



保护自己的安全

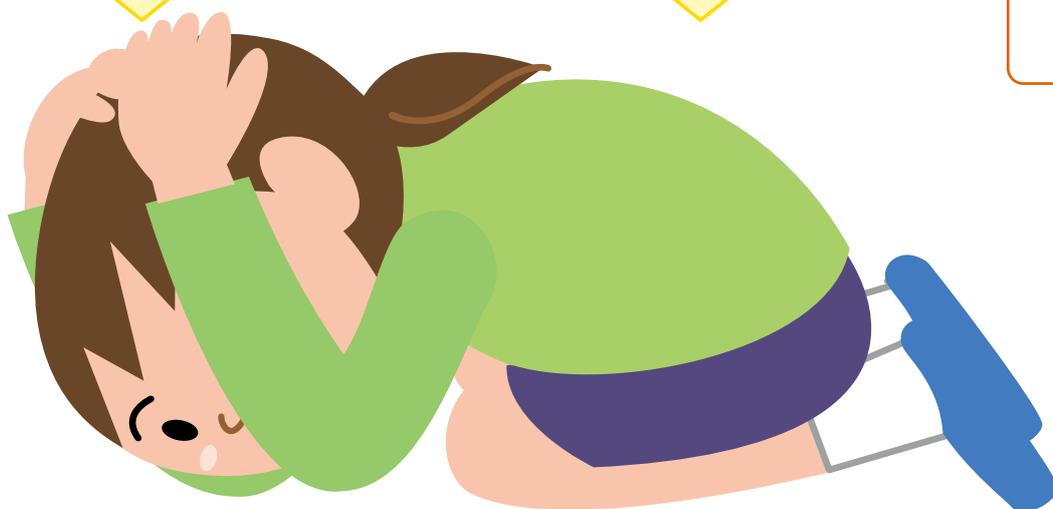
待在“不会掉落，不会倒塌，不会移动”的地方！

西瓜虫的姿势解说

用手捂住头

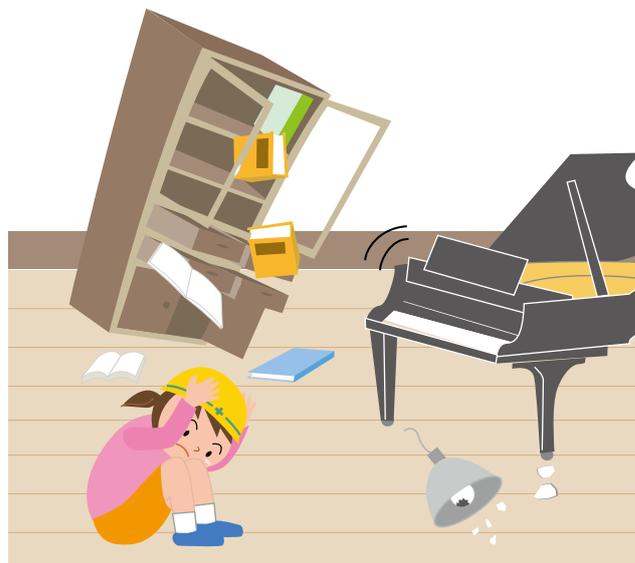
后背弯曲
趴在地面上

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。

例

大海
自己家
砖墙 ×
大楼 ×
小学
陡坡 ×
空地 ○
铁路道口 ×
公园 ○
预计海啸袭来的地方

× ... 危险的场所
○ ... 可以避难的场所
→ ... 回家的路
- - - → ... 避难道路

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 1 7 1</p> <p>录音按 1 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">1 按下“1”“7”“1”。2 听使用说明。3 选择 <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">4 加上区号输入你家的电话号码。 <div style="background-color: red; color: white; text-align: center; padding: 5px; margin: 10px 0;">请填写电话号码</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 1 7 1</p> <p>播放按 2 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！

