

宇部市防災指南手册

确认您居住地方的危险程度！ P2

什么时候去避难呢？ P3

大雨、台风时 P4

地震、海啸时 P8

平时就做好准备！ P10

获取信息！ P11

灾害是无从知晓何时、何地会发生。请把“自己的生命由自己保护”放在首位，做好防灾准备。

多语言指向板

请把自己想表达的意思指给对方看。

① ^た食べられないものがあります ① I cannot eat certain food(s). ② 有不能吃的东西 ③ Có một số món tôi không thể ăn được. ④ Ada jenis makanan yang tidak dapat dimakan. ⑤ May mga pagkain akong hindi nakakain. 	② ^{なが あいだ も}長い間 ^{びょうき}持っている 病気が あります ① I have a chronic illness. ② 您患有慢性疾病吗 ③ Tôi có bệnh mãn tính. ④ Ada penyakit kronis. ⑤ May sakit akong matagal nang dinaramdam. 
③ ^{からだ ちょうし わる}体の 調子が 悪いです ① I am not well. ② 身体不适 ③ Tôi thấy trong người không khỏe. ④ Saya tidak enak badan. ⑤ Hindi maganda ang pakiramdam ko. 	④ ^{しょうがい}障害が あります ① I have a disability. ② 残障人士 ③ Tôi bị khuyết tật. ④ Saya penyandang cacat. ⑤ May kapansanan ako. 
⑤ ^{けいたいでんわ じゅうでん}携帯電話を 充電したいです ① I would like to charge my mobile phone. ② 想给 手机充电 ③ Tôi muốn sạc điện thoại di động. ④ Saya mau mengecharge HP saya. ⑤ Gusto ko sanang i-charge ang aking mobile phone. 	⑥ ^{つか}Wi-Fi を 使いたいです ① I would like to use Wi-Fi. ② 想使用 Wi-Fi ③ Tôi muốn sử dụng mạng Wi-Fi. ④ Saya ingin memakai Wi-fi. ⑤ Gusto ko sanang gumamit ng Wi-Fi. 
⑦ ^{かぞく れんらく}家族に 連絡したいです ① I would like to contact my family. ② 想跟家里人联系 ③ Tôi muốn liên lạc với gia đình. ④ Saya mau menghubungi keluarga saya. ⑤ Gusto ko sanang kontakin ang aking pamilya. 	⑧ ^ほ○○○○が 欲しいです ① I want ○○○○. ② 需要○○○ ③ Tôi muốn/ cần○○○ ④ Saya mau dapat ○○○○ ⑤ Gusto ko ng ○○○○. 

如何查看灾害风险预测地图

宇部市灾害
风险预测地图

详情扫描
此处▶



**宇部市指定
緊急避難場所**

**也请确认指定
紧急避难场所**

详情扫描
此处▶



**确定好安全的
避难路线和避难处。**

请参考厚东川洪水灾害风险预测地图!

- 1 确认您家、职场等自己的生活圈是否“有涂色”。
- 2 参考地图上的范例，确认预计受害情况。

确认您家等处的危险程度

范例 (查看地图方法)

设施注释

标记	名称
	指定紧急避难场所
	消防
	警察
	水位观测所
	雨量观测所
	水坝警报局
	排水系统
	地下通道

■ 预计浸水区域图

浸水深度与状况

10m~

5.0m~10m
2楼浸水

3.0~5.0m
2楼地面~天花板

0.5~3.0m
1楼地面~2楼地面

0.5m
至1楼地面

避难行动

需要尽早避难的区域

- 到不会浸水的地方避难
- 如洪水已开始泛滥等，请到附近安全的地方

- 到原则上不会浸水的地方避难
- 如周围环境危险，请在室内安全的地方等待

地图注释

	铁路
	高速公路
	主要道路
	市分界
	水面

预计房屋倒塌等 洪水泛滥区域

洪水期间，预计会发生严重的河流泛滥和河岸侵蚀而导致房屋倒塌或被冲走的区域。

需要尽早避难的区域

■ 泥石流警戒区域、特别警戒区域

陡坡崩塌（悬崖崩塌）

土石流

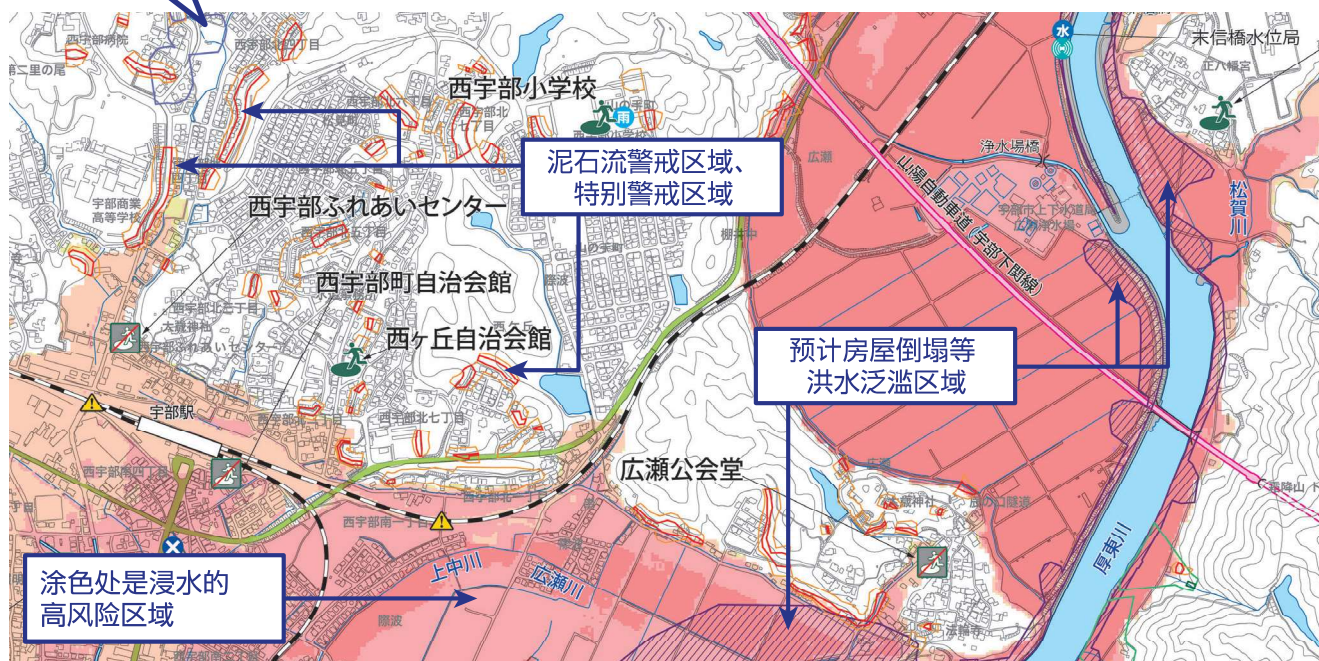
滑坡

特别警戒区域（红色区域）

警戒区域（黄色区域）

特别警戒区域（红色区域）

警戒区域（黄色区域）



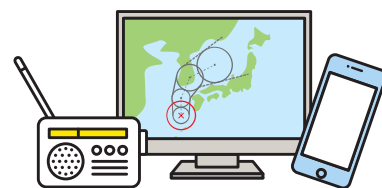
什么时候去避难呢？

根据灾害类型，避难时间有所不同。



**避难信息发布后务必撤离
危险处前去避难！**

如预计有大雨或台风临近时，请在电视或互联网上等查询气象信息。



查询气象信息！

警戒等级	避难信息	应采取的行动
5 灾害发生或逼近	紧急安全措施 (市发布)	为了生命安全采取最妥善的行动 如您尚未去避难，请到家中安全的地方 (2楼等)
在达到警戒等级4之前，务必撤离危险处前去避难		
4 灾害风险高	避难指示 (市发布)	立即到安全的地方 避难
3 有灾害风险	老年人等进行 避难 (市发布)	避难需花时间的人 老年人等 和其协助人员开始避难



洪水

洪水是指由于大雨等导致河流水位异常上升，堤坝决塌或河水越过堤坝造成泛滥的水患。



确认您居住的地方是否会因河水泛滥而浸水

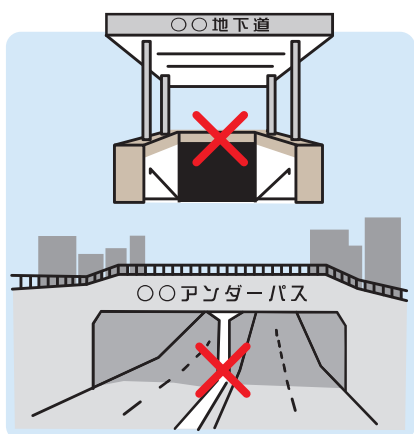


开始下雨时请注意气象信息和避难信息，做好随时去避难的准备



如您在**预计房屋倒塌等洪水泛滥区域**，请尽快撤离

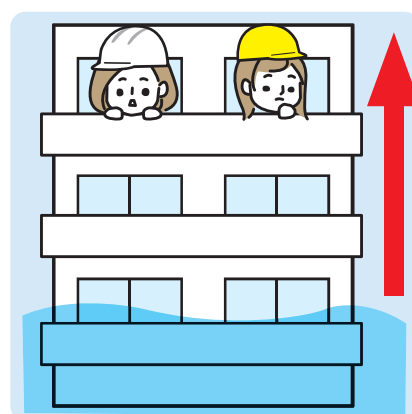
※洪水泛滥时有房屋倒塌、被冲走风险的地区



地下道、地下通道等无法通行



远离河流和排水沟

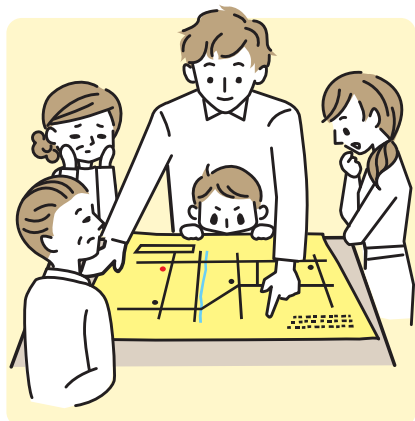


夜间和浸水后的避难会很危险
请逃离至楼房的高层



泥石流

泥石流是指因大雨或地震，导致山坡或悬崖塌方，山和河底的泥沙夹杂着雨水流走，造成建筑物被压垮。



确认您居住的地方是否是
泥石流警戒区域※

※有泥石流风险的区域



开始下雨时请注意气象信息
和避难信息，做好随时
去避难的准备



在**泥石流警戒区域**及其周
边的人，尽早到安全的地
方避难



如您在**泥石流警戒区域**及
附近时发布了避难信息，
请立即避难



如外出危险时，尽可能到
远离山（坡）的高处房间
避难

小知识

泥石流前兆

滑坡

- 井水变浑浊
- 地面上出现裂缝和凹凸

土石流

- 河水变浑浊，倒下的树木顺水漂流
- 雨不停地下，但河水却减少

悬崖塌方

- 从悬崖处突然有水喷涌
- 小石子啪嗒啪嗒从悬崖上掉下来



暴潮

暴潮是由于台风等导致海平面异常上升的现象。

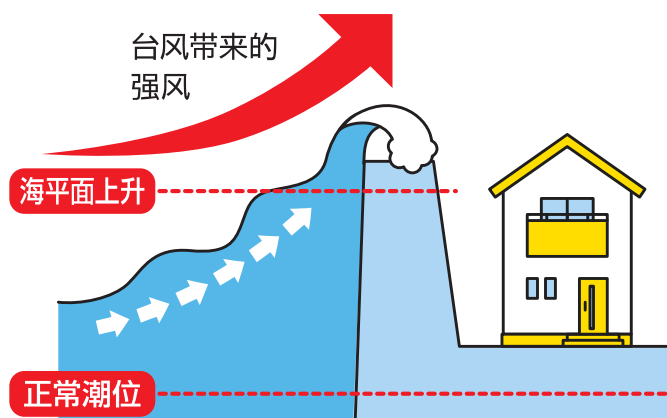
本市历史上最大的自然灾害是暴潮！！

宇部市经历了1942年的周防滩台风和1999年的18号台风导致的暴潮等，当时遭受了严重破坏。

暴潮是如何发生的

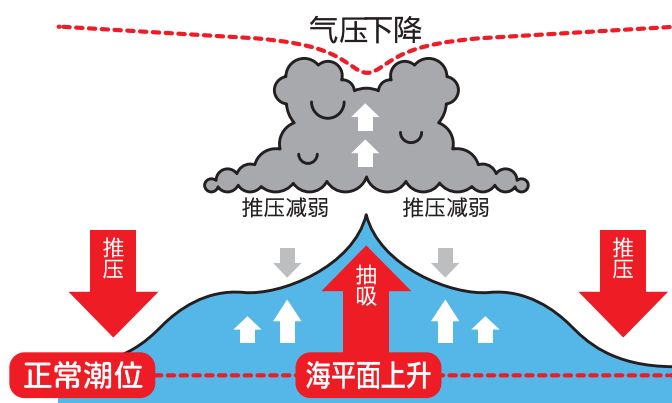
风吹效应

强风沿着海面划过而产生海浪，水位上升，冲入陆地。



抽吸效应

由于台风的中心气压低于周边地区，周边地区的大气会推压海面，中心附近的大气会起到抽吸海面的作用。其结果，造成台风中心附近的海平面上升。

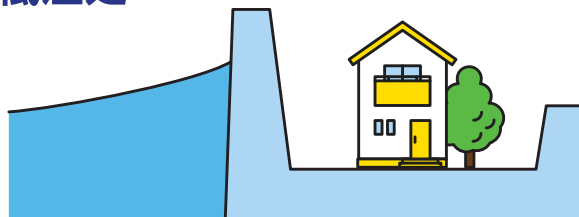


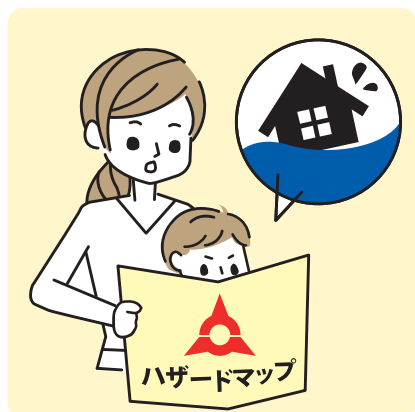
易受暴潮破坏的地方

河口周围



低洼处





确认您居住的地方是否会因暴雨浸水



台风发生时，务必获取最新的气象信息



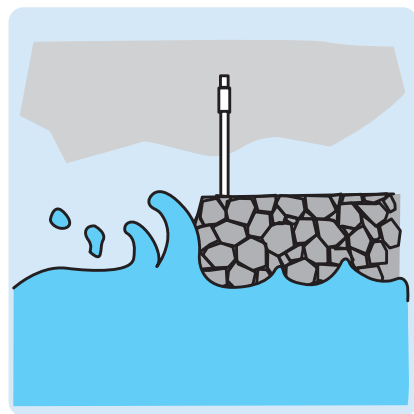
台风临近时不要外出



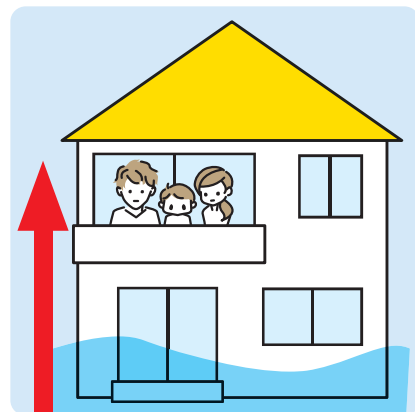
在风雨变大之前，将室外的盆栽、晾衣杆等可能会被吹飞的物品移到室内



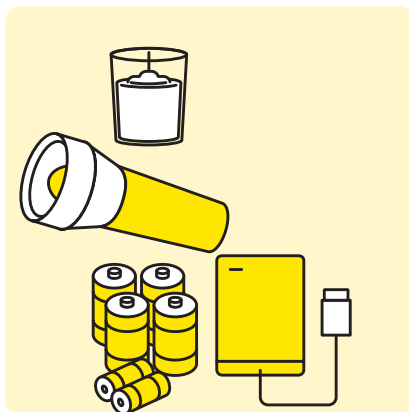
如去避难，请在风雨变大之前行动



远离海边和河流



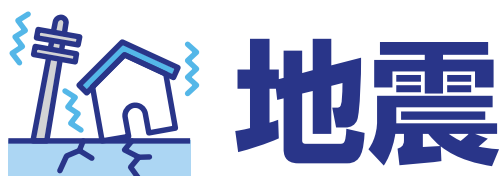
如已无时间逃生，请逃到楼房的高层



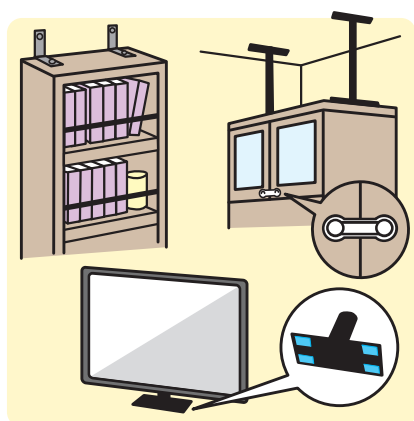
做好准备以防停电

准备好!

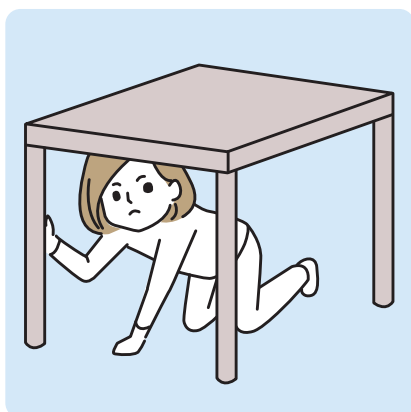
- ☐ 手电筒
- ☐ 干电池
- ☐ 充电宝
- ☐ 其他家庭必需品



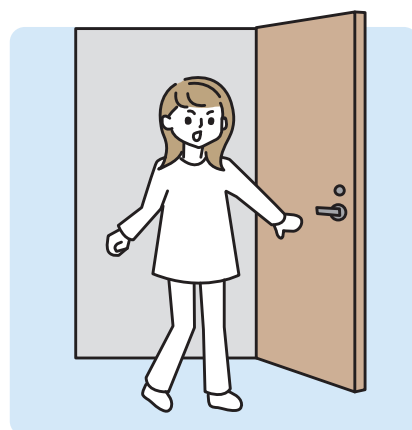
地震发生得很突然。如果收到紧急地震速报，或感觉到大的摇晃，请保护头部免受坠落物的伤害。当摇晃停止后，请确认周围的安全，确保出口。



平时就固定好家具家电
安装防坠落、防倾倒等的
装置



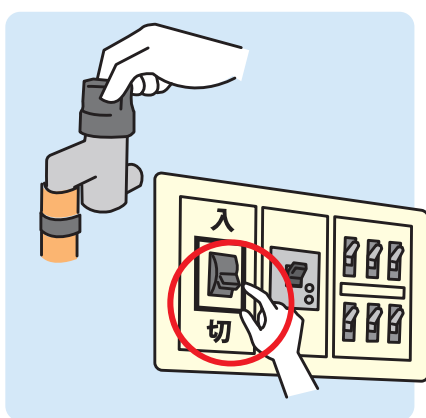
感觉到摇晃时，请降低姿
势，保护头部，在摇晃停
止前不要动



打开门并确保避难路线



如有起火,请进行初期灭火



撤离您家去避难之前,关闭
火源、煤气总开关、关掉电闸

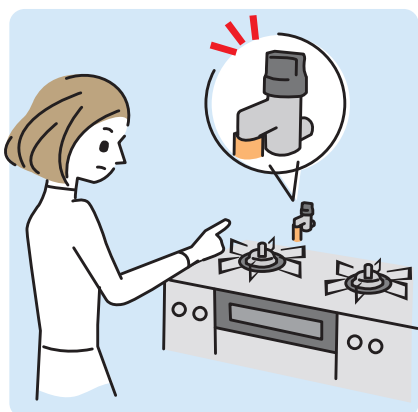


避难时务必穿上鞋(不要
穿凉鞋等)



海啸

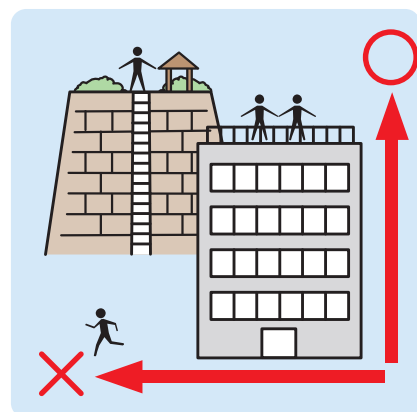
发生地震时，会造成海水移动，有可能引起海啸。
如发生海啸，即使摇晃很小，也请立即到高处或前往指定紧急避难场所避难。



冷静关火，关上煤气总开关



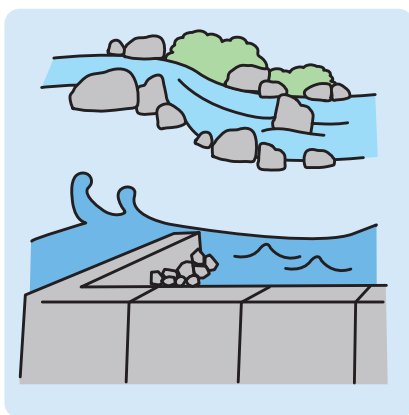
如发布了海啸注意警报、海啸警报，请立即到高处避难



徒步到稍高处避难，而不是远处



原则上**徒步**逃生



千万要远离海边和河流



海啸注意警报、海啸警报解除前，千万不要返回

平时就做好准备!

紧急携带物品

紧急携带物品是避难时所需的最低限度的物品。各自考虑自己必需的物品并准备好很重要。把携带物品装入背包等，放在门口附近或卧室等处，出门时可以随手拿到。



范例



水



手电筒



护照、在留卡



食品

(不需加热即可食用的食品)



卫生用品

(餐巾纸、消毒液、口罩等)



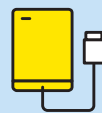
保险证、
老病的药、常用药



尿不湿、
生理用品等



防寒用具
(毯子等)



手机的预备
电池

MEMO

(写下您认为需要的物品)

备在家里的物品

每个家庭的环境各不相同，所以请结合紧急携带物品，考虑并准备好需要的物品。

MEMO

(写下您认为需要的物品)

范例



水



食品

(速食食品、罐头、方便面等)



干电池



食品保鲜膜



头盔



白线手套



便携式马桶



垃圾袋、大塑料袋



卡式炉、气罐



小知识

重要物品

纸质的证书和证明、印章和重要的照片等放入带拉链的塑料包里，同时能防水。

如您无法自行避难，请咨询灾害时避难支援制度

针对老年人和残疾人等在发生灾害时，由于某些原因需要协助时，可以利用《宇部市灾害时避难支援制度》。

咨询处：地域福祉课 (TEL: 0836-34-8325 FAX: 0836-22-6026)



宇部市发送



宇部市官网

宇部市

搜索



宇部市防灾电子邮件 (宇部电子邮件服务)

您可以通过电子邮件接收避难指示和向宇部市发布的警报等防灾信息。



注册方式 请向注册、变更用的地址发送电子邮件，根据回复的注册用邮件内容进行注册。注册、变更用地址 ube@xpressmail.jp



紧急速报短信 (区域邮件)

避难指示、紧急地震速报和弹道导弹信息等可以通过手机运营商，在手机和智能手机上接收。(无需事先注册)



宇部市LINE官方网站

避难指示等防灾信息可以在LINE接收。



Facebook

账号名 “宇部市防灾危机管理课”



“Ube City” (支持简单日语)



X (原Twitter)

账号名 “@ube_bousai” (宇部市防灾危机管理课)



Instagram

账号名 “@internationalube”



防灾用室外扬声器 (日语)

报道机构、互联网等

NHK World JAPAN
《多语言网站 日本生活与
防灾》



观光厅 面向外国人
游客提供灾害时信息的
APP “Safety tips”

iPhone



Android



互联网灾害留言板
(Web171)



是通过互联网，确认灾区人员安全与否的留言板。支持日语、英语、中文、韩语。

出入境在留管理厅
《外国人生活支援门户网站》



气象厅 多语言网站



电视

按遥控的“d键”，即会显示灾害信息。



宇部市外国人综合咨询窗口

提供20种语言的咨询，包括简单日语。

0836-34-8136 (平日8:30~17:15)

如您无法沟通时...

多语言语音翻译APP
“Voice Tra®”

iPhone



Android



可以听取语音、翻译并发声，支持英语、中文、越南语等31种语言 (包括方言)。

防灾MEMO

灾害不一定会发生在您和家人一起的时候。填好防灾MEMO后，请复印或各自用手机拍照并保存。

我住在 _____ 地区。

_____ 交流中心的电话： _____

避难场所、集合地点

灾害类型	避难场所 (第1选择)	避难场所 (第2选择)	集合地点、联系方式 (若无法在避难场所见面时)
洪水			
泥石流			
暴潮			
地震			
海啸			

家人、能提供帮助的亲戚或熟人的联系方式

姓名	血型	电话	邮件地址	MEMO

即使在受灾地区内电话难以接通，但也会有容易接通到非受灾地区的时候。事先决定好远方的亲戚和熟人作为联系人，紧急情况时可以传达信息也是一个有效的方法。

消防、急救

1 1 9

警察

1 1 0



一般財団法人

自治体国際化協会

〈发行〉宇部市観光交流課 〈监修〉宇部市防災危機管理課

邮编755-8601 山口县宇部市常盤町一丁目7番1号

TEL: 0836-34-8136 FAX: 0836-22-6083 Email: kokusai@city.ube.yamaguchi.jp

〈制作版本〉简单日语、英语、中文、越南语、菲律宾语、印尼语

※本手册的制作费用出自（一财）自治体国际化协会的资助金。