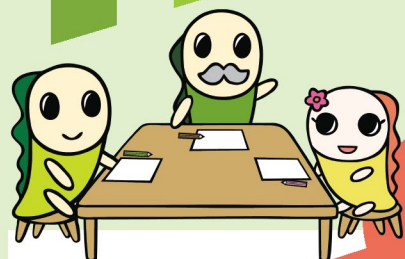


防災ガイド (地震が起きる前に知っておくこと)



防災に関する言葉

ことば 言葉	いみ 意味
ぼうさい 防災	じしん おおあめ たいふう お まえ じゅんぴ 地震や大雨、台風が起きる前に準備をすること
さいがい 災害	じしん おおあめ たいふう 地震や大雨、台風など
しんざい 震災	じしん お たてもの こわ かじ 地震が起きて建物が壊れたり火事になること
ひなん 避難	に 逃げる
はっせい 発生	じしん かじ お (地震や火事が) 起こる
しんざいきゅうえんじょ 震災救援所	じしん お に ぼ しょ 地震が起きたら逃げる場所
ざいたく 在宅	いえ 家にいること
いちじたいざい 一時滞在	みじか じかん ば 短い時間、その場にいること
ぶつし 物資	みず たべもの ほかに 必要なもの 水や食べ物、その他必要なもの
しょくりょう 食料	たべもの 食べ物
びちく 備蓄	じゅんぴ いえ そうこ お 準備して家や倉庫に置いておくこと
きゅうじょ 救助	たす 助ける
ていでん 停電	でんき つか 電気を使うことができない
けいかい 警戒する	き 気をつける
いえ とうかい 家が倒壊	いえ こわ す 家が壊れて住めない
いえ えんしょう 家が延焼	いえ かじ や す 家が火事で焼けて住めない
しょうかき 消火器	ひ け どうぐ 火を消す道具
しじ したが 指示に従う	い 言われたとおりにすること
じょうほうしゅうしゅう 情報収集	にゅーす し あつ ニュースや、お知らせを集める
ひなんじょうほう 避難情報	じしん たいふう に し 地震や台風のと看、逃げるためのお知らせ



★地震が起きても慌てないための、なみすけからの10個のお願い★

★地震が起きる前に

- ①地震が起きたときに困らないように、水や食べ物、携帯トイレなどを準備しましょう。
- ②表面のマップで自分の家の近くの震災救援所の場所を覚えておきましょう。

★大きな地震が起きたら

- ③慌てないで、自分の体、特に頭を守りましょう。
- ④家が問題ないなら、家の中にいましょう。もし、家が壊れそうなら近くの震災救援所に逃げましょう。
- ⑤逃げるときは、車や自転車に乗らないで、歩いて震災救援所に行きましょう。

★震災救援所に行ったら

- ⑥震災救援所で働いている人の指示に従いましょう。
- ⑦受付で自分の名前や住所を書きましょう。そうすれば、水や食べ物がもらえます。
- ⑧震災救援所に行けば、地震のニュースや大切なお知らせを聞くことができます。

★震災救援所での生活

- ⑨震災救援所では、みんなが一緒に生活します。ルールを守りましょう。
- ⑩震災救援所では、みんなで手伝いをしましょう。



ナミーとなみきおじさんの防災Q&A

～ナミーからの質問になみきおじさんがお答えします～

Q 震災救援所は、いつも開いているの？

A いつもは、子どもが行く杉並区立の小学校と中学校などです。
震度5強以上という強い地震が起きると、震災救援所になります。

Q 震災救援所に行くと、何がもらえるの？

A 水と食べ物。食べ物は、クラッカーやライスクッキー、五目ごはんなどです。
寝るときの毛布も用意してあります。足りないものは、自分で準備しましょう。

Q 震災救援所にトイレはあるの？

A 震災救援所になっている学校の建物が問題ないなら、学校のトイレが使えます。
もしも、トイレが壊れていたら、外にたてるテントの中に簡易トイレを用意します。
いつものように水で流せません。訓練に参加して、使い方を確認しましょう。

★防災のことで、わからないこと、心配なことがあったら、
杉並区役所防災課に質問してください。

●杉並区役所 (〒166-8570 杉並区阿佐谷南1-15-1)
電話: 03-3312-2111 (代表)
ホームページ <https://www.city.suginami.tokyo.jp/>



杉並区公式ホームページ