

为地震做准备



京都市防灾门户网站

支持多种外语

可了解许多与防灾相关的信息。

- 指定避难所等的开放情况
- 交通信息等

<https://www.bousai.city.kyoto.lg.jp>

如何选择语言

电脑



智能手机



避难流程

地震发生前

事前准备

- 在背面地图中确认自己住所的位置。
- 确认避难场所及应采取的行动。
- 准备好必要的物品等。



地震发生时

收到紧急地震速报

紧急地震速报

- 在大的震动即将来临前，会收到相关信息。
- 可通过电视或广播了解相关情况。



震动停止前

室内

保护好自身安全

- 躲到牢固的桌子下。
- 小心倾倒的家具和坠落物。



室外

- 勿靠近砖墙体，自动贩卖机或大楼附近。
- 乘坐列车和巴士时，牢牢抓好吊环或扶手。
- 驾车时，打开危险警示灯，缓慢停车，避免急刹车。



约5分钟

若震动停止

为避免发生火灾

- 熄灭烹饪器具和取暖设备等明火。
- 若已起火
- 用灭火器等灭火。
大声呼喊告知邻里，并拨打119。



避难准备

- 确保出口。

若被困室内

大声呼喊，敲打身边物品，发出声响通知外界。

- 准备紧急避难物品。
- 为避免发生火灾，请务必关闭电源总闸。
- 将写有前往场所的便条放置于大门附近醒目处。



约5~10分钟

开始避难

避难的基本流程：

住所 ▶ 地区的集会所 ▶ 指定避难所

※有火灾风险时，请先前往广域避难所临时避难。

地区的集会所

为确认邻里安全与否以及周边受灾状况，进行灭火，避难引导等灾害处理用的集会所。

关于您居住地区的集会所，请咨询附近的消防局。

注意事项

- 徒步出行，行李尽量少带。
- 选择宽敞的道路，勿靠近砖墙体，门柱或其他有倒塌危险的物体。



抵达地区的集会所后

- 确认周边的受灾情况和人员是否平安。

若有需要救助的人

与地区的人们共同灭火或紧急救护。
救援困难时，向消防队和警察求援。



约10分钟~

抵达指定避难所

- 在避难人员名册上登记。
 - 如遇到困难，请联系现场工作人员。
- ※指定避难所由当地居民共同运营。



外部救援抵达前

- 生活必需品请尽量使用紧急避难物品等储备品。
- 不要进入倒塌的房屋。
- 关注权威发布，注意余震。



避难的场所



指定避难所

可以长时间停留直至灾害结束，及供因灾害无法回家时暂时生活的设施。



广域避难所

用于逃离火灾危险的避难场所。



应去哪个指定避难所？



原则上是去被划分的学区的避难场所。（参见背面）

【广域避难所/指定避难所相关咨询】

上京区役所 地域力推进室（总务/防灾窗口）
075-441-5029

京都市内避难所一览

请在平时确认好避难场所的位置。

<https://www.bousai.city.kyoto.lg.jp/0000000311.html>

日常储备

紧急避难物品

- ▶ 平时就准备好最基本的紧急避难物品
- ▶ 装入可以腾出双手的双肩包等包中



□ 护照，在留卡



□ 驾驶证及保险证复印件，现金，存折，印章



□ 食物和水



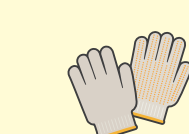
□ 手机，便携收音机，照明灯，各种充电器，电池



□ 急救包，医药品



□ 衣物，毛巾，湿纸巾



□ 劳保手套，眼镜，打火机等



□ （若有婴幼儿）尿布，奶瓶



□ 安全帽

家中常备物品

储备三天的食物和水。

制作个人防灾行动计划表

输入必填项目后，即能完成一份发生灾害时的应采取行动一览表。



个人防灾行动计划表（网页版）

<https://www.bousai.city.kyoto.lg.jp/mytimeline/>

灾害资讯提供APP [Safety tips]

请下载可接收紧急地震速报等通知信息的APP。

可支持14国语言。

<https://www.rcsc.co.jp/safety>

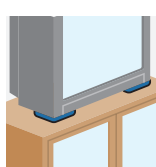
预防家具倾倒、物品坠落

在近年的地震受伤者中，有40~50%是由家具等的倾倒和坠落造成的。

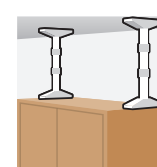


如何避免被倾倒家具砸伤

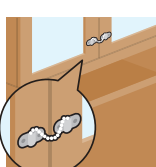
防止家具倾倒的器具



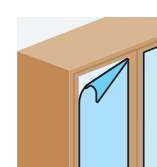
粘性防滑垫
用带粘性的垫子固定家具和电视。



支撑杆
放入家具和天花板间固定。



前开门固定器具
固定前开门，防止餐具等柜内物品从柜内掉出。



玻璃防爆膜
贴在窗户和柜子的玻璃上，防止碎裂时飞散。

※使用防止家具倾倒的器具，关键在于切实固定。除上述方法外，市场上还有销售其他固定器具。

紧急情况小知识

紧急呼叫

事件、事故等

无区号 110

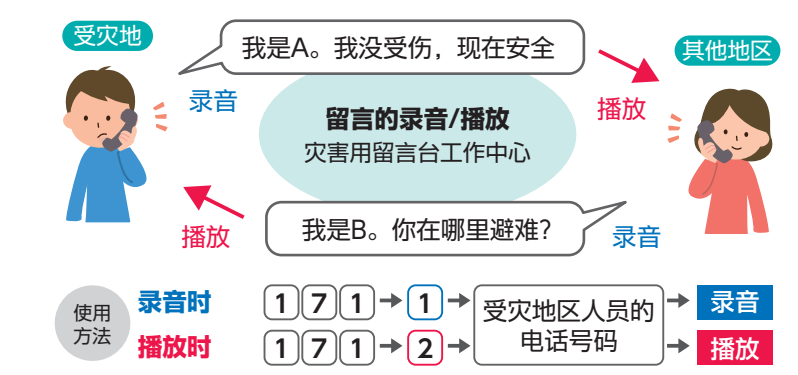
火灾、急救等

无区号 119

灾害用留言台171

地震时，可在“灾害用留言台171”，通过电话、手机、电脑与家人或朋友取得联系。

- 受灾地区人员可通过留言通报平安
- 震度6弱以上的地震发生时等情况下可用
- 可通过普通电话、公用电话、手机等接通



无法使用电话时
使用可以通过网络报平安的“灾害用留言板（Web171）”
<https://www.web171.jp/>

防灾相关咨询

上京区役所 总务/防灾窗口 075-441-5029
防灾危机管理室 075-222-3210

备忘栏

请事先确认好地震时应前往避难的场所。

● 居住地所属学区

● 地区集会所

● 指定避难所

● 广域避难所

● 请事先确认好前往上述各避难场所的路线。