



2 En cas de catastrophes naturelles.

Le Japon est un des pays les plus affectés par les tremblements de terre dans le monde. Un tremblement de terre peut se produire à n'importe quel moment. D'autre part de nombreux typhons touchent le Japon d'été jusqu'en automne.

Afin de diminuer les ravages produits par ces catastrophes, il est important de préparer les contre-mesures nécessaires et de réagir calmement dans le cas d'un tremblement de terre.

2-1 Tremblement de terre

Le Japon est un des pays les plus affectés par les tremblements de terre dans le monde. D'autre part, des raz-de-marée peuvent accompagner ces tremblements de terre.

Informations multilingues sur la vie quotidienne



P Urgences, Sinistres

► [P Urgences, Sinistres](#)

(1) Niveaux de force sismique

Il y a 10 niveaux de force de tremblements de terre relatifs à la force de la secousse sismique. Plus le niveau est élevé, plus la secousse sismique est forte.

niveau de force du tremblement de terre	intensité de la secousse	niveau de force du tremblement de terre	intensité de la secousse
0	<p>La secousse est très légèrement ressentie.</p> 	5 faible	<p>La plupart des personnes auront des difficultés dans leurs mouvements. Des meubles peuvent tomber</p> 
1	<p>La secousse peut réveiller une partie des habitants endormis. Des objets suspendus (lampe, etc...) oscillent légèrement.</p> 	5 fort	<p>Il est difficile de se tenir debout. Des meubles sans fixation peuvent se déplacer ou se renverser.</p> 
2	<p>La plupart des habitants peuvent ressentir la secousse. Les objets bougent.</p> 	6 faible	<p>Il est impossible de se déplacer sans ramper. Les vitres ou carrelages de nombreuses habitations se cassent ou tombent.</p> 
3	<p>La plupart des habitants peuvent ressentir la secousse. Les objets bougent.</p> 	6 fort	<p>Il est impossible de se déplacer sans ramper. Les vitres ou carrelages de nombreuses habitations se cassent ou tombent.</p> 
4	<p>La plupart des habitants endormis peuvent être réveillés par la secousse. Les lampes oscillent et les objets dans les placards bougent.</p> 	7	<p>Il est impossible de se déplacer de sa propre volonté. Les vitres ou carrelages de la plupart des habitations se cassent ou tombent.</p> 



D'autres secousses sismiques peuvent suivre la première grande secousse d'un tremblement de terre. Ces secousses peuvent être de la même intensité et se répéter plusieurs fois. Il est donc important de rester sur ses gardes.

(2) En cas de tremblement de terre.

situation	manuel d'action
A l'intérieur	<ol style="list-style-type: none"> 1. Assurez-vous tout d'abord de votre protection en vous mettant par exemple sous une table. 2. Alors que les secousses continuent. coupez toutes sources de chaleurs (gaz, etc...) 3. Si vous sortez à l'extérieur, agissez sans paniquer et en prenant garde -à tout objet qui pourrait tomber ou se renverser sur vous. 4. Si vous sortez à l'extérieur, agissez sans paniquer et en prenant garde -à tout objet qui pourrait tomber ou se renverser sur vous. 5. Déplacez-vous à pied vers votre lieu d'évacuation. 6. Essayez de coopérer autant que possible avec les personnes autour de vous et de réunir les informations les plus récentes par la radio ou tout autre moyen.
En roulant une voiture	<ol style="list-style-type: none"> 1. Essayez d'appuyer sur les boutons de tous les étages. 2. Essayez de voir si vous pouvez descendre à l'endroit où l'ascenseur s'est arrêté (si un système automatique est installé, l'ascenseur pourrait stopper à l'étage le plus proche.) 3. Si l'électricité a été coupée et que les portes ne s'ouvrent pas, appuyez continuellement sur le bouton de contact d'urgence et attendez l'appel de quelqu'un.
À l'extérieur	<ol style="list-style-type: none"> 1. Prenez garde à des objets comme des panneaux ou des briques qui peuvent tomber. 2. Soyez attentifs à ce qui vous entoure, puis protégez-vous dans le lieu qui vous paraît le plus sûr.
Dans un véhicule en roulant	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tenez fermement le volant et diminuez votre vitesse régulièrement, puis arrêtez votre véhicule. 2. Laissez le centre de la route libre pour laisser passer ambulances et voitures de pompiers. 3. Laissez la porte de votre véhicule ouverte et vos clés puis dirigez-vous à pied vers votre lieu d'évacuation.
Dans le train	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tenez fermement les poignées ou la rampe des deux mains. 2. En cas d'arrêt du train entre deux gares, n'essayez pas de sortir du train en ouvrant la porte d'urgence ou en sautant par la fenêtre. 3. Agissez conformément aux directives des agents du train ou du conducteur.

(3) Se préparer contre une seconde série de sinistres après un tremblement de terre.

Un des sinistres les plus fréquents après une secousse sismique est l'incendie. Il est important d'éteindre immédiatement tout début de feu afin d'éviter l'incendie. A la suite d'une forte secousse, éteignez immédiatement le feu des appareils à gaz ou du four puis fermez le gaz et débranchez la prise de courant des appareils électriques. Si vous devez évacuer, coupez le circuit électrique avant d'évacuer. Dans le cas du début



P Urgences, Sinistres

▣ [P Urgences, Sinistres](#)

d'un incendie, appelez vos voisins à l'aide et éteignez ensemble le début d'incendie.

Un tremblement de terre peut donner suite à un raz-de-marée. Les raz-de-marée peuvent survenir avant que la radio ou la télévision préviennent du danger. Il vous faut vous éloigner des côtes de la mer rapidement dès les premières secousses d'un tremblement de terre et gagner un lieu d'évacuation sûr, comme un endroit élevé et éloigné de la mer. Les raz-de-marée peuvent survenir à plusieurs reprises (2 ou 3 fois). Il ne faut donc pas être rassuré après un premier raz de marée et ne pas vous approcher de la mer avant que les services d'information vous assurent pleinement de votre sûreté.