所がわかりますか。一度いっしょに行きます。



地震のまえにリュックに水・食べ物などを入れます。リュックはどこにありますか。家の人はみんなわかります。

- 水
- ライト
- ラジオ
- 新しい電池
- 食べ物
- 服
- ボールペン・紙
- トイレットペーパー



- 大切なもの  
避難する時、入れます。
- 在留カード
  - パスポート
  - けんこうほけんしょう 健康保険証
  - つうちやう 通帳 (Bank book)
  - お金
  - スマートフォン
  - いつもの薬