

## 防灾 (地震、水灾) 방재 (지진, 수해)

日本是世界上屈指可数的地震多发地区。在阪神和淡路大地震、东日本大震灾以及熊本地震等中受到重创。包括东京的关东地方和东海地方等据说也可能在最近的将来发生大规模地震，因此平时的准备至关重要。

近年来，因地球温暖化和城市热岛现象等，短时间内区域性大暴雨的情况增多。区域性大暴雨的雨水会流入地下室或导致下水道泛滥等，在短时间内一定范围的区域受灾，引发城市型水灾。

### 咨询处：

防灾课防灾担当（中央区政府）

电话：3546-5288

### 地震

#### ●防备地震

- 在墙上等安装固定家具的器具，防止衣柜、碗橱、冰箱、书架等大件家具翻倒。对窗户和窗框采取防止玻璃破碎飞溅的措施。
- 最少准备每人每天3升×人数×3天左右的水。
- 将紧急食品、收音机、手电筒、电池、毛巾、毯子、慢性病药物等必备物品归置在一起。护照和在留卡的复印件也应一起保管。
- 洗手间可能不再能使用，所以备有“简易洗手间”等。
- 家人之间应在平时就商量好发生地震等灾害时的避难场所和相互联系方法等。

#### ●发生地震时

##### ○在繁华街道、学校等人多的地方时

- 不要慌忙向出口、楼梯跑去。
- 电梯可能会因停电停止使用，请不要乘坐电梯。
- 在室内注意从顶棚等处掉落物品和玻璃。
- 在室外注意建筑物的碎玻璃片和外墙、招牌的掉落，并用皮包等保护头部，在牢固结实的大楼内暂时躲避。

##### ○在家里时

- 钻到书桌、饭桌等下面，防止橱柜翻倒砸到身上。
- 关掉煤气、火炉等的火。
- 打开门、窗，确保避难路径。
- 请穿上鞋子等，以防被碎玻璃等扎伤。
- 注意掉落物品等，不要慌张向外跑。
- 大地震后会发生余震，要充分注意。

日本是世界上屈指可数的地震多发地区。在阪神和淡路大地震、东日本大震灾以及熊本地震等中受到重创。包括东京的关东地方和东海地方等据说也可能在最近的将来发生大规模地震，因此平时的准备至关重要。

近年来，因地球温暖化和城市热岛现象等，短时间内区域性大暴雨的情况增多。区域性大暴雨的雨水会流入地下室或导致下水道泛滥等，在短时间内一定范围的区域受灾，引发城市型水灾。

### 문의:

방재과 방재 담당 (쥬오 구청)

전화: 3546-5288

### 지진

#### ●지진에 대비하여

- 장롱이나 찬장, 냉장고, 책장 등 큰 가구는 벽 등에 전도 방지 기구로 설치하여 고정한다. 또한 창문이나 새시에는 유리 비산 방지 대책을 마련한다.
- 물은 최소한 1명당 1일 3리터×인원수×3일분 정도를 준비한다.
- 비상 식량, 라디오, 손전등, 전지, 수건, 담요, 지병약 등 필요하다고 생각되는 것을 정리해 둔다. 그때 여권과 체류 카드 등의 사본도 보관해 둔다.
- 화장실을 사용할 수 없게 될 가능성이 있기 때문에, ‘간이 화장실’ 등을 준비한다.
- 평소에 가정에서 지진이 발생한 경우의 연락 방법과 대피 장소 등을 상의해 둔다.

#### ●지진이 일어나면

##### ○번화가와 학교 등 사람이 많은 장소에 있을 때

- 당황하여 출구나 계단으로 뛰어나가지 않는다.
- 엘리베이터는 정전으로 정지될 수 있으므로 사용하지 않는다.
- 실내에서는 천장에서 떨어지는 낙하물이나 유리에 주의한다.
- 실외에서는 건물의 유리 파편이나 외벽, 간판 등이 낙하할 수 있으므로 머리 위를 주의하며, 가방 등으로 머리를 보호하고 튼튼한 빌딩 안으로 일시적으로 대피한다.

##### ○집에 있을 때

- 책상이나 테이블 등의 아래로 들어가서 장롱의 전도 등으로부터 신체의 안전을 지킨다.
- 가스 기구나 난로 등의 불을 끈다.
- 문이나 창문을 열어 대피하기 위한 길을 확보한다.
- 깨진 유리 등으로 부상을 당하지 않도록 신발을 신는다.
- 낙하물 등이 있으므로 당황하여 밖으로 뛰어나가지 않는다.
- 큰 지진 이후에는 여진이 있으므로 주의한다.

○驾驶汽车时

- 感到地震后，应逐渐将车速减慢，将车停放在道路左侧边，不要妨碍巡逻车、消防车等紧急车辆的通行。
- 为了紧急时便于移动，请将汽车钥匙留在车上并不要锁门，步行避难。

○正在乘坐电车等时

- 请按照乘务员的指示行动，不要随意跑到车外。

○努力收集信息

- 利用收音机、电视机、中央区的官网或无线广播等收集正确的信息，冷静应对。
- ※预报有海啸等发生时，NHK 将通过综合电视 (011)、BS1 (101)、BS 高清 (103) 的各副音频及收音机第二电台 (频率 693)，以多语言 (英语、中文、韩语·朝鲜语、葡萄牙语) 进行紧急广播。

○防灾地图 APP

为了在发生灾害时引导居民和回家困难者等前往庇护所，正在提供介绍设施开设状况和路径的 APP。(应对语言：日语、英语、汉语、韩语)  
可从以下二维码下载。

<iOS、Android 通用>



○NTT 灾害留言电话

发生大的灾害时，电话等线路混杂，难以接通。NTT 提供将受灾地电话号码 (座机) 作为邮箱的留言系统，可用语音邮件确认受灾地区的亲属是否平安。拨打没有区号的“171”后，一个短信可录音 30 秒钟，可以从日本全国各处用电话 (包括手机等) 进行录音、播放。  
※系统开始提供服务的时间将通过电视、收音机、互联网等通知。

●灾害留言板 (手机)

发生震度 5.5 ~ 6.0 以上的地震等大灾害时，各手机企业将通过信息媒体和互联网上分别开设专用的“灾害留言板”。该系统的使用者可在留言板上登记安全与否的信息，让家人和亲戚等进行确认。(其他公司的机型和电脑上也可确认。)

○자동차를 운전하고 있을 때

- 지진을 느끼면 서서히 속도를 줄이고, 경찰차, 소방차 등의 긴급 차량 통행에 방해되지 않도록 도로 왼쪽 끝에 세운다.
- 긴급 시에 이동이 가능하도록 자동차의 키는 꽂아둔 채 문을 잠그지 말고 걸어서 대피한다.

○전철 등을 타고 있을 때

- 승무원의 지시에 따라 행동하고 함부로 차 밖으로 나가지 않는다.

○정보 수집에 노력한다

- 라디오, TV의 정보, 유튜브의 홈페이지나 무선 방송 등으로 정확한 정보를 수집하여 냉정하게 대처한다.
- ※NHK에서는 해일 발생이 예상되는 경우, 종합 TV (011), BS1 (101), BS 프리미엄 (103)의 각 부음성과 라디오 제2방송 (주파수 693)을 통해 긴급 다언어 방송 (영어, 중국어, 한국·조선어, 포르투갈어)을 실시합니다.

○방재지도 앱

자연재해가 일어났을 때에는 지역주민과 귀가하지 못하는 사람들을 피난 장소로 유도하기 위해 시설의 개설 상황과 경로를 안내하는 앱을 제공하고 있습니다. (대응 언어 일본어·영어·중국어·한국어)  
다음 2차원 코드로 다운로드 할 수 있습니다.

<iOS, Android 공통>



○NTT 재해 전언 다이얼

큰 재해가 발생하면 전화가 혼선되어 연결되기 어려워집니다. NTT를 통해 재해 시에 피해 지역의 전화 번호 (고정 전화)를 메일 박스로 한 보이스 메일을 통한 전언 시스템이 제공되어 피해 지역의 가족 안부를 확인할 수 있습니다. 국번 없이 '171'에 전화하면 1개 메시지에 30초까지 녹음할 수 있고, 일본 전국 어디서나 전화 (휴대 전화 등 포함)로 녹음과 재생을 할 수 있습니다.  
※시스템 제공 개시는 TV, 라디오, 인터넷 등에서 안내해 드립니다.

●재해용 전언판 (휴대 전화)

진도 6약 이상 지진 등의 큰 재해가 발생한 경우, 휴대 전화 각사는 각각의 전용 콘텐츠나 인터넷상의 '재해용 전언판'을 개설합니다. 이용자가 안부를 전언판에 등록하여 그것을 가족이나 친척 등이 확인할 수 있는 시스템입니다 (다른 회사의 기종이나 PC에서도 확인할 수 있습니다).

1

2

3

4

5

6

●避难所等的种类

指定避难所

因存在灾害的危险性，区政府指定了停留设施，让住民等在灾害危险性完全消除前停留必要的时间，或让因受灾无法回家住民等临时性停留。

○中央区的指定避难所

①防灾据点（避难所）(23处)

发生大地震等大灾害时，让因无法在自家生活的人等生活一定期间的设施。

②附属据点（6处）

避难者较多，防灾据点无法全部收容时，将在周边的公共设施开设附属据点（主要为住宿的场所）。

③福祉庇护所（一旦制度完善就依次开设：17处）

针对难以在防灾据点进行避难生活，需要看护的高龄者及残疾人士，开设福利庇护所。

指定紧急避难场所

发生灾害或有可能发生时，区政府根据洪水、海啸等不同种类灾害指定了设施和场所，方便市民避开危险。

○中央区的指定紧急避难场所

①地震：防灾据点（避难所）23处、晴海温馨广场

②大规模火灾：广域避难场所（晓公园一带、晴海地区、新川双楼地区、佃 RIVER CITY 地区）4处

※广域避难场所（4处）由东京都指定，是在大地震等中发生大火灾，并且火灾扩大时的避难场所。

③洪水·浸水·高潮：防灾据点（避难所）23处、中央区政府、日本桥区民中心、月岛区民中心、晴海温馨广场

④海啸：佃岛小学、月岛第一小学、月岛第二小学、丰海小学、佃中学、月岛区民中心

发送英文版防灾相关手册等

○中央区地区防灾计划概要版

将中央区地区防灾计划中，区民和企业应了解的重要部分改编成明确易懂的英文概要版手册，并由危机管理课派发。

○高层住宅防灾措施 DVD

“有备无患！高层公寓防灾～在地震灾害时也可继续居住的高层住宅～”

这是为了在地震灾害时能在高层住宅内继续生活，总结了各个家庭及管理组合准备而录制的 DVD，可提供英文字幕版的出租。

●대피소 등의 종류

지정 대피소

재해의 위험성이 있어 대피한 주민 등을 재해의 위험성이 없어질 때까지 필요한 기간 동안 체류시키거나 또는 재해로 인해 집으로 돌아갈 수 없게 된 주민 등을 일시적으로 체류시키기 위한 시설을 지정하고 있습니다.

○츄오구의 지정 대피소

①방재 거점 (대피소) (23곳)

대지진 등의 큰 재해가 발생했을 때 자택에서 생활할 수 없게 된 분 등이 일정 기간 생활하기 위한 시설입니다.

②부거점 (6곳)

대피자가 많아져 방재 거점에 수용할 수 없게 된 경우는 주변의 공공 시설에 부거점 (주로 숙박하는 장소)을 개설합니다.

③복지 피난소 (준비가 되는대로 순차적으로 개설 : 17개소)

방재 거점에서 대피 생활하기 어려운 요개호 고령자나 장애가 있는 분 등을 대상으로 복지 대피소를 개설합니다.

지정 긴급 대피 장소

재해가 발생하거나 발생할 우려가 있는 경우에 그 위험에서 벗어나기 위한 대피 장소로 홍수나 해일 등의 재해 종류별로 시설이나 장소를 지정하고 있습니다.

○츄오구의 지정 긴급 대피 장소

①지진: 방재 거점 (대피소) 23곳, 핫도 플라자 하루미

②대규모의 화재: 광역 대피 장소 (아카쓰키 공원 일대, 하루미 지구, 신가와 트윈 빌딩 지구, 쓰쿠다 리버 시티 지구) 4곳

※광역 대피 장소 (4곳)는 대지진 등으로 인해 확대 번짐 화재가 발생했을 때 대피하는 장소로, 도쿄도가 지정합니다.

③홍수·침수·고조(해수면 최대 상승): 방재 거점 (대피소) 23곳, 츄오구청, 니혼바시 구민 센터, 쓰키시마 구민 센터, 핫도 플라자 하루미

④해일: 쓰쿠다 초등학교, 쓰키시마 제1초등학교, 쓰키시마 제2초등학교, 도요미 초등학교, 쓰쿠다 중학교, 쓰키시마 구민 센터

영어판 방재 관련 책자 배포 등

○츄오구 지역 방재 계획 개요판

츄오구 지역 방재 계획 중 구민 및 사업소 여러분이 알아두어야 할 중요한 부분을 알기 쉽게 기술한 영어 버전의 개요판 책자를 위기관리과에서 배포하고 있습니다.

○고층 주택 방재 대책 DVD

‘대비하면 안심! 맨션 방재 ~지진 재해 시에도 계속 거주할 수 있는 고층 주택~’

지진 발생 시에 고층 주택 내에서 지속적으로 생활할 수 있도록 각 가정 및 관리 조합의 대비책 등을 정리하여 영상화한 DVD로, 영어 자막판도 대여하고 있습니다.



<p><b>范例 범례</b></p> <p><b>指定避难所 지정 대피소</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● 防灾据点 (避难所) 방재 거점 (대피소)</li> <li>○ 附属据点 부거점</li> <li>◎ 福利避难所等 복지 대피소 등</li> </ul> <p><b>指定紧急避难场所 지정 긴급 대피 장소</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ 地震 지진             <ul style="list-style-type: none"> <li>· 防灾据点 (避难所) 방재 거점 (대피소)</li> <li>· Hot Plaza 晴海</li> <li>· 핫토 플라자 하루미</li> </ul> </li> <li>○ 大规模火灾 대규모 화재</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>■ 广域避难场所 광역 대피 장소</li> <li>○ 洪水·浸水·高潮 홍수·침수·고조 (해수면 최대 상승)</li> <li>○ 防灾据点 (避难所) 방재 거점 (대피소)</li> <li>· Hot Plaza 晴海</li> <li>· 핫토 플라자 하루미</li> <li>· 中央区政府</li> <li>· 추오 구청</li> <li>· 日本桥区民中心</li> <li>· 니혼바시 구민 센터</li> <li>· 月岛区民中心</li> <li>· 쓰키시마 구민 센터</li> <li>○ 海啸 해일</li> <li>· 佃岛小学</li> <li>· 쓰쿠다지마 초등학교</li> <li>· 月岛第一小学</li> <li>· 쓰키시마 제1초등학교</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 月岛第二小学</li> <li>· 쓰키시마 제2초등학교</li> <li>· 丰海小学</li> <li>· 도요미 초등학교</li> <li>· 佃中学</li> <li>· 쓰쿠다 중학교</li> <li>· 月岛区民中心</li> <li>· 쓰키시마 구민 센터</li> </ul>	<p><b>广域避难场所 광역 대피 장소</b></p> <p><b>晓公园一带 아카쓰키 공원 일대</b></p> <p>筑地 4-8 ~ 16, 筑地 6-1 ~ 19, 21 ~ 26, 筑地 7, 쓰키지 4-8-16, 6-1-19, 6-21-26, 쓰키지 7</p> <p><b>新川双子大厦地区 신카와 트윈 빌딩 지구</b></p> <p>新川 신카와</p> <p><b>佃河岸城市地区 쓰쿠다 리버 시티 지구</b></p> <p>入船、湊、佃 이리후네, 미나토, 쓰쿠다</p> <p><b>晴海地区 하루미 지구</b></p> <p>月岛、胜哄、丰海町、晴海 쓰키시마, 가치도키, 도요미초, 하루미</p>
---	---	---	---

