



# 保护自己的安全

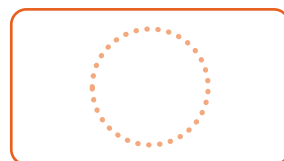
## 待在“不会掉落，不会倒塌，不会移动”的地方！

### 西瓜虫的姿势解说

用手捂住头

后背弯曲  
趴在地面上

如果你做得很好，  
请让你的家人画上○。



在没有桌子之类东西的地方，试着做出西瓜虫的动作保护身体。

如果附近有安全帽或防灾帽，就戴上帽子来保护头部。



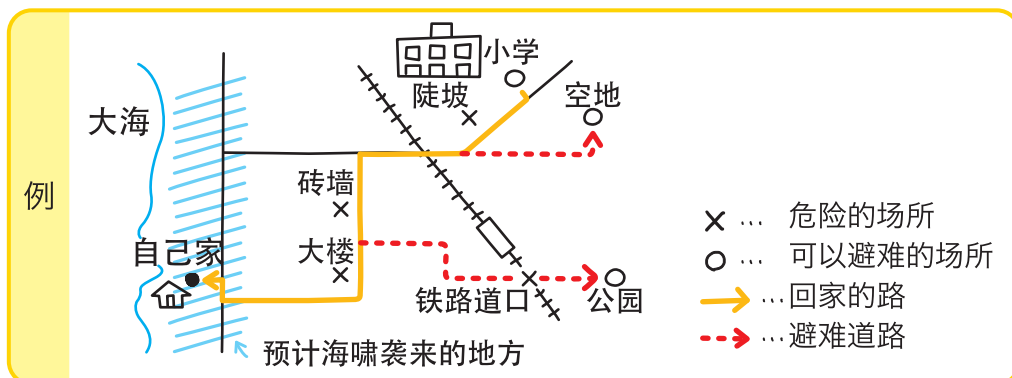
在有桌子之类东西的地方，就用双手牢牢抱住桌子的两条腿来保护自己！



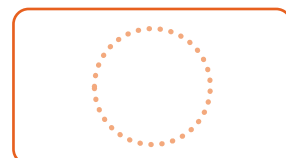


## 制作避难地图

- ①请将从学校回到你家的路径画出来，或者贴上地图。
- ②其中如果有危险的地方就画“×”，并写上什么会有危险。
- ③另外，在能够避难的地方画上“○”，并画上通往那里的道路。



如果你做得很好，  
请让你的家人画上○。



※地震避难地图与台风避难地图有时是不同的。



## 熟悉灾害专用留言号码（171）的使用方法

当大地震发生的时候，大家都会打电话给亲朋好友，这就会让电话难以接通。遇到这种情况，可以使用灾害专用留言号码，来告诉家人你在哪里，现在怎么样。

<h3>留言的方法(录音)</h3> <p>拨打 <b>1 7 1</b></p> <p>录音按 <b>1</b> 键</p> <p>电话号码 (×××) ×××-××××</p>	<h3>拨打灾害专用留言号码的方法</h3> <ol style="list-style-type: none"><li>1 按下“1”“7”“1”。</li><li>2 听使用说明。</li><li>3 选择</li></ol> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"><div style="border: 1px solid gray; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center;">留言给他人 按“1”键</div><div style="border: 1px solid gray; border-radius: 15px; padding: 5px; text-align: center;">听他人的留言 按“2”键</div></div> <ol style="list-style-type: none"><li>4 加上区号输入你家的电话号码。</li></ol> <div style="background-color: red; color: white; text-align: center; padding: 5px; margin: 10px 0;"><b>请填写电话号码</b></div> <p>(       )       -      </p> <p>※按照电话中听到的说明使用。</p>
<h3>听取留言的方法(播放)</h3> <p>拨打 <b>1 7 1</b></p> <p>播放按 <b>2</b> 键</p> <p>电话号码 (×××) ×××-××××</p>	

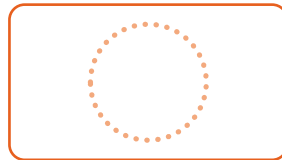
灾害专用留言号码，每次能够录音 30 秒钟。使用的时候要先想好要说什么，然后在进行录音。另外，如果录音次数超过 20 次的话，就会从最初的录音开始顺次消除，请注意。

**练习** 在下面的方框中，写上30秒钟要说的话。

【例】我是小刚。我很好，接下来要去文化馆避难。请来接我。

请写在方框里。

如果你做得很好，  
请让你的家人画上○。



**灾害专用留言号码**  
**可以在这些日子**  
**练习使用!**

- 每月的1日和15日 (00:00~24:00)
- 1月1日~1月3日 (00:00~24:00)
- 防灾和志愿者周期间 (1月15日9:00~1月21日17:00)
- 防灾周期间 (8月30日9:00~9月5日17:00)

从家里出门避难的话，  
要让其他人知道自己去避难了!

