

やさしい にほんご 日本語で か 書かれています

じしん 地震 つなみ や津波から

いのち 命 まも を守りましょう

# 命を守りましょう



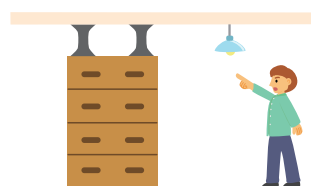
## じゅんぶ 準備しましょう Preparedness

check かぞく 家族や ともだち 友達と はな 話しましょう



- ・地震が起きたとき どうやって れんらく 連絡しますか。
- ・家族や友達と どこで 会いますか。

check いえ 家の中は あんぜん 安全ですか



- ・背が高い 棚などは 動かないように します。
- ・高いところに 何も置きません。

check げんさい 減災マップや いちかわし 市川市の ほーむ ホームページを み 見ます



おおあめ 大雨の とき 時は こちら こちら



- ・危ないところや 逃げる場所を かくにん 確認しましょう。

check すまほ スマホに い アプリ(Apps)を い 入れましょう



### Safety tips

じしん 地震、つなみ 津波などの にゅーす ニュースを み 見ることができます。



### VoiceTra

がいこくご 外国語を にほんご 日本語に し します。



### NHK WORLD-JAPAN

NHKの にゅーす ニュースを がいこくご 外国語で み 見ることができます。



check ひじょう 非常持ち出し袋(逃げる時、も 持って い 行きます)をつく つく 作ります

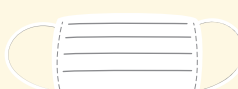
check みず 水・た 食べ物 3 3日分



check かいちゆう 懐中電灯・でんち 電池



check ますく マスク



check せいり 生理用品



check かね お金



check ばん ばんそうこう・しょうどく 消毒液



check まい マイナンバーカード

ざいりゅう 在留カードの こびー コピー



check みる ミルク・にゅう 離乳食・おやつ おやつ



check けいたい 携帯トイレ



check じゅう 充電器



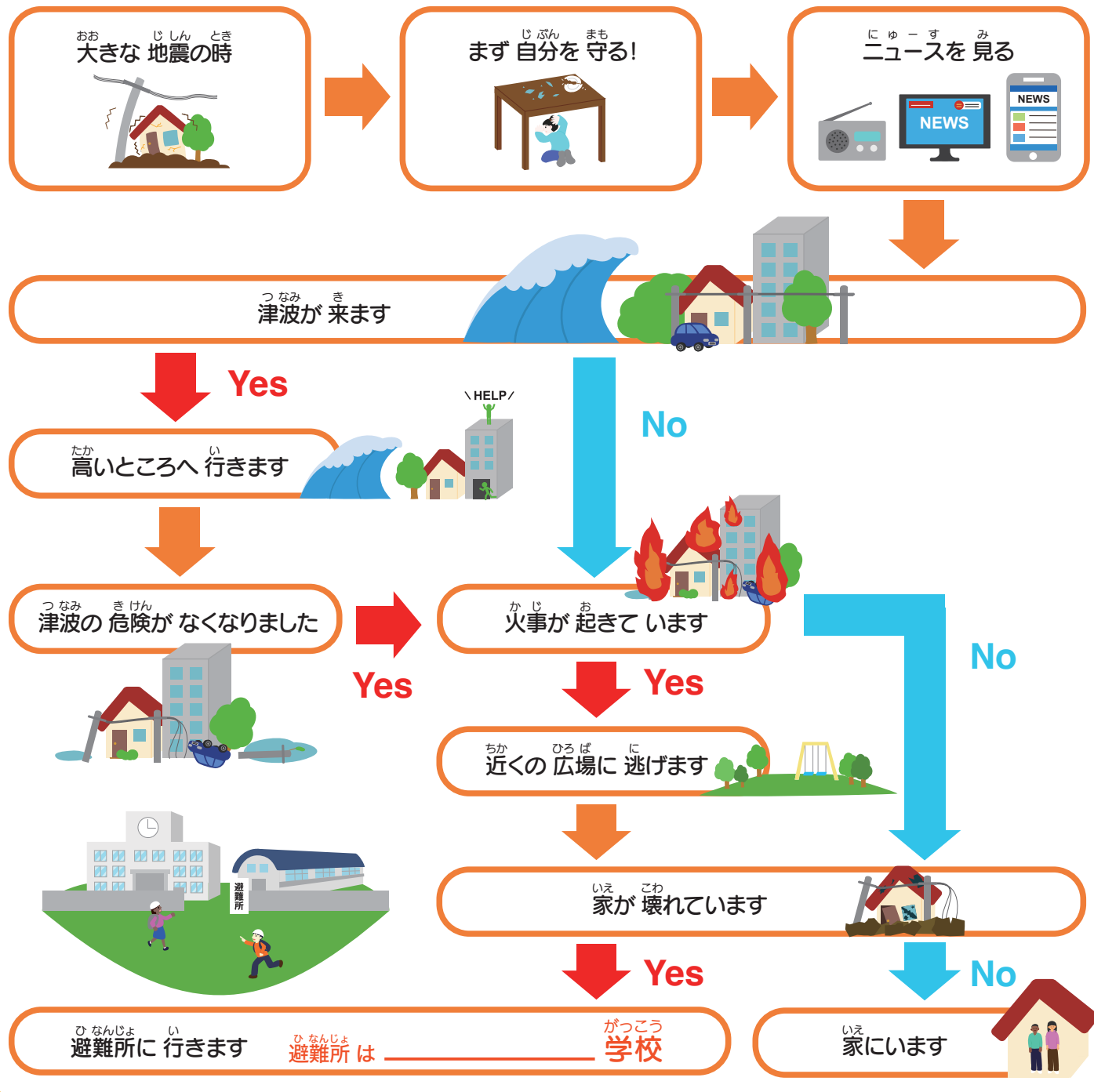
check へる ヘルメット



check いづ いつもの薬



# おお じしん おお とき 大きい地震が起きた時 In case of a natural disaster



# いのち まも じょうほう 命を守る情報 Life-saving information

「助けてください!!」のとき、電話します

119

しょうぼう  
消防  
かじ びょうき  
(火事・病気・けが)

110

けいさつ  
警察  
じけん じこ  
(事件・事故)

いちかわし さいがい ぼーたる さいと  
市川市 災害ポータルサイト