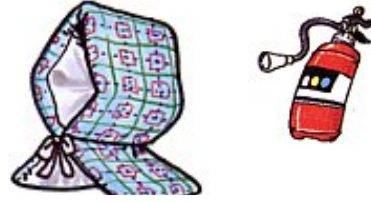


大地震発生時の注意事項

大地震発生！そのときあなたは・・・

在室内 屋内にいたら



家里 家庭

躲在餐桌或书桌下；必要时，用坐垫或枕头保护头部。

テーブルや机の下に隠れ、身を守りましょう。余裕があれば、座ぶとんや枕で頭を保護しましょう。

立即关闭煤气炉、暖气炉及明火。

速やかにガスやストーブの火を消しましょう。

打开门确保出口畅通。

ドアを開けて避難口を確保しましょう。



注意家具的移动和倒塌。

家具の移動や転倒に注意しましょう。

注意不要被玻璃碎片和碎石头划伤。

ガラスの破片などでけがをしないよう注意しましょう。

从收音机、电视机及灾害管理预报处收集有关地震信息。

ラジオやテレビまたは防災無線などで情報を集めましょう。



在办公大楼中 ビルの中

用手提包一类的保护头部，并迅速躲避到附近的书桌、办公桌下。

バッグなどで頭を保護し、急いで机の下などに逃げましょう。



注意文件柜、书柜的移动和倒塌。

本棚やロッカーの移動・転倒に注意しましょう。

不要使用电梯，从楼梯离开。

エレベーターは使わず、階段から避難しましょう。

如果电梯突然停止工作，使用电梯内的紧急电话要求援助，并在电梯内等待援助的到来。

エレベーターが止まってしまったら、非常電話を使って救出を待ちましょう。

在学校 学校

如果在教室里，听从老师的指示，躲避在书桌下注意身体的安全。

教室の中では先生の指示に従い、机の下に隠れ、身の安全をはかりましょう。



如果在走廊里，立即远离窗户并注意天花板落下的东西。

廊下にいたら、窓から離れ、落下物に注意しましょう。

如果在操场，听从老师的指示，注意远离建筑物和墙壁。

校庭にいたら校舎やブロック塀から離れ、先生の指示に従いましょう。

在百货公司和超级市场 デパート・スーパー

用手提包一类的保护头部立即从通道离开，离开时注意避开落下的陈列商品。

バッグなどで頭を保護し、倒れやすいショーケースなどから離れましょう。

躲避在附近的桌子下，或墙角边。

近くの机の下にもぐり込むか、柱や壁ぎわに身を寄せましょう。

不要拥挤在出口处，一切听从店员的指示而行。

あわてて出口に殺到せず、係員の指示に従いましょう。





室外时 屋外にいたら

走在路上 路上

用包或书保护头部，立即到附近的安全地或广场避难。（躲避时注意掉落的玻璃、信号灯或危险物品。）

その場に立ち止まらず、カバンなどで頭を保護して近くの安全なビルや広場に避難しましょう。（ガラスの破片、看板、タイルなどの危険物の落下から身を守る。）

注意避开垂荡或掉落下的电线。

垂れ下がった電線には近づかないようにしましょう。

不要站在大型的木造结构建筑、自动售货机、砖块墙及即使看上去很安全的垂荡物体附近。

間口の広い木造の建物や自動販売機、ブロック塀のそば、ビルの壁際へは寄らないようにしましょう。



尽快到附近的公园和学校的操场避难，移动时注意掉下的窗户玻璃和屋檐的瓦砾。

窓ガラスの破片や屋根瓦などに注意して、近くの公園、学校の校庭などに避難しましょう。

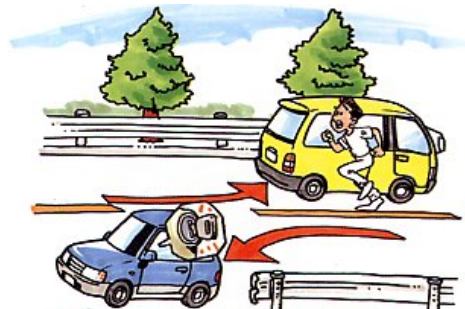
开车时 車を運転中

如果明显感到地震，慢慢的减速，靠边停在马路的左侧并且关掉引擎。

地震を感じたら、徐々にスピードを落とし、道路の左側に寄せてエンジンを切りましょう。

地震未停止前不要离开车内，从收音机内收集有关地震信息。

揺れがおさまるまで車外に出ず、ラジオで情報を聞きましょう。



离开车子时必须关闭车窗，不要给车门上锁，并将车钥匙留在车上。

車を離れるときは必ず窓を閉め、ドアロックをせず、キーはつけたままにしましょう。

不要在车上避难。

車で避難はしないでください。

在电车和地铁里 電車や地下鉄の車内

緊急停車時，注意抓紧把手。

急停車することがあるので、つり革や手すりにしっかりつかまりましょう。

即使电车停止后，也不要从窗口或非常出口处离开（即使自己可以打开非常出口）。
途中で止まっても、窓から飛び出したり、非常コックを開けて勝手に車外へ出たりしないで下さい。

大家冷靜的听从乘务员的指示再行动。

乗務員の指示に従って、冷静に行動しましょう。

在地下街 地下街

用手袋等保护头部，沿墙壁或承重墙躲避。

バッグなどで頭を保護し、壁面や太い柱に身を寄せましょう。



停电时很快就会有非常照明或备用照明，请不要紧张。

停電になっても非常用照明灯がすぐにつくので、慌てないで下さい。

不要拥挤出口处、一切听从店员指示；一般来说，地下要比地上安全。（每 60 米就会设置一个出口）。

あわてて出口に殺到せず、係員の指示に従いましょう。一般的に、地下は地上より安全です。

（出口は 60mおきに設置されています。）

在悬崖、山附近 がけのそば

山边或陡坡容易引起山石滚落，要迅速到安全场所避难。

山際や急傾斜地では、がけ崩れが起きるおそれがあるので、すみやかに安全な場所へ避難しましょう。



八王子市の避難場所、避難所

八王子市の避難場所、避難所は…

八王子市指定的、以暂时避难为目的灾害避难所是各大市立中、小学及都立高中的校园。

另外，发生大规模火灾时，以安全为目的，指定了以下九个地点为广域避难场所。

災害時に一時的に避難することを目的として、八王子市が指定している避難場所は、市立の全小・中学校と市内の都立高校の校庭です。

また、その他に大規模な火災が発生したときに火災から身を守ることを目的として、次の9ヶ所を広域避難場所に指定しています。

広域避難場所 八王子市広域避難場所

首都大学東京(Shuto Daigaku Tokyo) 首都大学東京	八王子市南大沢 1-1
中央大学(Chuo Daigaku) 中央大学	八王子市東中野 742-1
東京薬科大学(Tokyo Yakka Daigaku) 東京药科大学	八王子市堀の内 1432-1
東京工科大学(Tokyo Koka Daigaku) 東京工科大学	八王子市片倉 1404
浅川河川敷(Asakawa Kasenjiki) 浅川河岸河床	長沼橋近 上壱分方市立小学校
富士森公園(Fujimori Koen) 富士森公園	八王子市台町 2 丁目一2
陵南公園(Ryonan Koen) 陵南公園	八王子市長房町、東浅川町
小宮公園(Komiya Koen) 小宮公園	八王子市大谷町、暁町 2 丁目,
清水公園及び工学院大学 (Shimizu Koen & Kogakuin Daigaku) 清水公園及工学院大学	八王子市犬目町、楢原町

災害時，不能在自己住宅生活的人，可以临时在八王子市指定的避难所、即市立中小学校和市内都立高中、市民中心避难。

災害により自宅で生活ができない人を一時的に保護することを目的として八王子市が指定している避難所は、市立の全小・中学校と市内の都立高校及び各市民センターです。

准备好非常时用品! (非常持出品を用意しよう!)

初次带出品 (一次持出品)

灾害发生时，最初需携带物品。(避難時にまず最初に持ち出すもの)

饼干、罐头食品、方便面、饮用水、纸巾、纸杯、
筷子、刀、开罐器、开瓶器。

クラッカー、缶詰、インスタントラーメン、飲料水、
紙皿、紙コップ、割り箸、ナイフ、缶切り、栓抜き

★救急薬品

First aid kit
急救药品
구급약품



药膏、纱布、绑带、三角巾、消毒水、止痛药、
感冒药、退烧药、肠胃药、及其他常用药。

ばんそうこう、ガーゼ、包帯、三角巾、消毒薬、
鎮痛剤、風邪薬、解熱剤、胃腸薬、その他常備薬



★ラジオ

Radio
收音机
라디오

收音机及备用电池。

ラジオと予備の電池

★懐中電灯

Flashlight
手电筒/회중전등

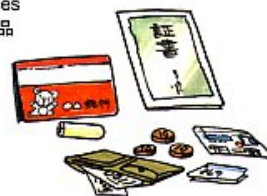


手电筒和备用电池。

懐中電灯と予備の電池

★貴重品

Valuables
贵重物品
귀중품



现金、存折、图章、护照、
外国人登陆证、证书类、健
康保险证。

現金、通帳、印鑑、パスポ
ート、外国人登録証、証書
類、健康保険証

★その他

Others
其它
기타



内衣、外套、袜子、手袋、手帕、毛巾、厕纸、头盔、打火
机、火柴、雨衣、雨伞、生理用品、纸尿布。

下着、上着、靴下、手袋、ハンカチ、タオル、ティッシュ
ペーパー、ヘルメット、ライター、マッチ、ビニールシー
ト、雨具、生理用品、紙おむつ

第二次携帯品（二次持出品）

災害后恢复原状之前的几天里（最少 3 天）生存下去所必需的生活品。

災害復旧までの数日間（最低 3 日分）自活するために。

★食品 Food/食品/식품



饼干、罐头、方便面、方便米饭、食品、点心。クラッカー、缶詰、インスタントラーメン、レトルトご飯・食品、お菓子



★水 Water/饮用水/물

3 升/天/人

1 日 1 人 3 リットルを目安に

★燃料 Fuel/燃料/연료



简易煤气灶、固体燃料、小罐石油气。

卓上コンロ、固形燃料、予備のガスボンベ

★その他 Others/其它/기타



生活用水、毛毯、睡袋、洗漱用品、锅、水壶、垃圾袋、塑料布、水桶、报纸、纸尿布等。

生活用水、毛布、寝袋、洗面用具、なべ、やかん、ビニール袋、ビニールシート、バケツ、新聞紙、紙おむつ など

緊急联络电话 緊急連絡先

連絡先	所在地	電話	緊急連絡番号
八王子市役所	八王子市元本郷町 3-24-1	0426-26-3111	—
警視庁八王子警察署	八王子市元横山町 2-4-13	0426-45-0110	110
警視庁高尾警察署	八王子市東浅川町 23-34	0426-65-0110	
東京消防庁八王子消防署	八王子市大横町 1-4	0426-25-0119	119

灾害时的日本語 災害に関する日本語

<p>Taskete ・たすけて！＝救命！</p> <p>Kajida ・かじた！＝着火了！</p> <p>Kegao Siteimasu ・けがをしています。＝我受伤了。</p> <p>Kyukyusha o yonde kudasai ・きゅうきゅうしゃをよんでください！＝请快叫救护车！</p> <p>shobosha o yonde kudasai ・しょうぼうしゃをよんでください！＝请快叫消防队！</p> <p>chugokugowo hanaseru hito wa imasenka ・中国語を話せる人はいませんか。＝有人会说中文吗？</p> <p>_____ wa dokodesuka はどこですか。＝_____在哪儿？</p> <p>_____ wa arimasenka はありますか。＝你有_____吗？</p> <p>_____ wo kudasai をください。＝请给我_____。</p>	<p>Abunai ・あぶない！＝危険！</p> <p>Taoreteiru hitoga imasu ・たおれているひとがいます！＝有人倒下了！</p> <p>kega-nin ga imasu ・けが人がいます。＝这里有个受伤的人。</p>	<p>Nigero ・にげろ！＝快跑！</p>
<p>Hinan-basho ・避難場所＝避难场所</p> <p>Toire ・トイレ＝厕所</p>	<p>Hinan-jo ・避難所＝避难所</p> <p>Mizu ・水＝水</p>	<p>Byoin ・病院＝医院</p> <p>Shokuryo ・食料＝食物</p> <p>Kusuri ・薬＝药</p>