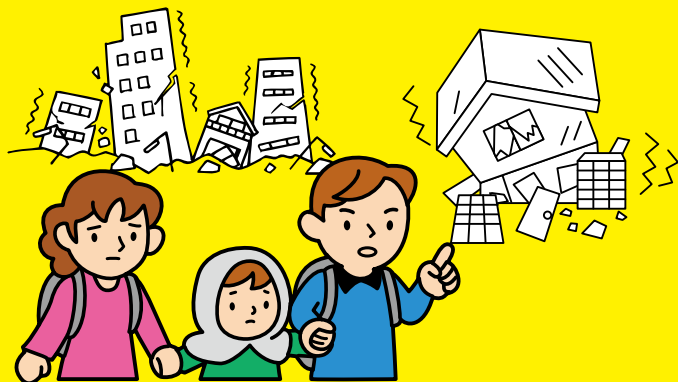




# Disaster Prevention Manual for Non-Japanese Residents

外国人住民のための防災マニュアル【英語：English】



**TOYAMA City**

富山市

# Disaster Prevention Manual for Non-Japanese Residents

Many disasters such as earthquakes and typhoons have occurred in Japan. We can't say when the next earthquake will happen in the Toyama City area. It is difficult to predict when an earthquake will occur. You should be prepared so that you will not panic in case of an emergency such as an earthquake.

日本では過去に数多くの地震や台風等が発生しており、富山市周辺でもいつ地震が起こるかわかりません。地震は予知することが困難ですが、いざというときに落ちついて行動できるよう、日頃から地震等の正しい心構えを身につけておくことが大切です。

## What to do in case of an earthquake

地震が発生したとき

### **Seek Safety** 身の安全を確保

- ・Try to get under a sturdy desk or table, seek safety, and cover your head with a cushion or pillow.
- ・Do not rush outside. Seek shelter in the room you're in and stay there until it stops.
- ・机やテーブル等の下に隠れて身の安全に努めましょう。  
また、座布団などがあれば、頭部を保護しましょう。
- ・大揺れがおさまるまで、あわてて外へ飛び出すことなく、落着いて行動しましょう。

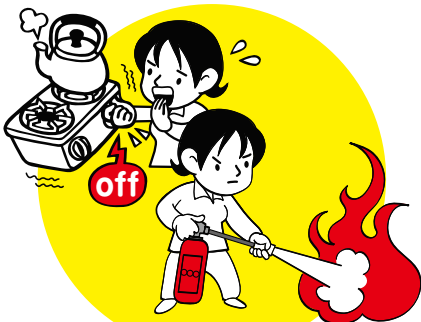


## **Calmly prevent fires**

冷静に火災を防ぐ

- Do not rush outside, turn off the stopcock of gas appliances and unplug electrical appliances after the earthquake stops. (Stoves are the major cause in fires that have occurred during earthquakes.) In case of fire, use water or a fire extinguisher to put them out. And shout “KAJI” (fire) to notify your neighbors and get their assistance.

- すぐに外に飛出さないで、使用中のガス器具やストーブなどは、地震が収まってから火を消しましょう(地震によって発生した火災の大半が使用中のストーブによるものです)。万一出火したら、消火器やバケツなどの消化用具でボヤのうちに消し止めましょう。また、大声で隣近所に声をかけ、みんなで協力しあって消しましょう。



## **Stay away from dangerous places**

危険な場所に近寄らない

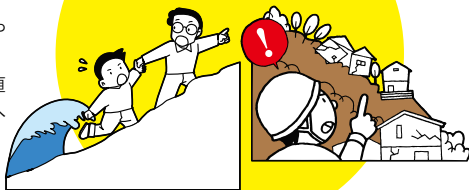
- When the evacuation after an earthquake is over, turn off the gas appliances and unplug electrical appliances.
- Evacuate on foot, not by car. Stay away from narrow alleys and areas with walls, as roof tiles may fall or block walls may fall down.

- 地震後に避難する場合は、ガス器具は元栓を締め、電気器具は電源プラグを抜いてから避難しましょう。
- 避難は自動車は使わず必ず徒歩で避難しましょう。また、瓦などが落ちてきたり、ブロック塀が倒れてきたりするので、狭い路地や塀のある場所から、遠ざかりましょう。



- There is a danger of landslides or slope failure at the foot of hills or in steep slope areas. Make up your mind quickly to go to an evacuation area.
- If you feel a prolonged slow tremor, get away from the sea immediately and evacuate to a higher ground or a tsunami evacuation site as soon as possible.

- 山ざわや急傾斜地域では、がけ崩れが起こりやすいので、早めに避難場所へ避難しましょう。
- 長時間のゆっくりとした揺れを感じたときは、直ちに海から離れ、早めに高台や津波避難場所へ避難しましょう。



## ! Be sure that the information you receive is correct 正確な情報を把握しましょう

- Don't be misled by rumors or groundless information. Follow the news on TV or radio.
- Don't use a telephone unnecessarily. Calling the fire department, etc. to seek news on disaster status can affect their activities.

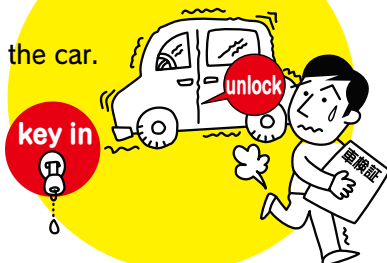
- ラジオやテレビの報道に注意して、風評にまどわされないようにしましょう。
- 不急な電話はなるべくかけないようにしましょう。特に消防関係機関等に対する災害状況の問い合わせは消防活動に支障をきたすのでやめましょう。



## ! What to do when driving a car 自動車の運転中は

- Immediately pull over to the left side of the road, turn off your engine, and listen for news on the radio when an earthquake has occurred.
- Evacuate on foot, leaving the key in the car.

- 運転中に地震が発生したら直ちに道路の左側に停車し、エンジンを止め、ラジオで災害状況を聞きましょう。
- 避難するときは、車のキーを付けたままにして、徒歩で避難しましょう。



# ! Actively Participate in Community Disaster Prevention drills

地域の防災訓練に積極的参加

- Proactively participate in disaster prevention drills in your region on a day to day basis, and improve your disaster preparedness capabilities.

(Toyama City organizes a drill every year, please participate in it.)

- 日頃から地域の自主防災訓練に積極的に参加し、防災行動力を身につけましょう。
- (富山市では毎年防災訓練を行いますので、ぜひ参加してください)

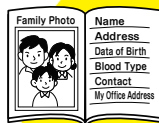


# ! Discuss among the family members what to do in case of earthquake beforehand

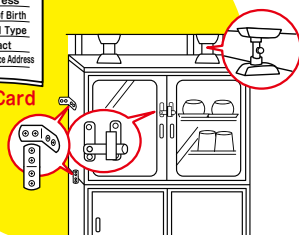
事前に家族で話し合いましょう

- Family members should talk about the following points and their responsibilities during an earthquake:
  - Where is the safest place at home
  - Look around for fire hazards
  - Places and routes to evacuate
- Carry the evacuation card and the telephone number of the embassy of your country in Japan.
- Secure furniture with brackets to prevent furniture from tipping over or falling down.
- Prepare extinguishers, water for extinguishing fires, and related equipment to counter unexpected earthquakes and fires.

- 地震のとき、家族があわてずに行動できるように、普段から家の中でどこが安全か、火気の点検、避難場所、避難路などみんなで話し合っておきましょう。
- 避難カードや各国の大使館連絡先を作成し、各自携帯しましょう。
- 家具の転倒・落下等の防止のため、トメ金などで固定しておきましょう。
- 消火に役立つものをふだんから用意し、備えておきましょう。

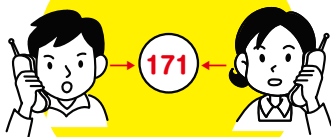


Evacuation Card



- ・Discuss among family members how to effectively use “Disaster Message Exchange Number 171”, and the “Emergency Message Board” offered by mobile telephone companies.

・「災害伝言ダイヤル171」や携帯電話会社の「災害時伝言板」の活用を家族で決めましょう。



## Evacuation Shelters and Areas

### 避難場所

- ・Confirm the location of evacuation areas (the school ground or parks).
- ・近くの避難場所（小・中学校、公園など）を必ず確認しておきましょう。



# What is Evacuation ?

## 避難とは

Evacuation is to avoid disasters and ensure safety. When evacuation is necessary, check the alert level announced by the city office or other authorities.

災害を避けて安全を確保することです

避難が必要なときは、市役所などが発表する警戒レベルを確認して避難します。

<b>Alert Level 5</b> 警戒レベル5	<b>Emergency Safety Measures</b> 緊急安全確保	※1
<b>Alert Level 4</b> 警戒レベル4	<b>Evacuation Instruction</b> 避難指示	※2
<b>Alert Level 3</b> 警戒レベル3	<b>Evacuation of the Elderly, Etc.</b> 高齢者等避難	※3
<b>Alert Level 2</b> 警戒レベル2	<b>Heavy Rain Flood or Storm Surge Advisories</b> 大雨・洪水・高潮注意報	
<b>Alert Level 1</b> 警戒レベル1	<b>Probability of Warnings</b> 早期注意情報	

Note 1: Alert Level 5 is rarely issued due to a number of reasons, such as municipal authorities being unable to accurately grasp the severity of a disaster.

Note 2: Evacuation Recommendations will no longer be issued. Instead, Evacuation Instructions will be issued.

Note 3: An Alert Level 3 indicates that everyone living in the evacuating area should prepare to evacuate if the Alert Level is raised. People who may have difficulty evacuating quickly or who feel that they are already in danger should proceed to evacuate themselves.

# Gathering Information

情報を集める

In times of disaster, it is important to gather correct information.

災害の時は正しい情報を集めることが大切です。

## WEB site (WEBサイト)

### ▶ Toyama City Website(Disaster Preparedness)

富山市ホームページ(防災)

Information related to disaster preparedness.

防災関連情報を掲載しています。

<https://www.city.toyama.lg.jp/bosai/bosai/index.html>

(富山市ホームページ検索番号No.1010653)

Toyama City Website Reference Number: 1010653



### ▶ Disaster Information (Japan Meteorological Agency)

災害情報(気象庁)

You can check the Disaster Prevention Weather Information on the JMA Homepage in multiple languages.

気象庁ホームページの防災気象情報を  
多言語でチェックすることができます。

<https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>



### ▶ Disaster mitigation tips for foreigners

外国人のための減災ポイント

Poster made by the Cabinet Office

内閣府作成ポスター



### ▶ Evacuation Information (revised version)

避難情報(改訂版)

Leaflet made by the Cabinet Office

内閣府作成チラシ



対応言語: 英語、中国語(簡体字)、中国語(繁体字)、韓国語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、  
タイ語、インドネシア語、タガログ語、ネパール語、クメール語、ビルマ語、モンゴル語



## Application (アプリ)

### ▶ Safety Tips (14 languages) [Japan Tourism Agency]

Safety Tips (14ヶ国語) [観光庁]

Disaster Information App for Foreign Tourists

It is a useful app for finding out information on disasters in Japan.

外国人旅行者向け災害時情報アプリ 日本の災害情報を知るのに便利なアプリです。



Download here ▶  
ダウンロードはここから



iOS



Android

### ▶ Toyama City LINE Official Account

富山市LINE公式アカウント

Information such as evacuation, weather warnings, and etc. streamed by LINE.

避難情報や気象警報等の防災情報をLINEで配信します。



LINEID: @toyama\_city

Download here ▶  
ダウンロードはここから



iOS Android

### ▶ NHK WORLD-JAPAN

NHK WORLD-JAPAN

NHK World Japan is a news service of NHK. It also provides information on earthquakes and other emergencies.

NHKのニュースを発信。地震等の緊急情報もお知らせします。



Download here ▶  
ダウンロードはここから



iOS



Android

# Making Contact in time of a disaster

災害時に連絡をとる

Discuss in advance how to confirm each other's safety and where in case of a disaster when you are in different locations.

別々の場所にいるときに災害が発生した場合でもお互いの安否を確認できるよう、日頃から安否確認の方法や集合場所などを、事前に話し合っておきましょう。

## Telephone Numbers for Emergency Calls

緊急時の通報番号

**Police**

警察

**110**

**Fires and Emergency**

消防・救急

**119**

**Blackout & Breakdown**

停電・故障の時

**0120-776453**

**Gas leak**

ガス漏れの時

**0570-024-099**

**Suspension of water supply**

断水の時

**076-432-8580**

**Toyama Cosmopolitan Association**

富山市民国際交流協会

**076-444-0642**

(consultation)

**Culture & International Affairs Division, Toyama City**

富山市役所文化国際課

**076-443-2040**

(consultation)

# Disaster Emergency Message Dial

災害用伝言ダイヤル

In time of a disaster, you can record and listen to messages on a telephone number.  
You can also use the service from public phones and cell phones. It is free of charge.

災害時に電話番号に伝言を録音したり聞いたりすることができます。  
公衆電話・携帯電話からも利用できます。無料です。

## Recording a message

伝言を録音する

**171** → **1** → **Your phone number** → **1** → **Record**  
自分の電話番号 録音

## Listen to the message

伝言を聞く

**171** → **2** → **the other party's phone number** → **1** → **Playback**  
相手の電話番号 再生

## Disaster Message Board (web171)

災害用伝言版 (web171)

<https://www.web171.jp>

---

# Common Phrase at Evacuation Shelter

---

災害時避難所にて

---

## Evacuation Shelter

避難所

---

## Consultation Desk

相談窓口

---

## Front Desk

受付

---

## Toilet

トイレ

---

## Food will be distributed at (Time) :

食べ物は          時          分に配ります

---

## Dial 171 to inquire about somebody's safety (NTT Disaster Telephone Message Service)

災害ダイヤル171で安否確認ができます

---

## You can obtain Risai Shomei-sho (a Disaster Victim Certificate) from (Date)

罹災証明書は          月          日からもらえます

---

## Please keep your valuables with you at all times

貴重品は自分で管理してください

---

## An interpreter is available

通訳がいます

---

## Please bring a container with you

容器を持ってきてください

---

## Volunteers Wanted

ボランティアを募集しています

---

## Do not leave your garbage here

ここにゴミを捨てないでください

---

## Anyone, regardless of nationality or status of residence, can receive this service at evacuation centers

避難場所では国籍や在留資格に関係なく、誰でもサービスを受けることができます

---

## The bathroom is not available

風呂は使えません

---

## You cannot do the laundry here

ここで洗濯できません

---

## No Entry

立入禁止

---

## Water service is scheduled to be restored on (Date)

水道は        月        日に復旧の予定です

---

## Please notify us if you have a specific food restriction because of health-related or religious reasons

健康・宗教上、食べられないものがあるかたはお申し出ください

---

## Do Not Use

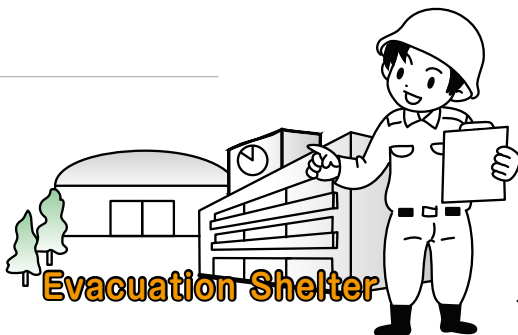
使用禁止

---

## Relief materials

支援物資

---



# Precautionary measures against earthquake

日頃からの備え

“Be prepared and have no regrets.”  
Put emergency kit where you can easily reach them.

「備えあれば憂いなし」いつでも持ち出せる場所に備えておきましょう



## Dietary

食糧等



Potable drinking water  
携帯用飲料水



Instant food  
インスタント食品



Canned food  
缶詰



Formula  
Bottle of formula  
粉ミルク・哺乳瓶

## Clothing

衣料



Extra clothes  
Outfit for cold weather  
着替え、季節により防寒具



Sleepwear  
寝間着



Underwear  
下着



Diapers  
紙オムツ



Socks  
靴下



Rain gear  
雨具



Blankets  
毛布



Towels  
タオル



Cotton  
Work Gloves  
軍手

## Everyday items

生活用品



Flashlight  
懐中電灯



Candles  
ろうソク



Knife, Can opener  
ナイフ、缶切

Match, Lighter  
マッチ、ライター



Plastic bags  
ビニール袋



Battery  
電池



Toilet paper  
トイレトーパー



Shampoo that  
doesn't need water  
水のいらないシャンプー



Detergent  
洗剤



Toiletry  
洗面具



Portable toilets  
携帯トイレ



Shaver  
ひげそり

## Medical Products

救急医薬品

Medicine 常備薬  
Medicine for scratches 傷薬  
Digestive Medicine 胃腸薬  
Absorbent cotton 脱脂綿

Bandages 包帯  
Sticking plaster 絆創膏  
Scissors はさみ  
Tweezers ピンセット



## Others

その他



Radio  
ラジオ



Cellular phone  
携帯電話



Seal  
印かん



Cash  
現金



ID card  
身分証明書



Bank passbook  
預金通帳

Prepare the above-mentioned kit in a backpack, etc.  
Let's prepare any additional items that may be required.

リュックサック等に入れて用意しておきましょう。このほかにもそれぞれ必要なものを準備しましょう。



# Disaster Prevention Manual for Non-Japanese Residents

外国人住民のための防災マニュアル

