

Natural Disasters and Countermeasures

In Japan, the months from July to October see an increasing number of typhoons that approach or make landfall, and also mark a period of increased risk of heavy rains, floods, storms and tornadoes. Heavy rains at times induce river flooding, mudslides and landslides, and doubly expose local residents to danger every year. Moreover, Japan is a country of frequent earthquakes. The recent intensification of volcanic activity throughout Japan is also inducing many of the tremors.

Those of you technical intern trainees who are not familiar with Japan's natural climate should prepare for such natural disasters by discussing what to do with a lifestyle mentor familiar with local affairs in your community.

September 1st is designated Disaster Prevention Day in Japan, in commemoration of the devastating Great Kanto Earthquake that occurred on this day in 1923, and taking into account that September is typhoon season. On the occasion of Disaster Prevention Day, we introduce below some general precautions against natural disasters such as earthquakes and typhoons.

[Earthquakes]

■ Earthquake! Secure your own safety before all else.

When an earthquake occurs, or you receive an emergency earthquake warning, take action to secure your own safety before all else, such as by protecting your head and taking cover under a sturdy table.

■ Actions to take immediately once the initial tremor stops

- Remain calm, check all sources of fire and put out any open flames.
  - Even if you have been using an open flame, take action to secure your own safety before all else. Then put out the flame without panicking. (There is no need to panic, as most gas facilities are equipped with an automatic gas shut-off function.)
  - If a fire breaks out, calmly extinguish it.
- Acting in a panic could lead to injury.
  - Be careful of furniture that has toppled or fallen and shards of broken glass.
  - Do not rush outside, as there may be falling objects, such as roof tiles, window glass and signboards.
- Open windows and doors to secure an exit.
  - Secure a way out, as doors and windows may later become skewed and unable to open.
- Move away from gates and fences.
  - If you are outside when an earthquake hits, move away from concrete fences, as they may collapse.

■ Actions to take after an earthquake

- Take shelter from fires and tsunami.
  - Large fires may break out. If you feel you are in

自然災害と対策について

日本では、7月から10月にかけて接近、上陸する台風の数が多くなり、大雨や洪水、暴風に加えて、竜巻が発生する可能性も高い時期です。大雨により川の氾濫や土砂崩れ、がけ崩れが誘発されることもあり、住民に危険をもたらす災害が毎年のように発生しています。また、日本は地震が多い国であり、最近は各地の火山活動が活発化していることから、それに伴った地震もよく発生しています。

日本の自然風土に不慣れなことも多い技能実習生の皆さんは、このような自然災害への対応について、普段から、地元の仕事に詳しい生活指導員の方に聞いておくことが大切です。

日本は1923年9月1日に起きた巨大地震「関東大震災」や、9月頃が台風シーズンであることを契機とし、9月1日を「防災の日」に制定しています。今回はこの日にちなみ、地震と台風等についての一般的な注意事項をご紹介します。

【地震について】

■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、頭を保護し、丈夫なテーブルの下に避難するなど、身の安全を最優先に行動する。

■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を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、

danger, go to a temporary refuge area or evacuation center for safety.

- In coastal areas, if you feel a large jolt or if a tsunami warning is issued, quickly evacuate to higher ground or other safe area.
- Take proper action based on accurate information.
  - In times of disaster, people tend to be misled by false rumors. Obtain accurate information from reliable sources such as the radio, TV, fire department and government offices.
- Cooperate in aiding and rescuing each other.
  - Mutually confirm each other's safety.
  - Cooperate with your neighbors in rescuing and aiding people who are trapped in collapsed homes or under fallen furniture.
  - When evacuating your home, turn off the circuit breaker and shut off the gas at the main valve.

### [Heavy Rains, Typhoons and Tornadoes]

- Obtain accurate information.

The Japan Meteorological Agency issues weather information, and announces an “emergency warning” when the danger of a serious disaster increases substantially, a “warning” when there is a risk of a serious disaster, and an “advisory” when there is a risk of a disaster. These warnings and advisories are announced with respect to each municipality, and municipalities that receive them issue evacuation orders and directives as necessary.

- Evacuation

When an evacuation order or directive is issued by your municipality, promptly evacuate to a safe area via a safe route. As river flooding and landslides could occur suddenly, a moment's delay could be life-threatening. Also note that it is extremely dangerous to evacuate after the weather becomes stormy.

- Tornadoes

As a tornado occurs accompanying the movement of a typhoon or other strong wind movement, the Japan Meteorological Agency announces weather information and thunderstorm advisories when it predicts the possibility of a tornado, and issues a “tornado watch” when a tornado becomes imminent. When a tornado watch is issued, pay heed to the sky around you. If the sky suddenly darkens, large drops of rain begin to fall, or you hear thunder, take shelter in a substantial building or otherwise take action to secure your own safety.

Typhoons, unlike earthquakes, can be predicted to a certain degree as to their size and intensity based on advance information. Therefore, use all means available, including the TV, radio and Internet, to obtain the latest weather information.

● “Weather /Earthquakes” page on the website of the Japan Meteorological Agency  
<http://www.jma.go.jp/jma/menu/menuflash.html>

いちじゅうごうばしょ ひなんばしょ ひなん  
一時集合場所や避難場所を避難する。

えんがんぶ おお せう かん つなみけいほう だ  
• 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

さいがい じ で ま まど ら じ お て れ び  
• 災害時はデマに惑わされやすくなる。ラジオやテレビ、しょうぼうしと きょうせい ただ じょうほう え  
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

おたが あん び たし あ  
• 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。  
ひなん と き でんき ぶれーかー き がす もとせん し  
• 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。

### 【大雨・台風・竜巻について】

- 正確な情報を把握する。

きしょうちょう きしょうじょうほう はつびょう じゅうだい さいがい きげんせい  
気象庁では「気象情報」を発表しており、重大な災害の危険性が著しく高まっている時は「特別警報」、重大な災害が発生する恐れがある時は「警報」、災害が発生する恐れがある時は「注意報」を発表しています。これらは市区町村ごとに発表されており、市区町村は気象庁が発表する警報・注意報を受けて、必要に応じて避難勧告や避難指示を出します。

- 避難について

しゅうちょうせん ひなんかんこく ひなんしじ と き あんぜん  
市区町村からの避難勧告・避難指示があった時は、安全なルートで迅速に避難しましょう。川の氾濫や土砂災害は一気に発生するため、一時の油断が命に関わります。また、天候が荒れてからの避難は非常に危険です。

- 竜巻について

たつまき たいふうなど うごき と もな はつせい きしょうちょう  
竜巻は台風等の動きに伴って発生しますので、気象庁ではたつまき はつせい かのうせい ばあい きしょうじょうほう かみなりちゅういほう  
竜巻が発生する可能性がある場合は気象情報や雷注意報を発表し、非常に発生しやすい状況になると「竜巻注意情報」を発表しています。竜巻注意情報が発表された場合には、まじゅうい そら ようす ちゅうい そら きゅう まくら  
周囲の空の様子に注意してください。空が急に真っ暗になる、おおつぶ あめ ふ だ らいめい き かくにん ばあい  
大粒の雨が降り出す、雷鳴が聞こえるなどが確認された場合には、頑丈な建物に避難するなど身の安全を確保する行動をとってください。

たいふうなど じしん こと じぜん じょうほう あつ きぼなど  
台風等は地震と異なり、事前に情報を集めることで規模等がある程度予測することができます。テレビやラジオ、インターネット等を活用し、最新の気象情報を入手しましょう。

● 気象庁ウェブサイト「防災情報」

<http://www.jma.go.jp/jma/menu/menuflash.html>