



ぐじょうしせいかつ
郡上市生活ガイド

Gujo City Living Guide

ちいき あんぜん ぼうさい
地域の安全と防災

Regional Safety and Disaster Prevention

ぐじょうし しみん みな あんぜん あんしん く めざ
郡上市では、市民の皆さんが安全で安心して暮らせるまちづくりを目指し、
じしん ふうすいがいなど そな たいさく つと
地震や風水害等に備えた対策に努めています。

さんこう ひごろ ぼうさい じゅんぴ ととの
このパンフレットを参考に、日頃から防災の準備を整えましょう。また、
にほんご はな かた つう す ちいき ひなんばしょ かくにん
日本語の話せる方を通じて、お住まいの地域の避難場所を確認してください。

Gujo City Council aims to make our town a pleasant place for citizens to live safely and in peace. We also make efforts to take precautions against earthquakes, storms and flood damage. Please refer to this brochure and use the information given to help you take precautions against disasters. Moreover, make sure that you know the location of the regional evacuation center in your area.

ぐじょうしやくしょ

郡上市役所 Gujo City Office

ぐじょうしこくさいこうりゅうすいしんきょうぎかい

郡上市国際交流推進協議会



Gujo International Communications Association

目次

じけん じこ はっせい ばん
○事件・事故が発生したら「110番」

ばん かた
110番のかけ方 1~2



かじ きゅうきゅう はっせい ばん
○火事・救急が発生したら「119番」

ばん かた
119番のかけ方 3~4



ひごろ ぼうさいたいさく
○日頃からの防災対策

じしんたいさく
【地震対策】

ひごろ たいさく
①日頃の対策 5~8

じしんはっせいじ
②地震発生時 7~8

じしんはっせいご
③地震発生後 7~8

ふうすいがいたいさく
【風水害対策】 9~10

せつがいたいさく
【雪害対策】 9~10

ひなんじょ かくにん
【避難所の確認】 11~12

CONTENTS

○Call 110 in case of accidents or incidents

Calling 110 1~2



○Call 119 in case of fire or for ambulances

Calling 119 3~4



○Daily Disaster Prevention Measures

【Earthquake Countermeasures】

① Daily Countermeasures 5~8

② In the Event of an Earthquake 7~8

③ After the Occurrence of an Earthquake 7~8

【Measures against Flood and Wind Damages】 9~10

【Measures against Snow Damage】 9~10

【Confirming Your Evacuation Area】 11~12

事件・事故が発生したら「110番」

110番は、事件・事故が発生したときの緊急通報専用の電話です。警察官が、いち早く現場に急行し、事件・事故の早期解決を図ります。

110番のかけ方 ※市外局番不要

①電話（自宅電話・携帯電話・公衆電話）から「110」をダイヤルします。

②110番通報されると警察官が次のことを聞きますので、慌てず落ち着いて、ゆっくり、はっきりと話してください。

- 何があったのか・・・（けんか、交通事故など）
- いつ・・・（今か、何分前か）
- どこで・・・（場所、近くの目標）
- けが人の有無・・・（けが人がいる場合は、警察から救急車を手配します）
- あなたの住所、氏名、電話番号

※緊急でない警察への要望や相談などは、最寄りの警察署・交番へお問い合わせください。

（郡上警察署 ☎67-0110）



Call 1 1 0 in case of accidents or incidents

Dial 110 is the emergency call number for traffic accidents or incidents. Policemen will rush to the scene to resolve the incident or traffic accident, etc.

Emergency Calls ※ No area code is necessary

- ① Dial "110" from phones (Home phone, cell phone, public phones).
- ② You are asked the following when you dial "110". Please talk to the operator calmly, slowly, and clearly.
 - What's happened ? . . . (e.g. a road rage incident or a traffic accident etc.)
 - When ? . . . (Now or how many minutes ago)
 - Where ? . . . (place or any noticeable landmark nearby)
 - Are there any injured persons? . . . (In case of injuries, the police department will arrange an ambulance for injured persons.)
 - Your name, address and telephone number.

※ Contact the nearest police department or police box when your concern is not an emergency. (Gujo police station ☎ 6 7 - 0 1 1 0)



火事・救急が発生したら「119番」

119番は、火事・救急・救助が発生したときの緊急通報専用の電話です。消防車や救急車がいち早く現場に急行し、火事・救急・救助の対応をします。

119番のかけ方 ※市外局番不要

①電話（加入電話・携帯電話・公衆電話）から「119」をダイヤルします。

②119番通報されると消防本部職員が次のことを聞きますので、慌てず落ち着いて、ゆっくり、はっきりと話してください。（外国語での通報の場合「あなたの周りに日本語が話せる人がいたら替わってください」とメッセージが流れることがあります。）

- 火事ですか。救急車ですか・・・例：「火事（救急）です。」
- 場所はどこですか・・・例：目標となる建物は「〇〇の付近です。〇〇交差点です。」
- 火事的时候は、何が燃えていますか・・・例：「〇〇が燃えています。」
- 火事的时候は、ケガ人、逃げ遅れた人はいいますか・・・例：「けが人が、〇名います。」
- 救急的时候は、病人の名前、性別、年齢、症状
- あなたの氏名、電話番号



Call 119 in case of fire or for ambulances

Dial 119 is the emergency call number for fire and ambulances. A fire engine and/or ambulance will rush to the scene and take necessary measures.

Emergency Calls ※ No area code is necessary

- ① Dial "119" from phones (Home phone, cell phone, public phones).
 - ② You are asked the following when you dial "119", and please talk to an operator calmly, slowly and clearly.
When you make an emergency call in your language, you may hear a voice message asking you to hand the phone over to someone else nearby who can speak Japanese.
- Fire or for Ambulance ? . . . e.g. 「It's a fire, or I need an ambulance」 etc.
 - Where is the fire ? . . . e.g. 「The nearest landmark is …」 or 「…intersection」
 - (When the fire) What's burning ? . . . e.g. 「… is burning」
 - (When the fire) Are there anybody injured or still inside?
. . . e.g. 「Yes, one injured person or two injured persons 」
 - When you call an ambulance, the name of the person, sex, age and symptoms.
 - Your name and telephone number.



日頃からの防災対策

【地震対策】

日本は、世界でも有数の地震国です。大地震が発生すると、建物の倒壊、火災の発生など大きな被害が生じます。被害を少なくするためには、日頃からの準備と心構えが大切です。また、大きな地震が発生した場合は、地震の強い揺れが来るまでの数秒から数十秒前にテレビやラジオ等を通じ、緊急地震速報が発表されます。緊急地震速報を見聞きしたときは「周囲の状況に応じ、慌てずにまず身の安全を確保する」ことが基本です。



①日頃の対策

●非常持出品の準備

避難するときに持ち出す必需品です。重すぎたり、大きすぎるものは避難の支障となるので、必要最小限にまとめ、すぐに取り出せるところに保管しておきましょう。

ひじょうもちだしひん 非常持出品	ヘルメット・懐中電灯・携帯ラジオ・予備電池・非常食・水・救急医薬品・常備薬 貴重品・生活用品など
----------------------------	---

●非常備蓄品の準備

災害復旧までの数日間を自足するためのものです。最低でも3日間は自足できるだけの量を
用意しておきましょう。

ひじょうびちくひん 非常備蓄品	非常食・水（1人1日3リットルが目安）・生活用品・工具類など
---------------------------	--------------------------------



Daily Disaster Prevention Measures

【Earthquake Countermeasures】

Japan is one of the world's most earthquake-prone areas. When a large earthquake occurs, a lot of damage is caused, including falling buildings and fires. Daily arrangement and preparations for earthquakes are important to reduce damage. If a strong earthquake is detected in your area, an Earthquake Early Warning (EEW) is issued through TVs and radios several seconds to ten-odd seconds in advance. When an EEW is issued, stay calm and take a proper protective action quickly according to the surrounding situation.



① Daily Countermeasures

● Preparing Emergency Evacuation Items

Prepare emergency evacuation items as follows. Since heavy and large commodities may impede your refuge, prepare just minimal quantity necessary and store it in an accessible place.

Emergency Evacuation Items	Helmet, Flashlight, Portable radio, Spare batteries, Emergency food, Drinking water, Emergency medical supplies, Necessary medications, Valuables, Daily items etc..
----------------------------	--

● Preparation for Emergency Stockpiles

Prepare the following emergency stockpiles to survive an emergency for several days. It is recommended that you prepare stockpiles at least for 3 days for your family to survive.

Emergency Stockpile	Emergency food, Drinking water (3 litres per person per day), Daily Items, Tools etc.
---------------------	---



●家の中の安全対策

<p>家具を安全に配置</p>	<p>できるだけ人の出入りが少ない部屋に家具をまとめる。寝る部屋に家具を置く場合は、体の上に倒れてこないように配置する。</p>
<p>家具の転倒や落下防止の措置</p>	<p>家具と壁や柱の間に空間をつくらない。またL字型金具、家具の転倒防止シートなどを利用して転倒や落下を防ぐ。</p>
<p>通路や出入口に荷物を置かない</p>	<p>いざというときの避難路を確保するために、通路や出入口にはできる限り荷物を置かないように配置する。</p>
<p>窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る</p>	<p>窓はもちろん、食器棚などに使われているガラスにも忘れずに飛散防止フィルムを貼る。</p>

②地震発生時

- (1) 落ち着いて、まずは自分の身を守る
- (2) 揺れがおさまったら、火元を確認する（コンロの火を消し、ガスの元栓を閉める。火が出たら消火する）
- (3) 家族の安全を確認
- (4) 靴をはく（ガラスの破片などから足を守る）
- (5) ドアや窓を開けて逃げ道を確認する
- (6) 非常持出品を準備する
- (7) 隣近所の安全確認
- (8) ラジオなどで情報を確認（間違った情報やうわさなどにまどわされないように）
- (9) 家屋倒壊などの恐れがある場合は避難する



③地震発生後

余震に注意しましょう。ラジオ、新聞、テレビやインターネットなどでできる限り正しい情報を集めましょう。大きな地震で自宅に戻れない状況になった時は、家族の安否と避難先をご自分の国の在日大使館や領事館、所属している会社や学校等に速やかに連絡しましょう。

● Safety Measures in the House

Arrange Household furniture safely	Arrange furniture to allow easy access between rooms. Bedroom furniture should be arranged so that it cannot fall down on you in bed.
Prevent furniture overturning or falling	Secure furniture or hung pictures with metal clasps such as L-shaped screws firmly to prevent shifting or falling.
Don't put baggage in walk ways or doorways	Try your best not to block walk ways or doorways, so that evacuation routes can be secured for an emergency.
Apply anti-shatter films on windows	Put anti-shatter films on windows and cabinet glass.

② In the Event of an Earthquake

- (1) Stay calm and protect yourself first and foremost .
- (2) As soon as the shake is settled, in the event of a fire, extinguish gas stove fires and turn off the gas at the main valve.
- (3) Check on your family's welfare.
- (4) Put your shoes on to protect your feet against broken glass.
- (5) Secure an escape route by opening the door or windows.
- (6) Prepare your Emergency Kit.
- (7) Check on your neighbour's welfare.
- (8) Verify up-to-date information through TV, Radio etc. (Please used your own judgement and don't be misled by distorted information or rumours etc.)
- (9) Take appropriate shelter when there is danger of a house collapsing.



③ After the Occurrence of an Earthquake

Be careful of aftershocks. Gather as much accurate information as possible through radio, newspapers, TV, etc. When you can not get home due to the damage caused by the earthquake, you should alert either: your embassy and consulate in Japan (or in your own country), your company, or the school that you are attending.

【風水害対策】

毎年7月から10月にかけて、日本には数多くの台風が近づいてきます。大雨による浸水や暴風による建物の倒壊などの被害が出る場合があります。台風は、襲来時期や規模を、ある程度予測することができますので、日頃から天気予報を気に向け、注意が必要な時にはテレビやインターネット（気象庁ホームページ <http://www.jma.go.jp/jma/index.html>）で最新の情報を収集するようにしましょう。

集中豪雨などの場合には、急な増水や土砂災害の危険があるので、川などには近づかず、すぐに避難しましょう。そこで雨が降っていなくても、上流部で雨が降っている場合があるので、河川が増水した場合は、すぐに避難しましょう。



【雪害対策】

毎年12月から3月にかけて、郡上市には多くの雪が降ります。時には、大雪により局地的な雪崩、交通網の寸断などの被害の発生する場合がありますので、次の表を参考に、身の回りや家屋の対策について、日頃から備えましょう。

●雪害から身を守るチェック表

すべりにくい靴を履き、できるだけ両手が使える状態で歩き、転倒に気を付けましょう。
降雪時に、自動車で外出する場合は、チェーンなど滑り止め措置をしましょう。
自宅のまわりや歩道などは自分たちで除雪しましょう。
屋根などからの落雪に注意しましょう。
屋根の雪下ろしをする場合は、命綱、はしごの固定など転落防止措置を行いましょう。



【Measures against Wind and Flood Damage】

A lot of typhoons come to Japan every year from July to October, and cause flood damage or building damage due to heavy rain or strong wind. As far as the course of a typhoon is predictable, when it comes and how strong it is, etc., please make sure to check the weather forecast regularly and collect updated information via TV or internet in case of necessity, (check Japanese meteorological agency's homepage <http://www.jma.go.jp/jma/index.html>)

In the event of a heavy rain, stay away from rivers and evacuate immediately as there is a danger of sudden floods or landslides. Even if it's not raining in your localised area, evacuate immediately if you notice the river level rise, which may be caused by heavy rain in the upper reaches.



【Measures against Snow Damage】

It usually snows heavily in Gujo City every year between December and March, which causes localized snowslides or cuts transportation networks. Be sure to be prepared for snow damage taking necessary measures outside of your house according to the following checklist.

- Countermeasures to protect yourself and your family from snow damage.

Wear non slip shoes and walk with your hands free in case of fall.
Install snow tire chain when you drive in the snow.
Remove snow from outside of your house and the sidewalk/pavement near your house by yourself.
Be aware of snow fall from a roof.
When removing snow from your roof, be sure to take necessary fall prevention measures by attaching a safety rope and stabilize your ladder.



【避難所の確認】

災害は、いつどこで起こるかわかりません。起こったときに慌てないように、月に一度は次のようなことを家族全員（同居者）で話し合い、確認しておきましょう。

- ・避難所を確認（市が指定する避難所を隣近所の方などに聞いて、確認しておいてください。）
- ・いざというとき誰が何をするか決めておきましょう。
- ・家族（同居者）が離ればなれになったときの連絡方法を決めておきましょう。

※郡上市の防災に関する、詳しい対策については、市役所総務部総務課まで、お問い合わせ下さい。

(☎67-1832)



【Confirming Your Evacuation Area】

A disaster might happen anytime and anywhere. Accordingly, it is recommended that you talk with your family members at least once a month about the following to stay calm in emergencies.

- Make sure evacuation shelters designated by the city (Ask your neighbours and confirm the location).
- Assign individual roles to each family member: who will do what.
- Decide how to contact each other when family members, or co-habitant, become separated.

※For further information on anti-disaster measures, please contact the General Affairs Administration Section of Administrative Department of Gujo City Office.

(☎67-1832)





はっこうび へいへいせい ねん がつ
発行日／平成20年3月

かいていび へいせい ねん がつ
改訂日／平成31年3月

へんしゅう はっこう くじょうしやくしょ しちょうこうしつひ しょこうほうか くじょうしこくさいこうりゅうすいしんきょうぎかい じむきょく
編集・発行／郡上市役所 市長公室秘書広報課 (郡上市国際交流推進協議会 事務局)

じゅうしょ くじょうしはちまんちょうしまだに ばんち
住所／郡上市八幡町島谷228番地

でんわ
電話／67-1121 (内線1311)

URL／<http://www.city.gujo.gifu.jp/>

Issuing date／March, 2008

Revision date／March, 2019

Edit & Publication／The Secretary of Public Information Section
(Gujo International Communications Association Secretary)

Address／Shimadani 228, Hachiman-cho, Gujo City, Gifu Pref.

Phone／67-1121 (extension 1313)

URL／<http://www.city.gujo.gifu.jp/>