



防災マップ

洪水ハザードマップ

为了避免非常事态时的慌乱，请在日常生活中与家人商谈灾害时的避难所（集合场所）。

家庭防灾心得

请在以下表格中填写避难计划，张贴在家里随时目能所及之处。

我家的避难所（集合场所）
震灾时
水害时：
我家的避难所
我家的防灾常备品保管场所
我家的防灾常备品点检日

定期确认保质期，并随时补充储备。

非常时必需品

 非常食品	 收音机	 贵重物品	 应急医药品
 手电筒	 换洗衣物	 毛巾	 其他（记载血型，病历的身份证明等）

防災常備品（3日分）点检录

填入表格 定期点检



品目	个数	品目	个数

紧急时与家人及亲友的联络

姓名	电话号码及地址

平成 18 年 3 月发行
 日野市役所总务部防灾课
 TEL 042-585-1100
 Email/bousai@city.hino.lg.jp

日常的准备

做好断水、停电、停煤气时生活的防患准备十分重要。

切实做好日常防患准备

- 调查家屋的耐震性。（请质询日野市建筑指导课）
- 检查家屋的篱笆、石墙的状况。
- 用金属零件将大型家具和柱子、墙壁固定防止其倾倒。
- 不要在门窗边放置大家具。
- 准备好非常必需品。
- 储备至少三天的水和食粮、药品。
- 最好随时在枕边准备手电筒和拖鞋等用品。



与家人邻居交换避难对策

- 事前和家人商定好联络方法和避难场所。
- 和家人邻居确认避难场所，决定安全的避难途径。
- 成立自主防灾组织，与近邻建立相互协助的关系。
- 地域各方共同援助高龄者、儿童、病人和障碍者。



大地震！莫慌张！！

首先保护身体至关重要

- 地震摇晃开始时，用坐垫护住头部，在饭桌书桌等安全的地方藏身。
- 立即关闭炉火。
- 睡眠中地震发生时，用手边的枕头挡在头部，披上毛布。
- 摇晃停止能开始行动时，检查有无失火。
- 激震平息后，即刻开门开窗，确保几处避难口。
- 切勿慌忙冲出户外，户外也很危险。

特别留意砖墙等

- 身处户外发生地震时，请在道路中央避难，注意看板和玻璃落下物、电线杆、自动贩卖机、砖墙、门柱等。
- 驾车中发生地震时，减速靠左停车，关闭引擎。避难时，车钥匙插在钥匙孔中，不锁车门，携带车检证和贵重品，步行避难。
- 大震灾时，川崎街道、甲州街道、北野街道作为紧急交通路，一般车辆禁止通行。



步行避难

- 为了优先紧急车辆的通行，请不要使用自家车，步行避难。
- 为了避免余震倒塌的危险，一旦脱出，不要返回受震的家中。
- 灾害之后不要立刻使用电话。
- 稍能平息后获取正确的情报。

