



# 铃鹿月刊

☆专为外国居民提供的相关日常信息

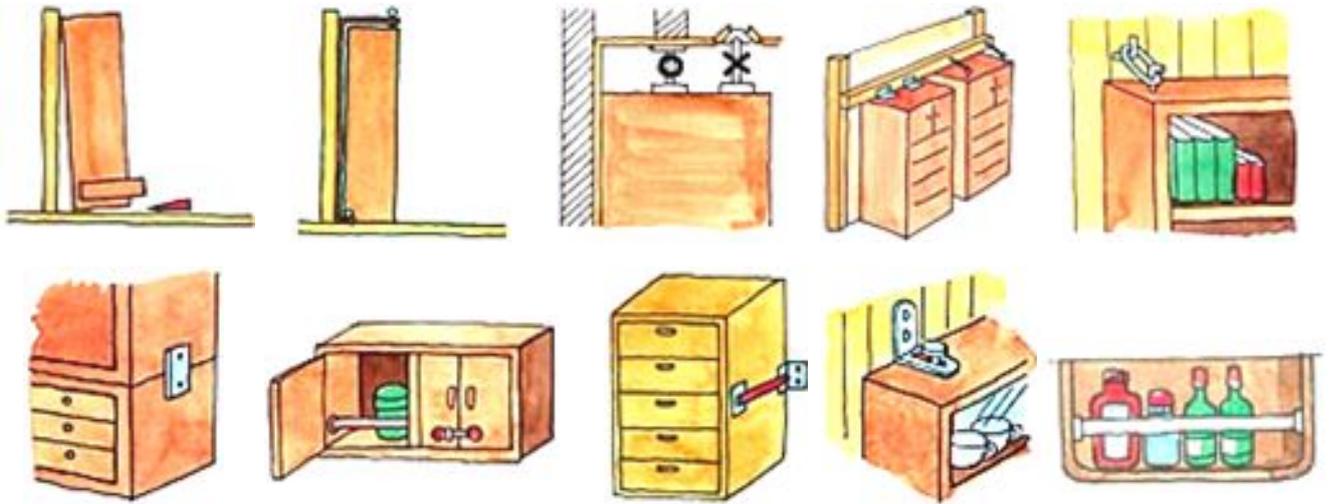
增刊号

## 如何应对地震

2011年3月11日星期五，日本从东北到关东地区发生了大地震，并且由此引发了大海啸。当时的海啸余波也来到了铃鹿市，但是未造成任何人员和财产损害。这次给你解说关于「①地震前的准备工作」、「②地震发生时的应对方法」、「③地震暂停后应该如何」。

### ① 地震前的准备工作

- 固定家具、房屋的抗震增强  
这样就能确保安全·放心的生活环境。



※防震、抗震用具在各大超市和用具商场（カーマ、コメリ、F1 マート、ビバホーム等）有售。

※关于租借的房子内租借的家具等在进行防震措施之前、请一定要先得到你的房东允许后再进行。以免造成不必要的麻烦。

- 确认紧急携带物



像左图一样，准备好食物、饮料、卫生纸中、打公用电话的零钱、银行卡、印章、护照、常服药、如果有学龄前儿童、请你准备好孩子的尿片、奶粉等。

现在请大家不要囤积购买上述物品。

- 确认避难所

大地震发生后、手机及其短信将无法正常使用。家庭成员大家商谈，并确认离家最近的避难所。



铃鹿避难所：请确认自己地区的避难所。

URL: [http://www.sifa.suzuka.mie.jp/news/pdfs\\_jp/57.pdf](http://www.sifa.suzuka.mie.jp/news/pdfs_jp/57.pdf)

- 远亲不如近邻

和周围的邻居成为相识、这样在遇到灾害时能够互相帮助。积极参与社区活动，以便促进邻里之间的交流。

## ② 地震发生时的应对方法

- 保持冷静并确保人生安全

在家中：由于地震家具会倒、物品会往下掉、所以请钻到结实的桌子下面直到地震暂停。

在电梯中：如果停电，电梯将会停止运行。这时请你按下所有楼面的按钮，这样电梯会在可以停靠的楼面停止。然后走楼梯下楼。

在超市或商场：用超市或商场的购物筐护住头部，并远离货物。等地震暂停后，按有关人员的指示从宽敞的地方去避难。

正在驾车时：停车时不要急刹车，要把车停在道路的左侧。离开车子时，要使发动机熄火但不要拔下钥匙，而且不要给车门上锁。然后步行避难。

在公司时：要保持冷静，根据相关人员的指示行动。

## ③ 地震暂停时

- 打开电视机和收音机

如果有海啸警告，离海岸近的人应立即往高处避难

- 房屋受损并有倒塌迹象时，请到最近的避难所避难。

离家时请切断电源总开关和煤气总阀。

※如果无法得到任何地震相关信息时、请与周围的日本居民采取相同的：

- 如何和分居异地的亲朋取得联系

分居异地的家人和朋友联系时，对于无法取得联系的人，请使用 NTT 的灾害专用留言电话。

① 录音方式：1 7 1 →1→对方电话号码→留言

② 听取留言：1 7 1 →2→对方电话号码

- 不要轻信谣言，也不要发送无根据的短信

地震过后谣言的扩散会使人们陷入不安。

请大家从电视、广播电台、区政府机关的网页等获取正确的地震信息。



## 地震应对信息（地震发生后，网页不易链接。）

- ① 铃鹿市网页：<http://www.city.suzuka.lg.jp/safe/jishin/index.html>

有很多地震相关的信息。

- ② SUZUKA VOICE FM (78.3MHz)

灾害时、将会播放由铃鹿市区政府提供的相关信息。（日语）

- ③ 三重防灾：<http://www.bousaimie.jp/mie/index.html>

由短信方式、提供灾害情报。（只有日语版）

- ④ 三重县国际室：<http://www.pref.mie.lg.jp/kokusai/hp/>

日本政府和三重县的地震相关信息。

- ⑤ NHK WORLD：<http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/english/radio/program/16lang.html>

共有 16 个国家的语言。

铃鹿市区政府网页提供各种日常相关信息

铃鹿市区政府网页 <http://www.city.suzuka.lg.jp/>

<联络方式：市民对话课 ☎059-382-9058 ✉shimintaiwa@city.suzuka.lg.jp>



编辑·发行

财团法人铃鹿国际交流协会

Suzuka International Friendship Association

〒513-0801 铃鹿市神户一丁目 18 番 18 号

TEL 059-383-0724 FAX 059-383-0639

<http://www.sifa.suzuka.mie.jp>

E-mail:sifa@mecha.ne.jp

