

# 「やさしい日本語」で防災情報を伝えましょう

「やさしい日本語」は、難しい言葉を言い換えるなど、相手に配慮した分かりやすい日本語のことです。災害発生時に、日本語が不慣れな外国人に素早く的確に情報を伝えることを目的に考案され、現在は生活情報、観光情報などを伝える手段としても幅広く使われるようになりました。

## 「やさしい日本語」変換のための基本ルール

- ・一文を短くして、文の構造を簡単にする。
- ・難しい言葉を避け、簡単な言葉を使う。
- ・災害時によく使われる言葉や知っておいたほうがよいと思われる言葉は、そのまま使う。
- ・外来語（カタカナ）はなるべく使わない。
- ・擬態語や擬音語は避ける。
- ・動詞を名詞化したものは分かりにくいので、できるだけ動詞文にする。
- ・あいまいな表現は避ける。
- ・二重否定の表現は避ける。
- ・文末表現はなるべく統一する。
- ・ローマ字は使わない。
- ・時間や年月日を外国人にも伝わる表記にする。
- ・漢字の使用量に注意する。全ての漢字にふりがなをふる。
- ・文は文節ごとに「分かち書き（余白を空けて区切る）」にして、言葉のまとまりを認識しやすくする。
- ・絵、写真、図表などを使って分かりやすくする。



イメージキャラクター  
「やさ日不二夫くん」



「やさしい日本語」の  
考え方がわかる  
動画はこちらから→



## 「やさしい日本語」にしてみましょう！

例：高台に避難してください。 → <sup>たか</sup>高い <sup>ばしょ</sup>場所へ <sup>に</sup>逃げて ください。

例：地震の揺れで壁に亀裂が入ったりしている建物

→ <sup>じしん</sup>地震で <sup>こわ</sup>壊れた <sup>たてもの</sup>建物

例：余震が起きるおそれもあるため、余震に対して十分に注意してください。

→ <sup>よしん</sup>余震<sup>あと</sup>後から <sup>く</sup>来る <sup>じしん</sup>地震<sup>き</sup>に <sup>き</sup>気をつけて ください。

『外国人住民のための避難生活  
ガイドブック』『地震防災ガイド  
ブック』の「やさしい日本語版」  
も県HPに掲載しています。



参照：「やさしい日本語の手引き」（静岡県 暮らし・環境部 県民生活局 多文化共生課）

# 中部防災だより NO.6

令和2年  
冬号



編集・発行  
静岡県中部地域局  
藤枝市瀬戸新屋 362-1  
藤枝総合庁舎本館2階  
TEL 054-644-9104  
Mail chubu-kiki@pref.shizuoka.lg.jp

## トピックス

- ・地域防災訓練に取り組みましょう
- ・冬の寒さに備えた避難準備をしましょう
- ・「やさしい日本語」で防災情報を伝えましょう

## 地域防災訓練に取り組みましょう

12月の地域防災訓練は、「地域の特性に応じた防災体制の確立」と「防災意識の高揚による減災の実現」を目的に行われます。コロナ禍ではありますが、これを機会に事業所内やご家庭での防災対策について出来ることを考えていただき、皆さんの防災力を高めましょう。

皆さんで取り組むことが出来る事例について紹介します。

### 【事業所防災力アップのための取組事例】

「自助の力をつけよう」

「地域特性を考えて行動しよう」



#### 「防災アプリ「静岡県防災」

「静岡県防災」の学習コンテンツや避難トレーニング機能等を活用し、正しい知識を身に付け、適切な行動ができるようになります。

静岡県防災アプリ  
ダウンロード  
QRコード ⇒



平成30年 牧之原市

#### 避難経路を確認

津波避難タワーへの避難の様子です。地域の指定緊急避難場所や避難所の場所を確認するとともに、避難経路も歩いて確認しましょう。



#### 災害時図上訓練「DIG」

大きな地図を囲みながら、参加者全員で地域の防災対策などを考える訓練です。中部地域局では、事業所等の方々も対象に防災出前講座を行っています。お問い合わせは当局までお願いします。

### 【地域と事業所が協力している取組事例】



一時避難場所の様子

#### 天野回漕店(藤枝支店)

地震、水害、その他の災害等が発生した場合における一時避難場所としての使用に関する協定を藤枝市と結び、倉庫底下と駐車場を開放しています。清水にある本社も、津波避難ビルとなっています。



避難訓練の様子

#### 東洋水産株式会社(焼津工場)

津波襲来時に備え、焼津市との協定を結び、地域住民に津波避難ビルとして社屋の一部を開放しています。また、地域住民による津波避難訓練にも協力しています。

# 冬の寒さに備えた避難準備をしましょう

冬の寒さは、体力の消耗にも影響し、避難の際には、二次被害を引き起こすことも考えられます。そこで、静岡県地震防災センターで冬の寒さへの備えや対策を聞いてきました。ぜひ、冬の寒さに備えた避難準備に役立ててください。



インストラクターさんが丁寧に説明してくださいました。



取材：静岡県地震防災センター（静岡市葵区駒形通）  
防災力の啓発・創造・発信拠点施設です。

冬に向けて、備えておいた方がよい備蓄品、非常用持ち出し品等の防災グッズにはどのようなものがありますか？



お湯を注いで待つだけで・・・

とてもおいしいご飯が食べられます！！

寒い冬、食べ物や飲み物を温めるためにも、カセットコンロやカセットボンベを多めに備えましょう。ボンベの種類にもよりますが、使用期限が7年ほどあり、ボンベ1本で、1.5リットルの水を10回沸騰させられます。お湯を入れるだけで温かく食べられる物もたくさん出ています。以前に比べ味も、とてもおいしくなっています。お気に入りの味を見つけるのも楽しいですよ。



避難所等に避難したときに、寒さから身を守るための工夫はどのようなことがありますか？



1枚羽織るだけで、とても温かくなりますよ。

レスキューシート



毛布等がすぐに用意できない場合、体に羽織ることができるもの（レスキューシート、新聞紙、大きいビニール袋を着る等）を使い、熱を逃がさないようにしてください。カイロや手袋等を使い、手先を温めると体全体が温まります。また、新聞紙を使ってスリッパを作り、足先を温めたり守ったりすることもできます。さらに、ラップを体に巻くと、汗が出るくらいの保温効果がありますよ。



トイレとゴミの処理について

冬は冷えるので、トイレが近くなります。「食べること、飲むこと」と「排泄すること」はセットですので、携帯トイレの備蓄も忘れないようにしてください。トイレを気持ちよく使うことができないと、災害関連死につながる可能性があります。ビニール袋など、家庭にある物でも代用ができます。また、ペットの分と併せて消臭効果のある『猫砂』を備えているという方もいらっしゃいます。



避難所になっている体育館等の床は冷えて冷たく感じられるので、床に毛布やブルーシート等を敷くだけでも、体感温度が大きく変わります。段ボールベッドの導入を進めている市町や企業さんも増えています。現在、地震防災センターに展示してある段ボールベッドは、700キロの加重に耐えられます。また、床に付着した飛沫に触れるリスクを下げ、感染症対策にも有効です。

