

외국인을 위한 방재 가이드북

(한국어판)



하치노헤시

목차

1. 지진을 알고 계십니까?	1
2. 쓰나미를 알고 계십니까?	4
3. 호우를 알고 계십니까?	4
4. 태풍을 알고 계십니까?	5
5. 토사 재해를 알고 계십니까?.....	5
6. 재해에 대비해서 준비를 하고 계십니까?	6
7. 대피 방법을 알고 계십니까?.....	7
8. 재해 정보를 얻기 위해서는?.....	8
9. 재해 시 연락을 취하는 방법을 알고 계십니까?	9
10. 방재 메모	11

머리글

일본은 지진이 대단히 많은 나라입니다.

하치노헤에서는 1968 년에 도카치 앞바다 지진, 1994 년에 산리쿠 하루카 앞바다 지진, 2011 년에 동일본 대지진이 발생해서 큰 피해를 입었습니다. 앞으로도 큰 지진이 일어날 지 모릅니다.

또 호우나 태풍으로 인해 풍수해나 토사 재해 등 커다란 재해가 발생할 수도 있습니다.

이 가이드북은 재해에 대한 대비를 요약한 것입니다. 잘 읽고 지금부터 준비해 두십시오.



1. 지진을 알고 계십니까?

지진은 언제, 어디서 일어날지 모릅니다. 집이나 건물이 무너지거나 화재가 일어나기도 합니다. 또 전기, 수도, 가스가 공급되지 않는 경우도 있습니다.

(1) 진도와 매그니튜드

진도는 '진동의 크기'입니다. 진도 1 부터 진도 7 까지 있고, 숫자가 클수록 진동은 커집니다.

매그니튜드는 '지진 에너지의 크기'를 나타내는 것으로, 매그니튜드가 커도 지진이 일어난 곳에서 멀면 진도는 작아집니다.

【진도의 크기】

진도 3	옥내에 있는 사람 대부분이 진동을 느낍니다.
진도 4	대부분의 사람이 놀라고 전등 등 매달린 물건이 크게 흔들립니다. 불안정한 물건이 쓰러지는 경우가 있습니다.
진도 5 약	대부분의 사람이 공포를 느끼고 무언가를 잡고 싶어 합니다. 선반에 있는 식기나 책이 떨어지는 경우가 있습니다. 고정되지 않은 가구가 이동하는 경우가 있고, 불안정한 것은 쓰러지는 경우가 있습니다.
진도 5 강	무언가를 잡지 않으면 걷기가 어렵습니다. 선반에 있는 식기류나 책은 떨어지는 것이 많습니다. 고정되지 않은 가구가 쓰러지는 경우가 있습니다. 보강되지 않은 블록 담이 무너지는 경우가 있습니다.
진도 6 약	서 있기가 어렵습니다. 고정되지 않은 가구 대부분이 이동하고, 쓰러지는 것도 있습니다. 문이 열리지 않는 경우도 있습니다. 벽의 타일이나 유리창이 파손되거나 낙하하는 경우가 있습니다. 내진성이 낮은 목조 건축물은 기와가 낙하하거나 건물이 기울거나 쓰러지는 경우도 있습니다.

진도 6 강	기어가지 않으면 움직일 수 없습니다. 튕겨나가는 경우도 있습니다. 고정되지 않은 가구 대부분이 이동하고, 쓰러지는 것이 많습니다. 내진성이 낮은 목조 건물은 기울거나 쓰러지는 것이 많습니다. 커다란 지반 균열이 생기기도 하고, 대규모 지반 붕괴나 산체 붕괴가 발생하는 경우가 있습니다.
진도 7	내진성이 낮은 목조 건물은 기울거나 쓰러지는 것이 더욱 많습니다. 내진성이 높은 목조 건물도 드물게 기울어지는 경우가 있습니다. 내진성이 낮은 콘크리트 구조 건물 중에는 쓰러지는 것이 많습니다.

(2) 지진이 일어나면 어떻게 하면 되나요?

【집에 있을 때】

- ① 탁자나 책상 밑으로 들어가십시오. ② 진동이 멎으면 불을 끄십시오.



문을 열어 두십시오. 문이 파손되면 대피할 수가 없습니다.

주위를 잘 살피고, 바로 밖으로 나가 마십시오.



- ⑤ 신발을 신으십시오.

- ⑥ 대피할 때 가지고 갈 물건을 준비하십시오.



【밖에 있을 때】

• **학교나 회사에 있을 때**

책상이나 창문에서 떨어지십시오. 탁자나 책상 밑으로 들어가십시오. 불을 끄십시오.

• **엘리베이터 안에 있을 때**

버튼을 전부 누르십시오. 문이 열리면 바로 내리십시오.
엘리베이터에서 내릴 수 없을 때는 비상용 연락 버튼을 누르십시오.

• **슈퍼마켓이나 백화점에 있을 때**

진열장에서 상품이 떨어지므로 진열장에서 떨어지십시오. 점포 종업원의 지시에 따라 행동하십시오.

• **자동차 안에 있을 때**

진동을 느끼면 도로 왼쪽으로 차를 대고 엔진을 끄십시오. 진동이 멈춘 후 밖으로 나가십시오. 자동차를 떠날 때는 문을 잠그지 말고 키는 그대로 끼워 두십시오.

• **버스나 전차에 있을 때**

바로 내리지 말고 승무원의 지시에 따라 행동하십시오.

• **바다에 있을 때**

즉시 고지대 등 안전한 장소로 대피하십시오. 쓰나미 정보를 확인하고, 쓰나미 주의보 및 경보가 해제될 때까지 바다에는 절대로 접근하지 마십시오.

(3) 평소 주의해야 할 사항

【집 안】

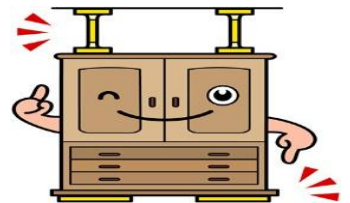
- 책장·찬장·경대 등의 위에 무거운 물건을 올려놓지 마십시오.
- 책장·찬장·경대 등은 전도 방지 장치를 해서 잘 쓰러지지 않도록 하십시오.
- 창유리에는 유리 비산 방지 필름을 붙이십시오.

※전도 방지 장치: 지진의 진동으로 가구가 쓰러지지 않도록 고정하는 것

※유리 비산 방지 필름: 창유리에 붙여서 유리가 깨져도 파편이 비산하지 않도록 하는 것

【집 밖】

- 지붕 위의 안테나가 쓰러지지 않도록 고정하십시오.
- 베란다에서 화분 등이 떨어질 지도 모릅니다. 위험한 물건은 베란다에 놔 두지 마십시오.
- 프로판가스 통은 체인으로 단단히 고정해 두십시오.



2. 쓰나미를 알고 계십니까?

쓰나미는 주로 해저에서 발생한 지진 뒤에 해안으로 빠른 속도로 밀려오는 높은 파도입니다.



(1) 진동을 느끼면

강한 지진(진도 4 정도 이상)이나 약하더라도 긴 지진을 느꼈을 때는 쓰나미가 발생하는 경우가 있습니다. 해안에 있을 때 진동을 느끼면 서둘러 해안을 떠나고 지대로 대피하십시오.

(2) 쓰나미 주의보가 발표되면(진동이 느껴지지 않는 경우에도)

바닷속이나 해안 가까이 있을 때는 서둘러 바다에서 나와 해안에서 떨어지십시오.

(3) 쓰나미 경보가 발표되면(진동이 느껴지지 않는 경우에도)

서둘러 해안을 떠나 고지대로 대피하십시오.

※ 쓰나미는 반복해서 밀려오므로, 쓰나미가 오지 않는다고 확인될 때까지 해안에는 접근하지 않도록 하십시오.

※ 쓰나미 주의보 및 경보의 발표는 라디오, 텔레비전, 안심 메일, 지역 메일, 긴급 속보 메일 등으로 확인하십시오.

3. 호우를 알고 계십니까?

호우가 계속되면 홍수나 침수, 토사 붕괴가 일어나는 경우가 있으므로, 조금이라도 이상하거나 위험이 느껴지면 즉시 대피하십시오.



(1) 호우 시 주의해야 할 사항

- 라디오, 텔레비전, 인터넷 등을 통해 기상 정보를 확인하십시오.
- 침수되는 경우가 있으므로, 집 안의 물건은 높은 곳으로 옮기십시오.
- 강이나 바다, 산이나 절벽에는 접근하지 마십시오.
- 도로가 관수되면 자동차 운전은 하지 마십시오. 창문이나 도어가 열리지 않거나 도로가 보이지 않게 되어 측구에 타이어가 빠질 수 있습니다.

4. 태풍을 알고 계십니까?

태풍은 여름부터 가을에 걸쳐 발생하는 강한 폭풍우입니다.



(1) 태풍 시 주의해야 할 사항

- 라디오, 텔레비전, 인터넷 등을 통해 태풍 정보를 확인하십시오.

【바람이 강한 태풍】

- ① 밖에 있을 때
 - 물건이 날아가거나 나무 등이 쓰러져 위험합니다. 서둘러 귀가하거나 가까운 건물 안으로 들어가십시오.
- ② 집에 있을 때
 - 밖으로 나가지 마십시오.
 - 베란다에 놓아둔 물건은 집 안으로 들여 놓으십시오.
 - 빈지문이나 셔터 등을 닫으십시오.
- ③ 바다에 있을 때
 - 높은 파도가 밀려오므로 바다에서 떨어지십시오.

【비가 강한 태풍】

- ① 밖에 있을 때
 - 물이 차지 않는 높은 장소로 대피하십시오.
- ② 운전을 하고 있을 때
 - 물이 차지 않는 높은 장소로 대피하십시오.
 - 물 속에서 엔진이 멈추면 자동차에서 내려 대피하십시오.
- ③ 강 가까이 있을 때
 - 강물이 넘쳐 위험하므로 즉시 강에서 떨어지십시오.



5. 토사 재해를 알고 계십니까?

토사 재해는 지진이나 태풍, 호우, 홍수에 의해 약해진 지반의 흙이 무너져 집이나 도로가 흩이나 돌로 매몰되는 것입니다.



호우나 지진 후에 주의해야 할 사항

- 산이나 절벽 가까이 있을 때는 떨어진 안전한 장소로 대피하십시오. 토사 재해가 일어나지 않는다고 확인될 때까지는 산이나 절벽에 접근하지 마십시오.
- 관청에서 대피에 대해 안내하는 경우가 있습니다. 라디오, 텔레비전, 인터넷, 안심 메일, 지역 메일, 긴급 속보 메일 등으로 확인하십시오.

6. 재해에 대비해서 준비를 하고 계십니까?

- 재해 시에는 주변 사람과의 협력이 필요합니다. 평소 주변 사람과 알고 지내도록 하십시오.
- 가족과 흩어져도 만날 수 있도록 평소 가족이 함께 대피할 장소를 확인해 두십시오.
- 집에서 안전한 장소로 대피할 때 가지고 갈 물건을 준비해 두십시오.



(1) 대피할 때 가지고 갈 물건(1 일분을 배낭이나 가방에 넣어둘 것)

<input type="checkbox"/>	외국인 등록증, 체류 카드, 특별 영주자 증명서 등의 ID	<input type="checkbox"/>	여권
<input type="checkbox"/>	음식(막대 타입이나 젤리 타입의 영양보조식품, 건빵 등)	<input type="checkbox"/>	음료수(페트병)
<input type="checkbox"/>	장갑(방한용과 작업용)	<input type="checkbox"/>	비옷
<input type="checkbox"/>	건강보험증 사본	<input type="checkbox"/>	약간의 현금
<input type="checkbox"/>	약 (항상 먹는 약, 항상 사용하는 약)	<input type="checkbox"/>	티슈 페이퍼
<input type="checkbox"/>	수건	<input type="checkbox"/>	마스크
<input type="checkbox"/>	화장지(심을 빼서 부피를 줄임)	<input type="checkbox"/>	필기도구 (유성펜·노트 등)
<input type="checkbox"/>	손전등과 예비 전지	<input type="checkbox"/>	예비 안경 등
<input type="checkbox"/>	라이터·성냥	<input type="checkbox"/>	비닐봉지·쓰레기봉지
<input type="checkbox"/>	방한용 알루미늄 증착 시트	<input type="checkbox"/>	호루라기
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	모자(헬멧, 방재 두건)
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	물티슈
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	간이 번기
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	라디오와 예비 전지
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	휴대전화용 충전기
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	일회용 손난로
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	기타 필요한 것

이 밖에도 자택 내에 비축품으로서 3 일분 정도의 물·식료 등을 준비해 두십시오.

(2) 아기나 어린이가 있는 경우에 추가할 물건

<input type="checkbox"/>	우유	<input type="checkbox"/>	젖병	<input type="checkbox"/>	종이거저귀
<input type="checkbox"/>	아기용 물티슈	<input type="checkbox"/>	종이거저귀 폐기용 비닐봉지	<input type="checkbox"/>	이유식
<input type="checkbox"/>	수저·빨대	<input type="checkbox"/>	아기띠 등	<input type="checkbox"/>	거즈
<input type="checkbox"/>	장난감	<input type="checkbox"/>	과자	<input type="checkbox"/>	기타 필요한 것

(3) 여성의 경우에 추가할 물건

<input type="checkbox"/>	생리용품·냉대하용 시트	<input type="checkbox"/>	생리용품용 등 비닐봉지	<input type="checkbox"/>	대형 스텔
<input type="checkbox"/>	기초화장품(올인원 크림 등)	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	기타 필요한 것

7. 대피 방법을 알고 계십니까?



(1) 대피소의 확인

- 재해 시 대피소로 지정되어 있는 곳은 여러분이 살고 있는 부근의 초등학교·중학교·공민관과 같은 공공시설입니다.
- 대피소에서는 음식·음료·모포 등이 배포되고, 재해나 생활 지원 능력에 대해 여러 가지 안내를 해 줍니다.
- 외국인도 이용할 수 있습니다. 평소에 부근의 대피소를 확인해 두십시오.

(2) 대피 권고와 대피 지시

- 재해 시나 큰 재해가 발생할 것으로 예상될 때 라디오, 텔레비전, 인터넷, 안심 메일, 지역 메일, 긴급 속보 메일 등을 통해 하치노헤시에서 여러분에게 안전 한 장소로 대피하도록 요청합니다.

① 대피 권고

- 재해 시나 재해 발생 가능성이 있는 경우, 안전한 장소로 대피하도록 요청할 때 발표되는 것이 '대피 권고'입니다.

② 대피 지시

- 현저하게 위험한 재해 시나 재해 발생 가능성이 있는 경우에 안전한 장소로 대피하도록 강력하게 요청할 때 발표되는 것이 '대피 지시'입니다 ('대피 권고' 보다 강력한 요청입니다).

(3) 대피소로 갈 때 주의해야 할 사항

- 긴 소매 옷, 긴 바지를 착용하십시오.
- 걷기 편한 운동화를 신으십시오.
(장화는 물이 들어가면 걷기 힘들어집니다.)
- 모자나 헬멧을 쓰십시오.
- 목장갑 등 장갑을 착용하십시오.
- 혼자서 대피하지 않도록 하십시오. 가족이나 주변 사람과 함께 대피하십시오.
- 침수된 곳을 걸을 때는 맨홀이나 측구가 없는지 긴 막대를 지팡이 삼아 주의 해서 걸으십시오.
- 물이 무릎까지 찻을 때 걸으면 위험합니다. 안전한 높은 곳에서 구조대가 올 때까지 기다리십시오.



(4) 대피소에서의 생활

- 대피소 생활은 공동생활이므로 서로 도우며 생활하십시오.
- 대피소에서 정해진 룰이나 역할을 준수하십시오.
- 재해로 인한 코로나 스트레스로 건강을 해치는 경우가 있습니다. 몸 상태가 좋 지 않을 때는 대피소 담당자에게 상담을 하십시오.

8. 재해 정보를 얻기 위해서는?

차분하게 재해에 대응하기 위해서는 재해의 상황이나 라이프라인의 상황 등에 대해 정확한 정보를 얻는 것이 중요합니다.

(1) 필요한 정보

- 기상 정보
- 재해의 규모·상황 등의 정보
- 대피 권고·대피 지시의 정보
- 대피소 개설 정보
- 라이프라인의 상황
- 교통 정보
- 물·식료 등의 배급 정보
- 피해자 지원 정보

등



(2) 정보를 얻는 방법

- ① 라디오, 텔레비전
 - 기상 정보, 재해 정보, 특히 지진·쓰나미 정보에 대해서는 라디오나 텔레비전 쪽이 빨리 정보를 얻을 수 있습니다.
 - ② 하치노헤시 홈페이지
 - 하치노헤시의 홈페이지를 통해 다양한 재해 관련 정보를 안내해 드립니다.
 - ③ 외국인용 안심 메일
 - 하치노헤시의 외국인용 안심 메일에 등록된 사람에게는 재해 관련 정보를 영어 및 쉬운 일본어(일부 정보는 일본어)로 휴대전화나 컴퓨터를 통해 이 메일로 안내해 드립니다.
 - 제공하는 정보는 다음의 4 종류입니다.
- ① 쓰나미·대피 정보(일본어와 쉬운 일본어와 영어로 제공)
 - ② 긴급 정보(쉬운 일본어 또는 영어로 제공)
 - ③ 라이프라인 정보(쉬운 일본어 또는 영어로 제공)
 - ④ 화재 정보(일본어로 제공)
- ※①~③은 등록자 전원에게 제공하고, ④는 희망자에게만 제공합니다.

【외국인용 안심 메일의 신청 방법】

- 등록을 희망하는 사람은 성명, 주소, 전화번호, 메일 주소, 제공 희망 언어(긴급 정보와 라이프라인 정보에 대해 영어, 쉬운 일본어 중에서 선택), 화재 정보 제공 희망 여부를 이메일, 팩스, 우편으로 연락처로 보내 주십시오.

【연락처】

(우)031-8686 하치노헤시 우치마루 1 초메 1-1 시민연계추진과 국제교류그룹
전화: 43-9257
팩스: 47-1485
이메일: renkei@city.hachinohe.aomori.jp

④ 지역 메일, 긴급 속보 메일

- 지역 메일과 긴급 속보 메일은 하치노헤 시내의 재해·대피 정보를 NTT 도코 모, au, 소프트뱅크의 휴대전화를 통해 안내해 드립니다.
- 일본어 메일에 쉬운 일본어와 영어 메일을 추가해서 안내해 드립니다.
- 사전 등록은 필요 없고, 지역 메일이나 긴급 속보 메일 제공 시 하치노헤 시 내에 있고 NTT 도코모, au, 소프트뱅크의 휴대전화를 소지하신 모든 사람이 수신 가능합니다.
- 전파 상태가 나쁜 경우나 통신 중인 경우에는 지역 메일, 긴급 속보 메일을 수신할 수 없습니다.
- 지역 메일 및 긴급 속보 메일에 대한 자세한 사항은 아래의 홈페이지를 참조하십시오.

◆NTT 도코모

<http://www.nttdocomo.co.jp/service/safety/areamail/>

◆au

http://www.au.kddi.com/notice/kinkyu_sokuho/index.html

◆소프트뱅크

http://mb.softbank.jp/mb/service/urgent_news/

9. 재해 시 연락을 취하는 방법을 알고 계십니까?

재해 시 전화를 사용할 수 없을 지도 모릅니다. 재해 시에는 다음의 방법으로 가족이나 친구들과 연락을 취할 수 있습니다.

(1) 재해용 메시지 다이얼

- 음성 메시지입니다. 집 전화, 휴대전화, 공중전화로 걸어 메시지를 녹음합니다.
다른 사람은 그 전언을 들을 수 있습니다.

【메시지 녹음】

- ① '171'을 누릅니다.
- ② '1'을 누릅니다.
- ③ 자신의 집 전화번호를 시외 국번부터 누릅니다.
- ④ 메시지를 녹음합니다.

【메시지 듣기】

- ① '171'을 누릅니다.
- ② '2'를 누릅니다.
- ③ 메시지를 듣고자 하는 상대방의 전화번호를 시외 국번부터 누릅니다.
- ④ 메시지를 듣습니다.

(2) 재해용 메시지판

문자 메시지입니다. 휴대전화에서 문자 메시지를 입력합니다. 다른 사람은 그 메시지를 볼 수 있습니다.

- ◆NTT 도코모 <http://dengon.docomo.ne.jp/tog.cgi>
- ◆au <http://dengon.ezweb.ne.jp>
- ◆소프트뱅크 <http://dengon.softbank.ne.jp/>

10. 방재 메모

본인

이름	여권 번호
국가	외국인 등록증 번호
	체류 카드 번호
일본의 주소	
전화	휴대전화

가족

이름	전화번호

친구

이름	전화번호

기타 중요한 전화번호

가스		대사관·영사관	
전기		병원	
수도			

대피 장소

가족 집합 장소

소방서 119 번 (화재나 부상·질병의 경우)

경찰서 110 번 (사건이나 교통사고의 경우)

외국인을 위한 방재 가이드북
2013년 2월 발행

발행 하치노헤시 종합정책부 시민연계추진과
(우) 031-8686

아오모리현 하치노헤시 우치마루 1초메 1번 1호

전화: 0178-43-2111 내선 2113, 2114, 2116

이메일: renkei@city.hachinohe.aomori.jp

하치노헤시 홈페이지: <http://www.city.hachinohe.aomori.jp/>