

面向外国人的

紧急救助手册 灾害应急手册

《中文》

松江市防灾安全课(发生灾害时的联系单位)

电话号码 55 - 5115

个人情况

姓名 _____ 出生年月 _____

地址 _____

国籍 _____ 使用语言 _____ 血型 Rh _____

亲属的联系方式

亲属姓名 _____ 与我的关系 _____

电话号码 (手机号码) _____

电子邮箱 _____

就职单位

单位名称 _____ 电话号码 _____



急症和受伤时 想呼叫救护车

电话

TEL 1 1 9



- 急症或重伤时、请拨打“119”(消防)呼叫救护车。
- 拨打“119”消防电话接通后请说明：
 - 急救的内容
 - 目前的情况(生病以及受伤的状况)
 - 住址或地点
 - 你的姓名以及电话号码
- 如果不懂日语，请让周围的人帮助联系。



火灾时

- 大声呼叫“着火了”
以告知其他人

电话

TEL 1 1 9



- 大声呼叫“着火了”以告知近邻。
- 拨打“119”(消防)电话并呼叫消防车。
- 独自一人进行灭火的危险性很高。
- “119”消防电话接通后请说明：
 - 发生火灾事件
 - 地址和建筑物名称
 - 燃烧物
 - 附近显眼的建筑物
 - 你的姓名以及电话号码
- 如果不懂日语，请让周围的人帮助联系。



- 遭遇危险、
交通事故时

电话

TEL 1 1 0



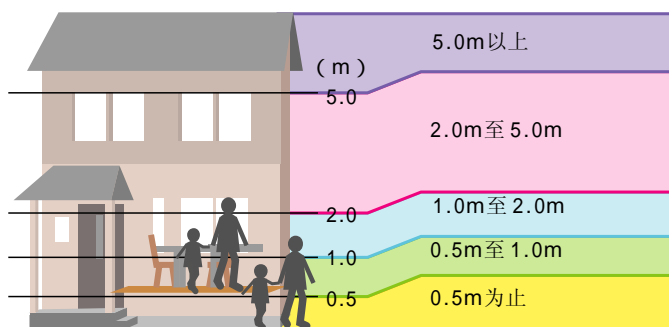
- 遭遇盗窃和暴力事件、发生交通事故、目击事件和事故的发生时请拨打电话“110”(警察)并寻求救助。
- 拨通“110”电话并与警察连线后请说明：
 - 发生了什么?(刑事事件或事故)
 - 发生时间(距现在几分钟前发生)
 - 发生地点(地点和显眼的建筑物)
 - 犯人的面部、服装、汽车的特征
 - 你的姓名以及电话号码
- 如果不懂日语，请让周围的人帮助联系。

灾害预测图的使用方法

- 这是你家附近的地图。地图上标有避难场所，水灾・海啸・沙土灾害的危险场所。
- 请看着地图
 - 确认自己家、学校、工作单位的位置。
 - 决定好最近的避难场所。
 - 确认危险地区。
 - 找出从家可以安全通往避难场所的路线，并在地图上标明。
 - 全家一起走一下避难的路线

灾害预测图中标示的记号

图为根据 150 年一遇的大雨，宍道湖、大桥川、中海泛滥时所标示的浸水区域以及深度。



灾害预测图所标的记号



指定避难所（松江市指定的避难场所）



临时避难所（各住宅区域指定的避难所）



县厅・市役所



警察局・派出所・办事处



消防局・办事处



急救指定医院

灾害预测图中标示的记号



沙土灾害的危险场所

自己家的避难场所（集合场所）

避难所名称 _____

电话号码 _____

应对水灾的准备工作

- 在房间进水，形势变危及的情况下，请尽早避难。
 - 在房间进水后，避难将变得困难。
 - 在水深超过 50 厘米后，步行将变得困难。
 - 不论水的深浅，都有掉入水渠和窨井的可能。
 - 避难时赤脚、穿长靴都会有危险，请穿运动鞋避难。

应对地震灾害的准备工作

日本是地震多发国家。为了在发生地震时避免受伤和引起火灾，请按以下几条行动。

摇晃时的行动

- 发生摇晃时，先保护好自己。
- 不要勉强去灭火，等待摇晃停止。
- 打开门窗，准备好出口。
- 发现着火了，先灭火。
- 上方有落物的危险，请不要慌忙地从家或建筑物中跑出去。

对地震做好事前准备

门和墙容易倒塌，请远离。

地震之后的行动

- 注意山体塌落、悬崖塌落和海啸。
- 询问老者、身体有残疾的人和伤者的情况，大家相互帮助。
- 根据电视、广播的正确信息行动。
- 避难之前进行安全检查，关闭电源和煤气的总闸。
- 步行去避难所避难（不使用汽车）

灾害时的携带物品

- 避难时的必备物品，请整理好放入背包中。
 - 【紧急携带物品】重要物品・药・收音机・手电筒・衣服・雨具・火柴或打火机・纸巾等不可或缺的生活用品
 - 【紧急储备物品】每人三天的水和食物

困难时的咨询窗口

岛根国际中心 3 1 - 5 0 5 6

松江市国际交流协会 3 1 - 8 3 4 5