

# 发生地震的时候！

日本在世界中属于地震多发国家,据说世界中 10%的地震都是发生在日本。在日本随时都有可能发生地震,所以提前与家人相谈做好防灾的准备和常备防灾物品是非常必要的。

下面向大家介绍一下发生地震时的避难方法和冈谷市的避难场地和避难所。了解自己所属地区的避难场地和避难所也是非常必要的。



地震啦！

## 保持冷静！！

首先要自我保护

感觉到地震动开始摇晃的时候首先要躲避到桌子下面,用棉被等物品保护头部。首先自身保护是非常重要的。如果在外出时发生了地震首先用背包等物品保护头部,远离设置有水泥墙,电线杆,电线等危险场所。

如果在使用火的时候 . . .

仅仅只是轻度的摇晃也必须将火关掉。地震很可怕其中原因之一也是因为地震时发生的火灾是非常可怕的。但是在发生震动比较强烈无法移动的大地震时厨房是一个非常危险的地方,那个时候首先要自我保护尽快远离危险场所。

在时间允许的情况下请将煤气的总开关关闭,拔掉电器的电源。如果有非常强烈的地震要发生时,需要去避难的时候请将电闸关闭后避难。

打开门窗

在发生大地震的时候,门窗会因震度较强变形而打不开,所以为了便于逃离打开门窗是非常重要的。

穿上鞋子

为了避免厨房用具和门窗玻璃的割伤在时间允许的情况下请将鞋子或拖鞋穿好。

去避难的时候

请戴好帽子或安全帽,将避难物品放到背包里,两手需要保持空手状态。

听从正确的情报

灾害发生后收音机是最好的情报源所以收音机也是必备的防灾物品之一。

# 避难场地

2011年3月发生东日本大震灾的时候,有发出指示请大家去避难场地避难可是群众错误的逃到了避难所,因此导致了很多人在猛烈的海啸中失去了生命。避难场地与避难所非常相似,让我们来了解一下它们有什么不同。

**避难场地** ……避难场地是在发生严重灾害的时候并感到会有生命危险的时候,为了自身的安全可以逃到避难场地去避难。

**避难所** ……灾害发生以后,在自己的家中无法正常的生活时,在一定期间内可以提供生活的地方。在这里设置有饮用自来水和厕所。

灾害会在什么时候发生是无法预知的。确认并了解自己所属地区的避难场地和避难所是非常必要的。万一发生了灾害可以及时的选择去自己所属地区的避难场地去避难。避难场地一般设定在离我们居住地区较近的学校操场。避难所也设定在我们居住的各所属地区。

## 冈谷市的避难场地

神明小学校校庭

小井川小学校校庭

田中小学校校庭

湊小学校校庭

川岸小学校校庭

長地小学校校庭

上の原小学校校庭

北部中学校校庭

南部中学校校庭

東部中学校校庭

西部中学校校庭

地区	避难设施名(避难所)	指定场所
今井区	今井区公会所	大会议室
	今井保育园	リズム室
	神明小学校	体育馆
	神明保育园	リズム室
間下区	間下区民センター	大厅
	市营冈谷球场	会议室
冈谷区	冈谷区公会所	大厅
	成田保育园	リズム室

地区	避难设施名(避难所)	指定场所
下浜区	下浜区民センター	集会所
	勤劳会馆	讲堂等
	冈谷市民综合体育馆	体育馆
	あやめ保育园	リズム室
小尾口区	小尾口区公民馆	集会所
上浜区	上浜公民馆	大厅
	冈谷田中小学校	体育馆

# 避 難 所

地区	避難施設名(避難所)	指定場所
新屋敷区	新屋敷会館	集会所
小口区	小口区民センター	大会議室
	小口保育園	リズム室
小井川区	小井川区民会館	ホール
	若草保育園	リズム室
	小井川小学校	体育館
	北部中学校	体育館
西堀区	西堀区公会所	ホール
	西堀保育園	リズム室
小坂区	小坂公民館	集会所
花岡区	花岡区民センター	ホール
	みなと保育園	リズム室
	湊小学校	体育館
	南部中学校	体育館
	湊公民館	大厅
横川区	横川公会堂	大厅
	横川保育園	リズム室
	上の原小学校	体育館

地区	避難施設名(避難所)	指定場所
三沢区	三沢区コミュニティ施設	大厅
	つるみね保育園	リズム室
	川岸小学校	体育館
	西部中学校	体育館
新倉区	新倉区公会所	大厅
	川岸保育園	リズム室
	夏明保育園	遊技室
	川岸公民館	大厅
駒沢区	駒沢公民館	大厅
鮎沢区	鮎沢区公会所	大厅
橋原区	橋原区公会所	大厅
東堀区	柴宮館	大厅
	長地小学校	体育館
	東部中学校	体育館
	長地公民館	大厅
中屋区	中屋区公民館	集会所
	長地保育園	リズム室
中村区	中村区民センター	集会所