

# ～ 灾害发生时的自我保护术 ～

## ① 地震发生时 ～请不要慌张 首先确保自我人身安全！

※参考资料～气象庁HP



地震！

一般几秒钟或几十秒钟后会有强烈的晃动



- ◎这个时候请不要慌张
- ◎确保自身安全 并提醒周围的人
- ◎日常生活中要养成防灾意识

看见或听见地震紧急通报的时候

迅速寻找安全地带



家里的家具要做好固定



《海啸发生时，为保护生命》

★ 请注意海啸警报！！

如有海啸发生请迅速前往附近的高处避难(别想「这里是安全」)



- ① 根据自己的判断来避难
  - ② 不是去更远的地方而是去更高的地方
  - ③ 自己率先避难
- ※灾难来临时第一个躲避的并不是可耻的事

## ② 怎样做好防台风放洪水准备



《台风及雨季的日常防范》

- ① 在室外放置的物品要做好固定，能收进室内的要尽收进室内
- ② 做好家中的避难时用品的储备，有条件的可以在玻璃上贴一层保护膜，对玻璃进行加固，以防玻璃破损时伤人也可以利用窗帘
- ③ 确认好附近的避难场所，及家人之间 避难时的联络方式

《怎样才能台风及洪水发生时保护自己》

- ① 随时确认气象预报
  - 气象厅的网站上可以随时确认最新的气象信息
  - 也可以利用电视，收音机及手机来及时获取最新的气象息
- ② 远离河流等危险区域
- ③ 听从政府部门的劝告，及时提前避难



灾害发生时如果您需要帮助。。。

请不要恐慌 不要着急 及时拨打110



当您感觉 啊？哪里有些不对劲的时候 → 请拨打110

在各种活动现场等公共场所

- 行动可疑或者持有可疑物品的人
- 频繁的观察周围的人
- 物主不详及内容不详物品等等，遇见可疑物品及人员时请拨打110

用您的  来防止恐怖活动！！

福冈县警察防范APP「MIMAMOTCHI」

福冈县警察方防范APP【MIMAMOTCHI】正在积极推送各类防范信息(免费)提供最新的本县信息，报警铃声功能，110报警等各项服务功能借此机会，让我们一起来从防范的角度重新审视一下我们的日常行动吧

