

参考：生活指导手册「您好千叶」



警戒级别的说明内容，以14种国家语言编写。→

祖父母和小孩子们  
逃离危险的地方

(警戒级别3)  
疏散老人等

大家都逃离  
危险的地方

(警戒级别4)  
避难指示

立即采取  
挽救生命的行动

(警戒级别5)  
紧急安全防范措施

我和家人  
应采取的行动

(警戒级别)  
避难信息

当您看到以下警戒级别时  
请立即采取行动!

台风·大雨时的应对措施(警戒级别) 7



避难逃生时请您携带这些东西  
逃离(第3页)。

危险区域撤离。

到了第4级警戒，每个人都必须要从

警戒级别(第7页)会告诉您谁应该逃生。

或SafetyTips(第8页)上查看警戒级别。

◆通过查看警戒级别，做好准备并撤离  
□从您居住的地方(区公所)的网站上，

□备好避难时携带的东西(第3页)。  
□把屋外的东西收进到屋内，以免被风吹走。

□从天气预报中得知台风和大雨状况。

◆台风来袭前的准备工作

3 台风·大雨

6

获取食物的地方。每个人都可以使用它。  
避难所是提供您可以休息、听取新闻和  
您的这些东西(第3页)，到避难所避难。

逃生避难时请记得携带着

⑤到避难所(逃生场所)

避难时，请关闭断路器。



灾害时留言板(Web171)



灾害时留言电话(171)

请使用留言服务。

④与家人联系时，尽量避免使用电话。

5

请收听广播，了解正确的信息。

避难。地震可能会引发山崩。

如果您在山的附近，请跑到远离山的地方

地震可能会引发海啸。

请跑到远离大海的高处避难。

如果您在海边的附近，

打开门窗，开辟一条逃生通道。

③地震停止摇晃后立即关火。



保护自己。请持续等待，直到地震结束。

②地震来临时，躲到桌子或办公桌下

4

### 8 掌握现在所发生的状况

◆千叶县防灾门户网站  
提供千叶县内地震、海啸、台风等  
相关的信息。



◆Safety Tips ◆NHK WORLD JAPAN



◆千叶县国际交流中心



◆千叶县外国人咨询电话 043-297-2966

您可以使用以下国家/地区的语言进行咨询。

英语·中文·韩语·泰语·尼泊尔语·印地语·  
他加禄语·西班牙语·葡萄牙语·越南语·俄语·  
印度尼西亚语。

memo

# 防灾安心手册

中国語  
简体字

我的避难所:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

在避难所必须 戴口罩  
消毒双手  
请配合以上要求

千叶县总合企划部国际课

### 1 灾害发生时必备事物

◆家中随时应备的物品(约3天~1周的量)

- 水 食物(米、真空袋装食品、罐头食品等)
- 卡式炉、卡式气罐
- 手机电池 便携式收音机
- 简易厕所 手电筒(电池)



- 奶粉、尿布
- ( ) ( ) ( )

◆记下关于自己的讯息

不要忘记重要讯息、  
并将其输入您的手机里。

- 护照号码 居留证号码
- 地址 常用药物 疾病·过敏

### 3 避难逃生时所需必备品

- 水 食物 手机电池
- 手电筒(电池) 打火机、蜡烛
- 头盔 现金 存折、印章
- 居留证、护照 毛巾
- 换洗衣物、内衣 斗篷、雨衣
- 垃圾袋 纸巾
- 常用药物 奶粉及尿布
- 生理用品  ( ) ( )



### 2 地震发生时该如何处理

①地震预警(告知地震即将来临的新闻)

在地震即将来临之前，电视或广播中可能会  
报导地震预警。做好准备，保护自己。