

— Natural Disasters ~Earthquake~ —

September 1 is National Disaster Prevention Day. Throughout the week that includes this particular day, a campaign aimed at disseminating disaster prevention knowledge, recognizing people of merit, and conducting emergency drills are held to widely deepen people's awareness of disasters including typhoons, tidal waves, tsunamis and earthquakes, and to promote preparedness against such disasters. Various events have probably been held in your neighborhood as well, but here we introduce a summary of an excerpt about earthquakes taken from the Disaster Prevention Information website of the Tokyo Metropolitan Government.

■As soon as you detect an earthquake, protect yourself!

- When you feel an earthquake or hear an emergency earthquake warning, take action to protect yourself above all else.
- Take cover under a table or a safe place where you will not be subject to objects falling, toppling or moving, and wait until the shaking stops.

■Actions to take immediately after an earthquake

- Calmly check and put out any fires.
 - If you have been using an open flame, calmly put it out after giving priority to protecting yourself. (Do not panic, since most gas facilities commonly have an automatic function to shut off the gas supply in the event of an earthquake.)
 - If any fire breaks out, calmly extinguish it.
- Hasty action can lead to injury.
 - Be careful of toppled or fallen furniture and glass fragments.
 - Do not rush outside, as roof tiles, window glasses and signboards might come falling on you.
- Open windows and doors to secure exit routes.
 - Secure exit routes before doors and windows become distorted and cannot be opened.
- Do not go near concrete gates and fences.
 - If you are outdoors when an earthquake occurs, do not go near concrete gates and fences, because they may collapse.

■Actions to take after an earthquake

- Evacuate from fires and tsunamis.
 - A large fire may break out. If you feel you are in

— 自然災害 ~地震~ —

9月1日は、防災の日です。この日は、広く国民が台風、高潮、津波、地震等の災害についての認識を深め、これに対処する心構えを準備するように、1日を含む1週間を防災週間として「防災思想の普及、功労者の表彰、防災訓練等これにふさわしい行事」が行われます。皆さんの地域でも様々な行事が行われたと思いますが、今回は地震について、東京都防災のホームページから一部を要約して紹介します。

■地震だ！ まず身の安全

- 地震が起きた時、緊急地震速報を受けた時は、身の安全を最優先に行動する。
- 丈夫なテーブルの下や、物が「落ちてこない」「倒れてこない」「移動してこない」空間で揺れがおさまるまで様子を見る。

■地震直後の行動

- 落ちついて火の元確認、初期消火
 - 火を使っている時は、まず身の安全を最優先に行動し、あわてずに火を消す(自動的にガスの供給が停止する設備が普及しているので、あわてない)。
 - 出火した時は、落ちついて消火する。
- あわてた行動けがのもと
 - 転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。
 - 瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくることがあるので外に飛び出さない。
- 窓や戸を開け出口を確保
 - ドアがゆがんで外に出られなくなることがあるので、出口を確保する。
- 門や塀には近寄らない
 - 屋外にいる時は、倒壊の危険があるので、ブロック塀など

danger, evacuate to a temporary refuge area or an evacuation center.

- In coastal areas, quickly evacuate to a higher ground or other safe place if you feel a large jolt or a tsunami warning is issued.
- Take proper action based on accurate information.
 - People tend to be misled by false rumors in times of disaster. Obtain accurate information from the radio or TV, the fire department and government offices.
- Cooperate in rescuing and aiding others
 - Verify each other's safety.
 - Cooperate with your neighbors to rescue and aid people who are trapped inside collapsed homes or fallen furniture.
 - Before evacuating, turn off the circuit breaker and close the gas at the main valve.

Ask a daily life advisor at your company or supervising organization about the locations of evacuation centers near you, communication means, and methods of confirming safety in the event of an emergency. When you go on a trip or a long excursion, inform the daily life advisor of where you will be going, to ensure smooth confirmation of your safety when necessary. The Great East Japan Earthquake that occurred last year was a devastating disaster that no one had ever imagined, but most technical intern trainees were able to evacuate safely, owing to swift decisions made by people at their companies and supervising organizations. It is natural for you to be unfamiliar with Japan's natural climate. If there is anything you do not understand, ask a daily life advisor who is knowledgeable about local situations in your area.

Also refer to the following for detailed information.

- About typhoons and floods: "Disaster Prevention Guidelines (Measures Against Storm and Flood Disasters)," Technical Intern Trainees' Mate, July 2011 issue

http://www.jitco.or.jp/press/ken_tomo/HiraganaEnglish2011_07.pdf

- Fire and Disaster Management Agency—Important information on countermeasures against earthquake disasters—

http://www.fdma.go.jp/bousai_manual/index.html

※This manual is written in Japanese (also available in English), but illustrations show how to take action when an earthquake occurs when you are indoors, outdoors, and in a vehicle.

には近寄らない。

■地震後の行動

●火災や津波からの避難

- 大規模な火災が発生することがある。身の危険を感じたら、一時集合場所や避難場所に避難する。
- 沿岸部では、大きな揺れを感じたり、津波警報が出されたら、高台などの安全な場所に素早く避難する。

●正しい情報で確かな行動

- 災害時はデマに惑わされやすくなる。ラジオやテレビ、消防署、行政などから正しい情報を得る。

●協力し合って救出・救護

- お互いの安否を確かめ合う。
- 倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を近所の人とも協力し、救出・救護する。
- 避難する時は、電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉める。

会社や監理団体の生活指導員に、緊急の時の避難場所や連絡方法、安否確認方法などを確認しておきましょう。また、旅行や遠出をする際は、行き先などを事前に伝えておくと、いざという時の安否確認がスムーズです。昨年の東日本大震災は、日本人でも想像ができないほどの甚大な災害でしたが、企業や監理団体の方々の素早い判断によって、多くの技能実習生の方が無事避難することができました。技能実習生の皆さんは日本の自然風土に不慣れです。わからないことがあれば地元の事情に詳しい生活指導員の方に聞いてください。

その他、以下も参考にしてください。

- 台風や水害について：「技能実習生の友」2011年7月号「防災の手引き（風水害対策）」

http://www.jitco.or.jp/press/ken_tomo/

HiraganaEnglish2011_07.pdf

- 消防庁防災マニュアル—震災対策啓発資料—

http://www.fdma.go.jp/bousai_manual/index.html

※日本語で書かれていますが、場所ごとに地震に遭った時の対応方法がイラスト入りで示されています（英語版も有り）。