



# 富士见市的地域防灾计划手册

若大灾害发生或有发生的可能性时，市里会发出避难的劝告和指示

紧急程度	避难信息的种类	市民需要采取的行动
	避難準備・ 高齢者等 避難開始	ひなん じゅんぴ hinan jumbi こうれいしゃとう ひなん かいし koreishato hinankaishi 请准备避难。老年人，残疾人请开始避难。
	避難勧告	ひなん かんこく hinan kankoku <b>所有人避难</b> 请迅速去避难所避难。
	避難指示 (緊急)	ひなん しじ (きんきゅう) hinan shiji (kinkyu) <b>非常危険！所有人避难</b> 还没有避难的人请立即避难。外面危险时，请在家里的安全地方（2楼等）避难。

## 紧急情况

■气象厅(英语)

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



■富士见市(英语·中文·韩语)

<http://www.city.fujimi.saitama.jp/96etc/translation.html>



## 防灾信息

犯罪、交通事故等需要叫警察时



火灾、生病等需要叫消防车、救护车时



※富士见市、ふじみ野市、三芳町提供英语、中文、葡萄牙语、西班牙语的电话同时翻译服务。



紧急情况任何时候都会发生。为了可以与大家进行简单的沟通，让我们平时就好好学习日语吧！

富士见市 自治振兴部 安心安全科

〒354-8511 埼玉县富士见市大字鹤马 1800-1

电话 049-251-2711 (市役所总机)

2018年12月编辑



## 请重视与地区的交流

受灾时，需要和周围的人互相帮助，同心协力，安全度过难关。平时见面打招呼，积极参加地区组织的居民活动，保持交流。

还请参加市里、地区组织的防灾训练。参加防灾训练，可以发现是否有沟通障碍，大家还可以一起考虑如何改善。



## 日常准备

### 家庭成员一起准备

- 家庭成员是否都知道，灾害发生时的集合地点或避难所？
- 灾害发生时，电话和电子邮件可能不能使用。请与家庭成员确定好联络方式。
- 请商量好避难时的分工。负责拿行李的人，关电源总开关和煤气总开关的人等。



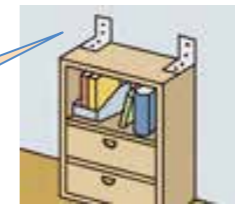
### 确认避难所和避难路线

- 请多记几个离家、学校和公司近的避难所。
- 请平时就确认好避难路线并实际走一下，看看是否可以安全抵达（P6 富士见市避难所地图）。

### 家具等的安全措施

■倾倒的家具，摔坏的餐具不仅会阻碍您迅速避难，还很容易让您受伤。为了防止受伤，请想办法让家具不易倾倒。

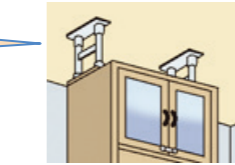
用 L 型金属配件固定家具



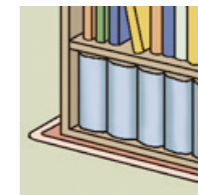
家具摆放时，稍微向墙壁倾斜一些



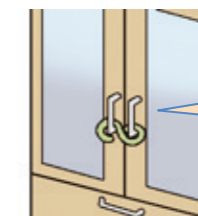
用伸缩棒固定



重东西放下面，轻东西放上面，这样不容易倾倒



在门或抽屉的外面，安置上防开门固定器或安全锁



# 储备物品

大规模的灾害发生时，电气、煤气、水道、通信、交通网极有可能会断掉。  
请至少准备 3 天的食品、必需的生活物品。

## 饮料、生活用水

□3 天的饮料水储备  
(1 人 × 3 升 × 3 天)



## 食物等

□3 天的食物储备



## 医药品等

□ 急救用品  
(消毒药水、擦伤药、  
纱布、绷带、伤口贴)

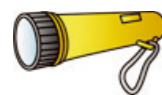


## 停电的准备

□ 应急用的电池



□ 手电筒  
(大 / 小)



## 信息

□ 手机



□ 袖珍收音机

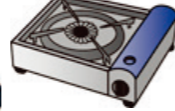


## 燃料储备

□ 固体燃料



□ 盒式炉



□ 储气瓶



## 衣服、卫生用品等

□ 衣服



□ 餐巾纸



□ 口罩



□ 毛巾



□ 湿纸巾



□ 卫生巾



□ 手套



□ 简易厕所



□ 尿不湿



□ 垃圾袋



□ 手纸



□ 刷牙用品



## 其余的

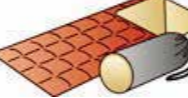
□ 打火机



□ 灯



□ 睡袋



□ 笔记用品



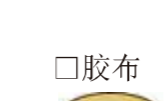
□ 蜡烛



□ 哨子



□ 荧光笔



□ 报纸



□ 胶布



□ 绳子



# 可携带的应急用品

避难时的行李，请最小化。

□ 可携带的应急背包



□ 现金 (零钱)



□ 头盔



□ 雨衣



□ 护照



□ 在留卡



□ 健康保险证



□ 存折卡



□ 存折



□ 印章



□ 常备药



□ 充电器



## 1 天的食物

□ 应急口粮



□ 压缩饼干



□ 饮料水



## 受灾时请告诉大家您是安全的

地震等大灾害发生时，很难打通灾区的电话。此时，为了能方便您和您的家人、朋友之间的人身安全确认或避难所的联络等，座机、手机和互联网提供了“灾害专用留言热线服务”。

### 【灾害专用留言热线服务】

#### ■ 灾害专用留守电话 (171)



にほんご  
<http://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/>



English  
<https://www.ntt-east.co.jp/en/saigai/voice171/>

#### ■ 灾害专用留言热线 (日语·英语)



NTT docomo  
<http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>



KDDI (au)  
<http://dengon.ezweb.ne.jp/>



SoftBank /Y!mobile  
<http://dengon.softbank.ne.jp>

#### ■ 灾害专用留言热线 (web171)

日语、英语、韩语、中文

<https://www.web171.jp/web171app/topRedirect.do>









## 平时爱吃的食品可作为受灾时的应急食品！


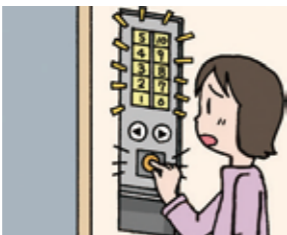

请多储备一些平时爱吃的盒装方便面、袋装咖喱等可以常温保存的食品。吃了多少就补买多少，这样可以保持食品储备完善的状态。

# 在地震中保护自己的人身安全

## 在家里或建筑物中

→ 感觉到摇晃		
<p><b>保护人身安全</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 躲进桌子等底下，保护人身安全。不要慌慌张张跑到外面去。</li> <li>■ 穿好运动鞋等鞋子，防止受伤。</li> </ul> 	<p><b>确认火源</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 摇晃停止后，关掉所有的火源。</li> <li>■ 避难时，关闭煤气总开关和电源总开关。</li> </ul> 	<p><b>确保出口通畅</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 打开大门或窗户，以确保出口通畅。（窗户或大门有可能因为扭曲而打不开）</li> <li>■ 在门窗附近放些东西，以确保门窗不会再次关闭。</li> </ul> 
→ 摇晃停止后		
<p><b>确认家庭成员的安全</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 呼叫名字，确认家庭成员是否安全。</li> <li>■ 不在一起的家庭成员，用预先约定好的联络方法确认是否安全。</li> </ul> 	<p><b>收集正确的信息</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 通过电视、收音机、防灾行政无线广播等收集正确的信息。</li> <li>■ 不要相信谣言或传闻。</li> </ul> 	<p><b>避难时</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 最好和大家一起避难。</li> </ul> 




## 外出时

→ 感觉到摇晃		
<p><b>马路上</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 隔墙、自动售货机、电线架等有可能会倒塌，请远离它们。</li> <li>■ 玻璃、招牌等有可能会坠落下来，请用背包等保护您的头部。</li> </ul> 	<p><b>电梯里</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 按下所有楼层的按钮，请在最先停下的楼层下楼。</li> <li>■ 如果被困在电梯里，请按下紧急呼叫按钮求救。</li> </ul> 	<p><b>开车时</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■ 逐渐减速，将车停在道路的左侧，并关闭发动机。</li> <li>■ 摇晃停止后，收集信息。</li> <li>■ 避难时，把车钥匙插在车上。</li> </ul> 

# 在水灾中保护自己的人身安全

因为下大雨而有被淹水的危险时，请主动收集信息，快速采取避难行动。平时要确认安全的避难路线，避难时互相帮助、冷静行动。远离靠近河流的地方、地下通道和地下设施等。

## 有洪水危险时的避难行动

不要靠近危险的地方	冷静避难	避难有困难时
<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 不要去靠近河流的地方。</li> <li>■ 因为地下通道比周围地势低，所以会有大量的水涌进，很危险。</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 淹水变深时，避难会有危险。感觉到危险时，要在天还亮的时候避难。</li> <li>■ 穿好运动鞋避难。</li> <li>■ 注意盖子脱落的排水井或排水沟。</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 无法去避难所避难时，到附近坚固的建筑物的高楼层避难。</li> <li>■ 如果这样也有困难的话，在家里最安全最高的地方避难。</li> </ul> 

## 避难生活

大灾害发生时，会如下图一样，在自己家里或市里开放的避难所里度过避难生活。富士见市以中小学为中心，开设了 31 所指定避难所（P6 富士见市避难所地图）。因为水灾时不能开放的避难所也包括在内，所以请在地图上确认离家近的避难所。

### 不去避难所，在家避难

家里还能住人时，在家避难。这时，近邻互帮是非常重要的。



### 离开家，去避难所避难

#### ■ 请遵守规则

请遵守起床时间、就寝时间、厕所的使用方法、抽烟处等避难所的规则。还有，请不要大声讲话。

#### ■ 请大家分工，一起运营避难所

在能力范围以内，互相帮助，一起分担接待、清扫、炊事和发放物资等避难所的工作。

#### ■ 健康和卫生管理

请适当运动、补充水分、上厕所、漱口。保持厕所、浴室等的卫生。

#### ■ 需要特殊照顾的人群

请照顾老人、残疾人、有食物过敏的人等需要特殊照顾的人群。



若您遇到了困难，比如听不懂日语等的时候，请告诉我们。

ふじみし ひなんじょ まっぷ  
**富士見市避難所マップ**  
**富士見市避难所地图**

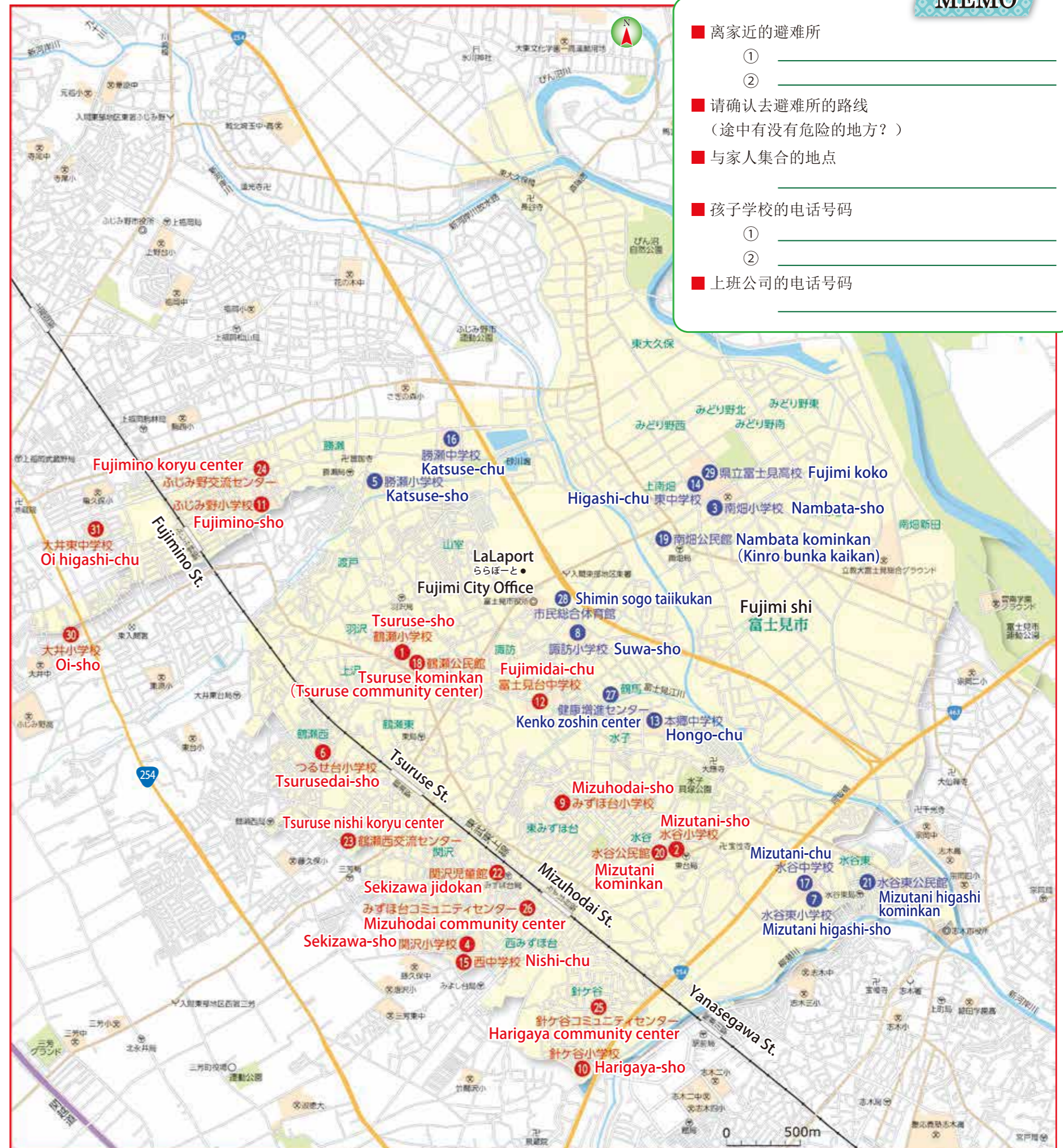


**避難所 Hinanjo 避难所**

1 鶴瀬小学校	Tsuruse-sho	049-251-0144
2 水谷小学校	Mizutani-sho	049-251-1130
3 南畑小学校	Nambata-sho	049-251-1139
4 関沢小学校	Sekizawa-sho	049-252-2886
5 勝瀬小学校	Katsuse-sho	049-262-1065
6 つるせ台小学校	Tsurusedai-sho	049-251-2112
7 水谷東小学校	Mizutani higashi-sho	049-252-3850
8 諏訪小学校	Suwa-sho	049-253-1451
9 みずほ台小学校	Mizuhodai-sho	049-253-2981
10 針ヶ谷小学校	Harigaya-sho	049-254-4482
11 ふじみ野小学校	Fujimino-sho	049-267-2312
12 富士見台中学校	Fujimidai-chu	049-251-0473
13 本郷中学校	Hongo-chu	049-252-2889
14 東中学校	Higashi-chu	049-253-1555
15 西中学校	Nishi-chu	049-252-4145
16 勝瀬中学校	Katsuse-chu	049-266-2503
17 水谷中学校	Mizutani-chu	049-254-5335
18 鶴瀬公民館 (鶴瀬コミュニティセンター)	Tsuruse kominkan (Tsuruse community center)	049-251-1140
19 南畑公民館 (勤労文化会館)	Nambata kominkan (Kinro bunka kaikan)	049-251-5663
20 水谷公民館	Mizutani kominkan	049-251-1129
21 水谷東公民館	Mizutani higashi kominkan	048-473-8717
22 関沢児童館	Sekizawa jidokan	049-251-9786
23 鶴瀬西交流センター	Tsuruse nishi koryu center	049-251-2791
24 ふじみ野交流センター	Fujimino koryu center	049-261-5371
25 針ヶ谷コミュニティセンター	Harigaya community center	049-251-8478
26 みずほ台コミュニティセンター	Mizuhodai community center	049-254-2221
27 健康増進センター	Kenko zoshin center	049-252-3771
28 市民総合体育館	Shimin sogo taiikukan	049-251-5555
29 富士見高校	Fujimi koko	049-253-1551
30 大井小学校	Oi-sho	049-261-0242
31 大井東中学校	Oi higashi-chu	049-263-5181

小学校 小学 [-sho] 中学校 中学 [-chu]

※蓝色字的避难所有可能会遭水淹。所以遇到水灾时，会根据状况决定是否开放。



- 离家近的避难所
  - ① \_\_\_\_\_
  - ② \_\_\_\_\_
- 请确认去避难所的路线  
(途中有没有危险的地方?)
- 与家人集合的地点  
\_\_\_\_\_
- 孩子学校的电话号码
  - ① \_\_\_\_\_
  - ② \_\_\_\_\_
- 上班公司的电话号码  
\_\_\_\_\_