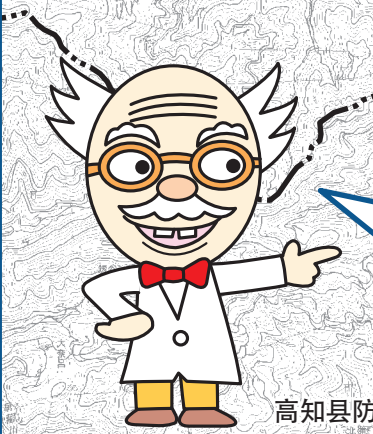


～如果感觉晃动了就快跑吧～  
高知市海啸灾害预测地图

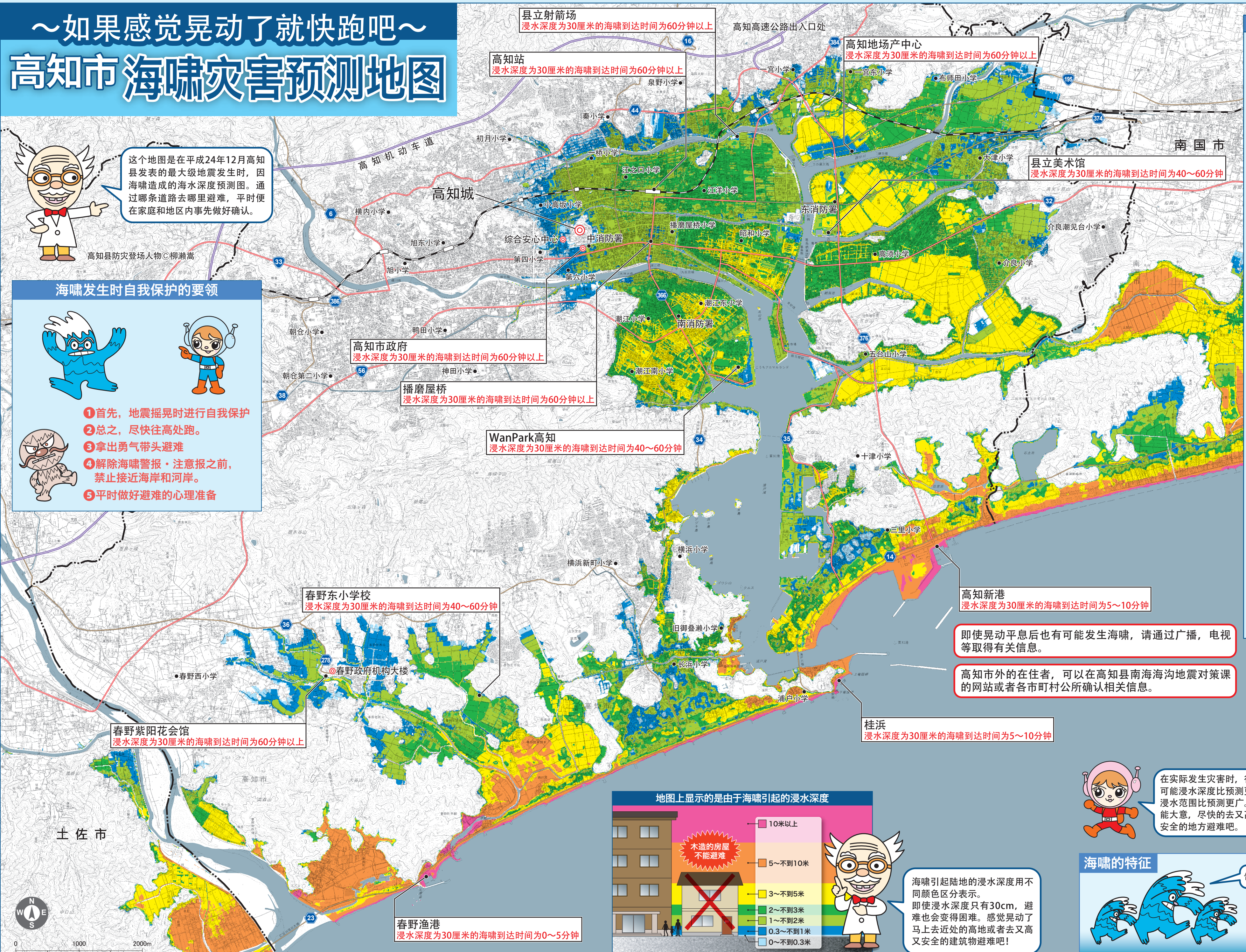


这个地图是在平成24年12月高知县发表的最大级地震发生时，因海啸造成的海水深度预测图。通过哪条道路去哪里避难，平时便在家庭和地区内事先做好确认。

## 海啸发生时自我保护的要领



- ①首先，地震摇晃时进行自我保护
- ②总之，尽快往高处跑。
- ③拿出勇气带头避难
- ④解除海啸警报・注意报之前，禁止接近海岸和河岸。
- ⑤平时做好避难的心理准备



## 海啸关联的标志

## 注意海啸的标志



这里是必须注意海啸的地方，如果晃动了快跑吧！



### 发生海啸时避难场所的标志



(高地等) (海啸避难楼)



(县内统一)

这个标志是海啸避难场所的标志啊，标志很多，一定要记住哦。



## 海啸的特征



告诉你海啸是多么的可怕 哗-哗-

- ①海啸是又快又高啊!
- ②海啸会来很多次啊!
- ③河流和水渠会倒流啊!

## 凡例

### 紧急输送道路

- 道路第1次(高速公路)
- 第2次
- 第3次

在实际发生灾害时，很有可能浸水深度比预测更深，浸水范围比预测更广。不能大意，尽快的去又高又安全的地方避难吧。

海啸引起陆地的浸水深度用不同颜色区分表示。  
即使浸水深度只有30cm，避难也会变得困难。感觉晃动了马上去近处的高地或者去又高又安全的建筑物避难吧！

この地図は、国土地理院長の承認を得て、同院発行の電子地形図25000を複製したものである。(承認番号 平25情複、第818号)また、この地図を第三者が複製する場合には、国土地理院長の承認を得る必要がある。

この地図は高知市が所蔵する津波ハザードマップを翻訳したものです。



# 发生南海海沟地震时，请立即做下面的事情！

当发生大规模的地震时，预计受灾情况会比较严重，因此估计公共机构很难及时在全县范围内提供救援和指导。

首先要防止落下物体砸伤头部，这时候最关键的是“**自己的生命自己守护**”这种意识。

## 发生地震时在家中或建筑物内应该怎么办？

### ●如果在家里

大件的家具、书架可能会倾倒，画框等可能会掉落。所以尽快躲避到结实的桌子或写字台下面。



★如果桌子可能因为重物被压坏时，立即逃到更安全的场所去。

### ●如果在电梯里

当您感觉到晃动时请立即按下所有楼层的按钮，待电梯停在某层后马上离开。

有的电梯装有地震感应装置，感受到晃动后会自动在最近的一层停下。

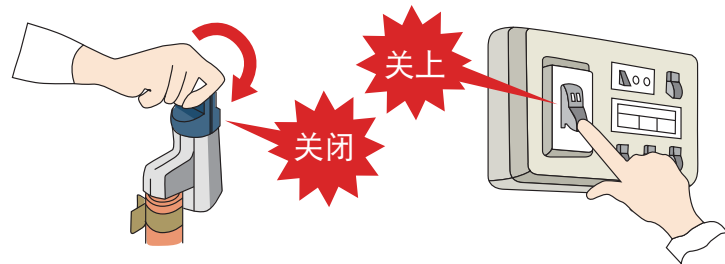


### ●如果在很多人聚集的设施中

请遵循负责人的指示行动。  
请沉着冷静行动。  
请不要急急忙忙往出口跑。

### ●晃动暂时停止时

不要使用燃气灶并关闭总闸。也要拉下电闸。



## 发生地震时在室外应该怎么办？

### ●如果步行在市区

当您在建筑物附近步行时，要当心窗户玻璃、招牌等可能掉落的物体，用手头的随身物品尽可能保护头部，同时逃到安全的场所。



### ●如果步行在围墙和自动贩卖机附近

围墙和自动贩卖机可能会倒塌，请立即离开。



### ●如果在山里

请远离悬崖。山石可能发生崩塌。



### ●如果在驾驶车辆时

感觉到晃动时请慢慢减速。不要慌张慢慢将车停在道路左侧并关闭发动机。打开汽车的紧急停车闪光灯，让周围的车辆能够注意到。

尽量不要把车停在很长的斜坡下面或者隧道出入口附近。因为山体可能发生崩塌，很危险。

**请不要锁车门。车钥匙请继续插在引擎上。**

注意不要把贵重物品留在车内。

从车上下来避难。下车时注意经过的车辆。



### ●注意余震

大地震发生后，还可能会发生多次余震，请务必注意。

注意收听气象厅通过收音机和电视机发布余震信息。

不要进入有坍塌迹象的房屋。不要靠近可能发生山体滑坡的地带（山和悬崖）。

## 最大级别南海海沟地震的特点

最大级别的地震・海啸发生的话，从东海到九州整个范围内都会遭受巨大的损害，县外可能无法及时提供援助。

### 地面长时间摇晃

最大级别的地震发生的话，高知县整个区域会剧烈摇晃，26个市町村预计最大震度7，剩下的8个市町村预计震度为6强。

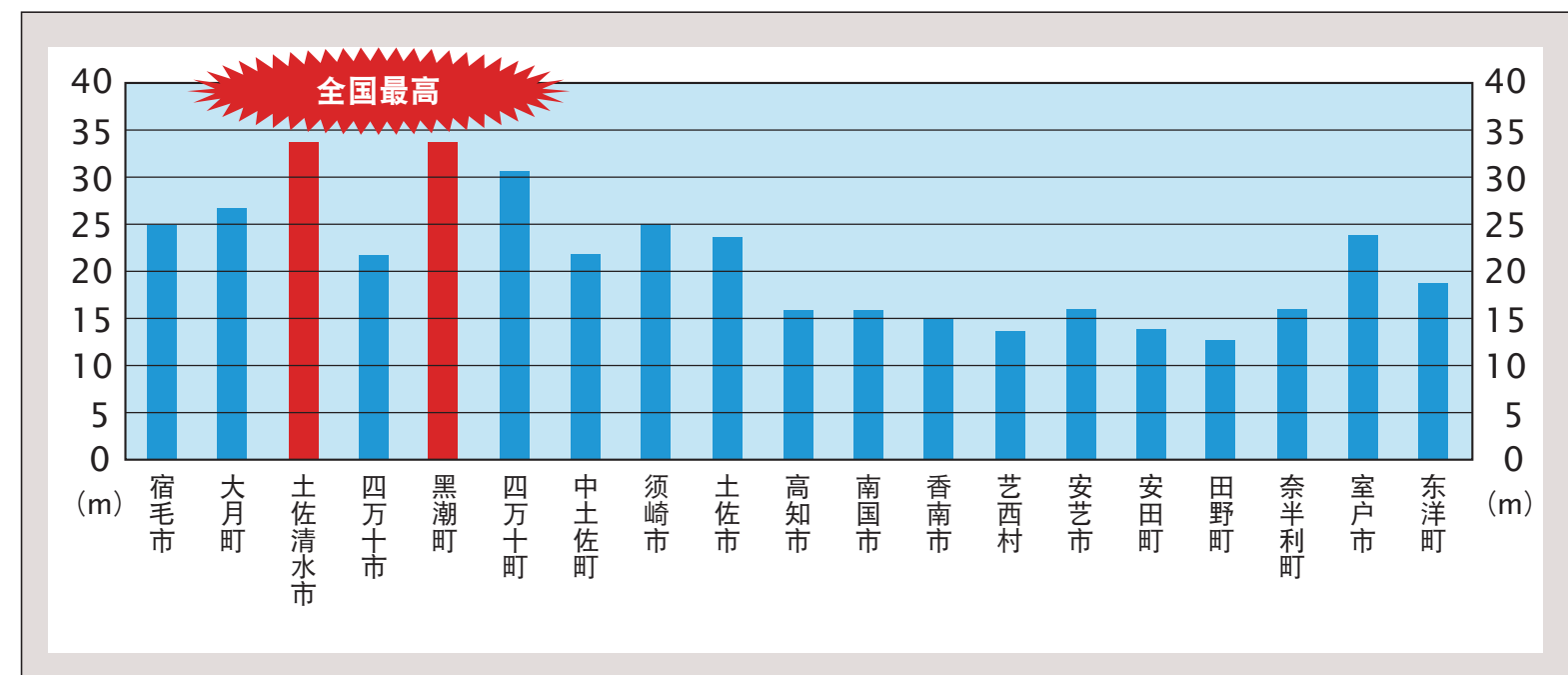
东日本大地震的震源区域都在海上，南海海沟地震的预测震源区域里包含陆地，高知县也在震源区域中。因此，摇晃会更加剧烈。

### 大海啸迅速到来

在高知县，1米高的海啸可能会在地震发生后最快3分钟左右到达海岸线处。并且，除了浦之内湾和浦户湾深处，几乎全部的海岸线都可能遭遇最大10米高的海啸侵袭。

### ■海岸线处海啸的高度（2012年8月内阁府公布）

可以获知各市町村的海岸线处海啸的高度。



## 海啸时如何逃生？

一旦摇晃 ↓	感觉到摇晃后首先保护好自己。 长时间摇晃或者强烈的摇晃后，必须要意识到海啸会来。	
无论如何要 ↓	摇晃暂时停止后，立即拿上必需品逃生。（眼镜、药品、收音机、手电筒等、平时要将上述避难时的必需品准备好以保证灾难时能立即拿上逃生。） 即使没有发布海啸警报 (Tsunami Keihou) 和 海啸警戒提示 (Tsunami Chuuihou) 也要立即一个人逃生。	
立即 ↓	立刻逃到事先决定好的集合地点 如果当时身处不认识的地方，不知道该往哪逃生的话，就往高地 (takadai) 或高楼上跑。根据海啸的高度来判断，尽可能逃到更高的地方。 原则上不要驾车逃生。（可能会遇到交通堵塞，或者为了找车钥匙而耽误时间，造成逃生延迟。）	
直到 海啸警报解除	海啸会反复来袭。一旦避难到安全的地方，要通过广播等确认海啸警报解除后再返回家。海啸警报解除前不要回家。	

発行者：（公財）高知県国際交流協会

このパンフレットは一般財団法人自治体国際化協会（CLAIR）の助成事業により作成されています。



発行 / （公財）高知县国际交流协会（KIA）

这个小册子是由一般財団法人自治体国際化協会（CLAIR）の助成事业制作而成。