

さいがい 災害カード 

Natural Disaster Card

さいがいの時に備えて、持ち歩きましょう!
Keep this card with you in case of an emergency!

つか つかた 使い方 How to Use
ゆび ねじれ つま 指
指でさして誰かに伝え、助けてもらう。
Use your fingers to point to things you want to say and get help

にほんご はな 日本語が話せません。助けてください。
I don't speak Japanese. Please help me

しまねけん 島根県 Shimane Prefecture

じしん お 地震が起きたら If There Is An Earthquake... 

■0~2分 自分を守る Protect Yourself

●机・テーブルの下に入る Hide under a desk or table. 
●あわてて外へ飛び出さない。 Don't panic and go outside.
●玄関などの扉を開けて外に出るところを作る Open a door so that you can escape.
●塀や看板から離れる Stay away from fences and signs. 
●落ちてくるものに注意する Be careful of falling objects.
●車を止めて、道の隅に寄せる If driving, pull over to the side of the road.
●エレベーターでは、すべての階のボタンを押す In an elevator, push all the floor buttons.

■揺れが止まってから After The Shaking

●火を消す Turn off flame 
●逃げる Escape

うみ かわ ちか 海や川の近くにいる時は、津波に注意! すぐに海や川から離れて、高いところに逃げる
Be careful of tsunami near the ocean or rivers. Evacuate as soon as you can to a high place!

おおあめ 大雨 Heavy Rain 

●大雨の情報に注意する。 Pay attention to warnings.
●早めに歩いて逃げる。 Get out of the rain quickly.
●足下に注意する。長い棒で足下を確認しながら避難する。 Be careful. Use a pole or stick to check for deep puddles

●水の深さが50cmを超えると、歩くことが難しい。 Beyond a depth of 50cm, it is difficult to walk safely.
●運動靴で逃げる。長靴・はだしは危ない。 Escape wearing sneakers. Boots or barefoot are dangerous.
●避難する前に家が水に浸かったら、2階や屋根、高い建物に逃げる。 Before evacuating, if your home becomes flooded, move to the second floor or another tall building.

にげる時に持って行くもの What To Take With You

| | | |
|---|--|---|
| みず Water  | たの もの 食べ物 Food  | ざいりゆう 在留カード 在留カード 在留カード Resident Card, Passport  |
| かね お金 Money  | ほか その他 Other  | |

ひなんじよ 避難所 避難所 
逃げるところ Evacuation Shelter

自分に必要なものを準備しておく。
食べ物・飲み物は3日分は準備する。
Prepare things you will need, including 3 days worth of food & drink

なまえ 名前 NAME
こくせき 国籍 NATIONALITY
う ひ 生まれた日 DOB
せいべつ 性別 GENDER
けつえきがた 血液型 BLOOD TYPE Rh
はな ことば 話す言葉 LANGUAGE
アレルギー ALLERGY
びょうき 病気 CHRONIC ILLNESS
の 飲んでる薬 MEDICATION
ざいりゆう 在留カード番号 REGISTRATION No
きんぎょう 緊急時連絡先 TEL

さいがい 災害の情報はどこで? Where Can I Get Information?

しまねけん 島根県 Shimane Prefecture

テレビ TV 
「しまね防災情報」 Shimane Disaster Prevention Information
http://www.bousai-shiman

ラジオ Radio 
e.jp
(やさしい日本語・英語 他 Easy Japanese, English, others)

ぼうさいむせん 防災無線 Alert system 
メールマガジン「しまね防災メール」 空メールを送り、登録
Mail Magazine : Shimane disaster prevention mail
Send an empty mail to register
【やさしい日本語 Easy Japanese】 bousai-shimane-ej@xpressmail.jp

しょうぼう 情報車 Patrol Cars 
しまね国際センター Shimane International Center
http://www.sic-info.org
メールマガジン 空メールを送り、登録
Mail Magazine : Send an empty mail to register
【英語 English】 eng@ifms.jp

たす 助けてください Please help me! 

に 逃げたほうがいいですか? Should we evacuate?

ひなんじよ 避難所はどこですか? Where is the evacuation center?

1 病院 / 2 警察 / 3 避難所に行きたいです
I need a 1 hospital / 2 police station / 3 evacuation center.

1 ケガをしています 2 体調が悪いです 3 痛いです
1 I have been injured. 2 I feel sick 3 I am in pain.

かぞく なか 家族が中にいます My family is inside.

ここはどこですか? Where are we?

1 食べ物 / 2 飲み物がほしいです
I need 1 food / 2 water.

いま なに お 今、何が起きていますか? What's happening?

| | | | |
|---|--|---|--|
| じしん 地震 Earthquake  | つなみ 津波 Tsunami  | おおあめ こうすい 大雨・洪水 Heavy rain, flood  | だつまさき 竜巻 Tornado  |
| たいふう 台風 Typhoon  | どしゃくず 土砂崩れ Landslide  | かじ 火事 Fire  | ほか その他 Other  |

しまね国際センター Shimane International Center TEL 0852-31-5056
しまねけん文化国際課 Shimane Prefectural Government TEL 0852-22-6493