

文京区版

地震

防灾手册



震灾时禁止事项!



发生地震

首先要沉着冷静地行动



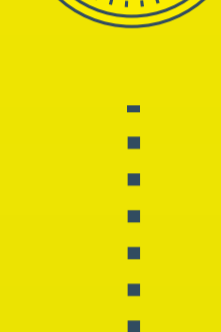
Step 01 保护好自身安全直到震动停止

在超市

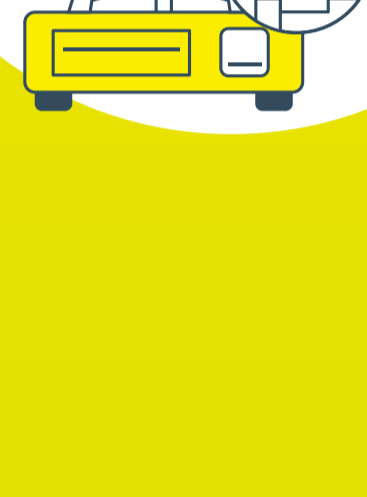
在自己家或学校、公司

在公共交通工具上

在室外



拉下电闸、关闭煤气总阀



Step 02 避难的准备

常备药

眼镜

鞋

护照

手机



请勿轻信谣言!

Step 03 信息收集

收音机

活用各种 App

- Twitter: @tokyo_bousai
- NHK WORLD TV
- NHK WORLD RADIO JAPAN

TV



确认安危



Step 04 避难的判断

如果在学校、公司, 请留在原地!

学校·公司

学校·公司 + 火灾 > 避难场所

如果感觉当前所在地不安全, 请前往避难场所



事前准备

做好应急食品·饮用水的日常储备、准备应对灾害!



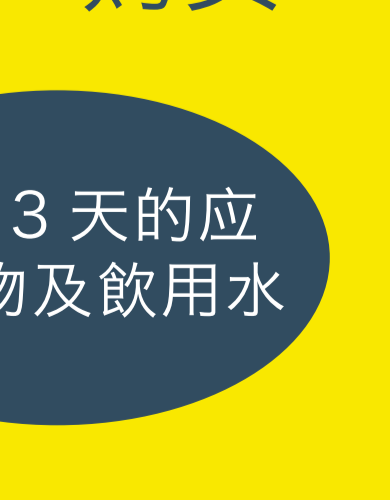
确认

按每月更换一到两次的频率进行消耗和储备

滚动存储法



消耗



购买

准备 3 天的应急食物及饮用水



储备

参考文献:

文京区防灾地图 地域用文京区防灾行动手册 内閣府防灾信息网

2016年3月1日发行

编辑·发行:



〒113-8668 東京都文京区向丘1-19-1
http://www.u-bunkyo.ac.jp
©文京学院大学

