

大阪市中央区本町桥2-5 My Dome Osaka 5楼

(在地铁谷町四丁目/堺筋本町车站下车)

电话号码 **06-6966-2400**

传真 **06-6966-2401**

网页地址 <http://www.ofix.or.jp>

e-mail info@ofix.or.jp

大阪府外国人咨询处

电话号码 **06-6941-2297**

e-mail jouhou-c@ofix.or.jp

星期一~星期五 9:00 ~ 17:30

对应日语、英语、中文、韩国·朝鲜语、葡萄牙语、西班牙语、越南语、菲律宾语、泰语 9 种语言

大阪防灾网络

如果预先登记手机的短信地址，就能用短信收到气象·地震·海啸信息以及灾害发生时的避难劝告·指示等的信息（英语、中文、韩国·朝鲜语）

<http://www-cds.osaka-bousai.net/pref/index.html>

防灾笔记（紧急情况时的联系方式）

消防站 **119**

（火灾、受伤和生病的时候）

警察局 **110**

灾害用留言专线 **171**

请写上避难场所、学校和工作单位的联系方式随身携带。

另外，请预先在自己国家的领事馆办理在国外的国民登记手续。

请向各国领事馆确认有关登记的方法。

避难卡

名字	_____
住址	_____
电话号码	_____
我会说的语言	_____
血型	_____



○从地铁中央线·堺筋线「堺筋本町」站1号或12号出口走大约800m
○从地铁谷町「谷町四丁目」站4号出口走大约800m

为外国人的

防灾指南

～为地震做准备～

因为不知道什么时候会发生地震，所以有必要预先知道当发生地震时，自身的安全守护方法和正确的避难方法。另外，预防地震也需要从平时的准备做起。目前人们正在担心引起强烈摇晃的南海TORAFU 巨大地震（发生在从东海地区到九州的广域范围内）。由此地震而引起的大海啸，可能会产生莫大的灾害。

一旦发生大地震，此后一段时间会持续发生比最初的地震规模稍小的地震。这称为余震。

如果大地震的震源地是海洋时，有可能海水变成大的波浪沿岸涌来。这就是海啸。地震发生后，有时立刻会有海啸袭来。



倒塌的公寓（1995年1月阪神·淡路大震灾）



地震火灾的受害（1995年1月阪神·淡路大震灾）

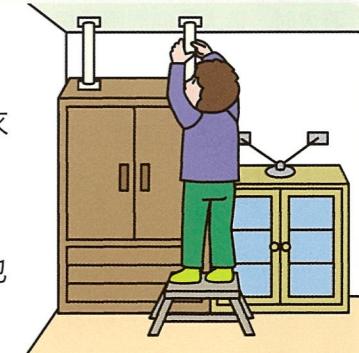
「人和防灾未来中心（神户市） 提供」

从平时开始预防

家具用防止倒塌的金属零件固定好，同时在睡觉的地方不要放置象衣柜和书架等容易倾倒的家具。

预先把紧急情况下的携带用品放入背包，逃跑时能马上带走。

另外，预先查阅各市町村的主页等，明白附近的避难场所在哪里也很重要。



紧急情况下的携带物品



手电筒、携带收音机、电池、工作用手套、创伤药、创可贴、镇痛剂、肠胃药、感冒药和常用药、饮用水、罐头等的食品、现金（零钱）、护照、在留卡或被视为在留卡的外国人登录证、手机、充电器、笔记用具、纸巾、毛巾、衣服、内衣、塑料袋等

提高防灾意识很重要。请大家一定参加在学校、工作岗位、学生宿舍内实施的防灾训练！！

如果发生地震

如果发生地震，请不要惊慌，保护好自身安全

1995年在近畿地区发生的阪神·淡路大地震灾，死亡原因的85%以上是由于被倒塌的房屋和家具压在下面而致死，大约10%是因火灾而被烧死的。发生地震时从倒塌的墙壁和家具保护身体的同时，也因为地震时建筑物和道路一倒塌，消防车等的紧急车辆就会无法入内，所以也要注意火灾的发生。地震发生后不久，能够确保自身安全后，请取得正确的信息，迅速地到安全的地方避难。

另外，在2011年发生的东日本大地震时，有90%以上的死因是溺死。如果有发生海啸的可能性，请尽快向高处逃跑。

①首先要守护自身的安全

躲在桌子下。



●生命最重要!!

②关闭煤气炉

熄灭煤气用品的火，
关闭煤气管的总开关。



③熄灭火源

着火时，请大声向周围求援，用灭火器灭火。

但是，如果火蔓延到了天花板上就得马上逃走。



④确保出口

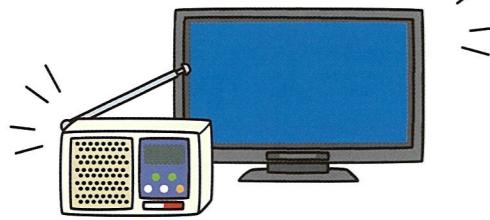
打开门。一旦建筑物倾斜的话，
门框变歪，会打不开门，就不能
逃走了。

不要惊慌地向外飞跑，看好周
围情况以后，再穿上鞋逃走。



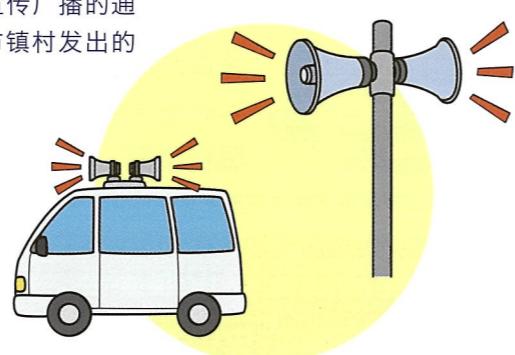
⑤获得消息

从电视、收音机和因特网获得
正确的消息。



●不要被谣言所困扰!

听宣传车和宣传广播的通
知，来确认市镇村发出的
避难信息等



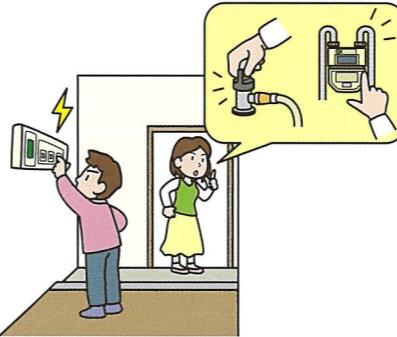
⑥避难

有发生海啸的危险时，因为余震持续不停在家里感到不安时，或避难指示·避难劝告被发布时，请迅速避难。

避难时，因为有发生火灾的危险，请扳倒电闸，关上煤气的总阀门。

为了避难离开家时，留下写上避
难场所的便条。

徒步去避难。不要单独行动。因为有倒
塌的危险，不要靠近狭窄的胡同，墙壁
和围墙。



到什么地方去避难？

发生灾害时，避难的场所，大致可划分如下3种。

紧急避难场所

为确保人身安全的临时避
难场所。原则上没设备有饮
料水和食品。一般被指定
规模较大的公园等。

避难所

在一定期间，进行避难生
活的场所。备有饮料水和
食品等的救济物资，也可
以拿到关于生活基础设施
和支援等相关信息。

避难所兼紧急避难场所

兼备「紧急避难场所」
和「避难所」双方功
能的设施。

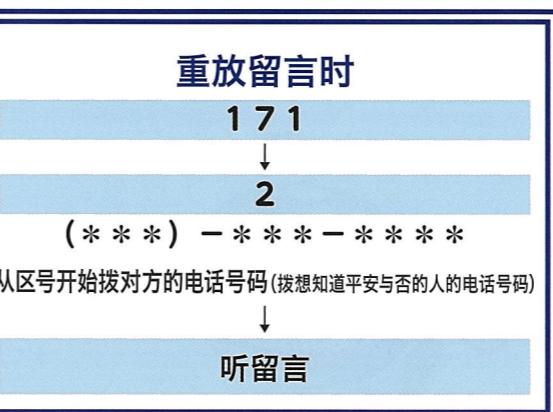
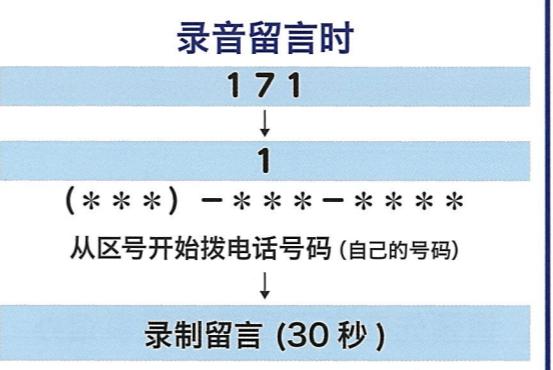
(※平成26年4月 国土地理院重新制定了地图符号。)

平安与否的确认方法

①NTT灾害用留言专线(171)

1条留言能录30秒钟，可保存48小时。

在每月1日、15日和1月1日～3日，防灾周(8/30～9/5)，
防灾和志愿者周(1/15～1/21)能够尝试留言。手机也能利用，不过，
能登记的号码只能是座机号码。



②手机的灾害用留言板服务

发生灾害时，在手机画面上会显示出「开始利用灾害用留言板」
的通知。请预先向各手机电话公司的主页等确认有无此项服务及内
容等。

最近的避难所

电话号码
①大学·工作岗位

②宿舍和住宅管理者

③领事馆

紧急联系方式
①日本国内

②日本国外