

# KAWARABAN

## 在自然灾害中保护自身的安全

2016年8月

日本是一个台风、大雨、大雪、地震等自然灾害的多发国。为在自然灾害中保护自身安全，及时获得正确的信息至关重要。本期瓦版介绍有关气象，自然灾害的信息来源。

### ◆广播·电视(日语，部分外语)

可以通过收音机、电视确认最新气象消息。平时最好备有备用电池和手摇充电式收音机，以防万一停电。下面是宫城县内的广播频道。收听频率因地区不同而异，请确认。

- NHK 第一放送 (AM)
- TBC 东北放送 (AM)
- Date fm (FM)
- NHK FM (FM)

※NHK 广播还可以通过电脑和智能手机收听。

◎らじるらじる 网络广播

<http://www3.nhk.or.jp/netradio/>

※NHK World(电视，广播)可以通过电脑和智能手机收看和收听。

※其他还有局限于某一地区的社区 FM 广播。

### ◆气象厅(日语，英语)

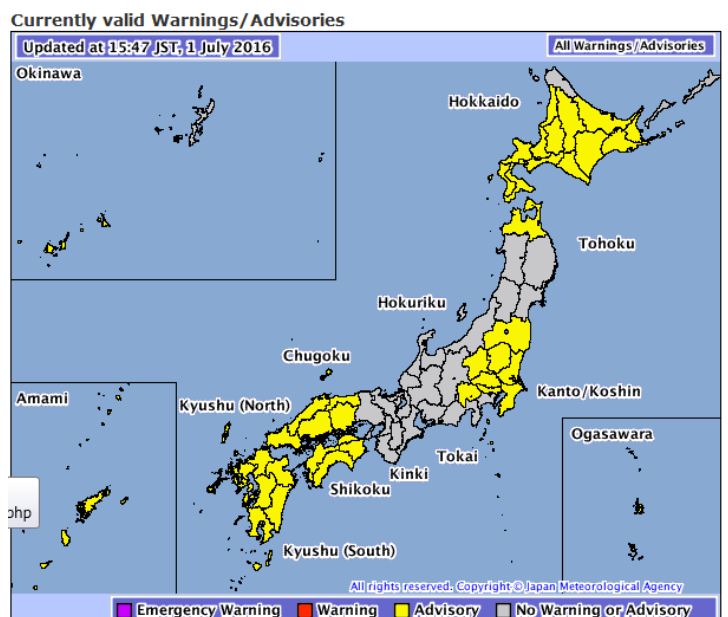
通过气象厅的网页

(<http://www.jma.go.jp/jma/index.html>) 可以查到最新气象消息、注意报、警报等。网页还有英语版。

### ◆紧急速报电子邮件

(日语，部分多语种)

气象厅发出的紧急地震速报、海啸警报、有关气象方面的特别警报，以及自治体发出的灾害·避难信息可自动发到有关区域内的所有手机。有的手机可能需要专门设定才能接收。



Docomo 的手机还有把电子邮件和音声指南设定成英语、中文、韩国语、西班牙语、葡萄牙语及简单日语的功能。(有的手机可能不具备这个功能)



## ◆ Safety Tips (日语, 英语, 中文, 韩国语)

这是由日本政府机构提供的一种,通过智能手机来接收紧急地震速报、海啸警报,火山喷发警报、其气象关联的特别警报的应用软件。除日语版外,还有英语、中文、韩国语版。需注意的是,所登录区域的设定如一个月没有更新的话,通知会自动停止。

## ◆ 防灾无线电广播 (日语)

通过设置在市町村的喇叭提供防灾信息。听到警报声后,请注意小心行动。

## ◆ 左邻右舍

避难指示,避难劝告等发布后,和左邻右舍打招呼,确认避难场所和避难路线很重要。为此,平时最好和近邻的人建立好关系。

## ◆ 宫城外国人咨询中心

(日语, 英语, 中文, 韩国语, 他加禄语, 越南语, 葡萄牙语, 印度尼西亚语, 尼泊尔语)

不知道避难所在哪、或有其他什么问题时,可打下面的电话咨询

**TEL : 022-275-9990**

**みやぎ外国人相談センター**  
**宮城外国人咨询中心**  
**미야기 외국인 상담센터**  
**Miyagi Support Center for Foreign Nationals**  
**Centro de Apoio aos Estrangeiros em Miyagi**  
**Sanggunian Sentro para sa mga Dayuhan**  
**Trung tâm tư vấn người Ngoại quốc Miyagi**

毎日の生活のなかで、悩みごとや困ったことがあったら、お気軽にご相談ください。

■日本語・中国語・英語：月曜日～金曜日(8:30～17:15) ■ポルトガル語：毎月第2金曜日(10:00～16:45)  
 ■韓国語：月曜日～金曜日(10:00～16:45) ■ベトナム語：毎月第2・第4火曜日(10:00～16:45)  
 ■タガログ語：水曜日(10:00～16:45) ■ネパール語・インドネシア語：(月～金 8:30-17:15) ※三言語通話電話による対応

＝中国語＝  
 일상생활을 하면서 겪게 되거나  
 불편한 일이 생겼을 때는 언제든지  
 미야기 외국인 상담센터에 연락해  
 주십시오.  
 中文・日语：星期一～星期五  
 (上午9:30至下午9:15分)

＝韓国語＝  
 한국어：월요일～금요일  
 (오전 10:00～오후 4:45)  
 월요일：월요일～금요일  
 (오전 8:30～오후 5:15)

＝英語＝  
 If you encounter difficulties in your  
 daily life, please contact the Miyagi  
 Support Center for Foreign Nationals.  
 English & Japanese:  
 Monday - Friday  
 (8:30 a.m. - 5:15 p.m.)

＝ポルトガル語＝  
 No caso de dúvidas em seu cotidiano,  
 Informe-se no Centro de Informações  
 aos Estrangeiros em Miyagi.  
 Português: Nas sextas feiras das 2hs  
 semanas do mês  
 (10:00 manhã ~ 4:45 tarde)  
 Japonês: segunda ~ sexta-feira  
 (8:30 manhã ~ 5:15 tarde)

＝タガログ語＝  
 Sa araw-araw na pamumuhay, kung  
 mayroon kayong suliranin tumawag  
 lang po sa Miyagi Sanggunian Sentro  
 para sa mga Dayuhan.  
 Tagalog: Miyerkules  
 (10:00 a.m. - 4:45 p.m.)  
 English at Japanese:  
 Lunes - Biyernes  
 (8:30 a.m. - 5:15 p.m.)

＝ベトナム語＝  
 Hãy liên lạc trung tâm tư vấn của  
 người Ngoại quốc Miyagi sẽ tư vấn  
 những lo lắng và khó khăn trong sinh  
 hoạt hằng ngày của bạn.  
 Tiếng VIỆT NAM: Thứ ba vào tuần  
 thứ 2 và thứ 4 mỗi tháng  
 (Từ 10:00 giờ sáng đến 4:45 chiều)  
 Tiếng NHẬT: Từ thứ hai đến thứ sáu  
 mỗi tuần  
 (Từ 8:30 sáng đến 5:15 chiều)

みやぎ外国人相談センター  
 (宮城)宮城国際協会(MIA)内  
**MIA**  
 宮城国際協会  
 Pusat Konsultasi Untuk Orang Asing Miyagi  
 Tersedia Konsultasi Untuk Bahasa Indonesia  
**विदेशी नागरिकका लागिको परामर्श केन्द्र मियागी**  
**મિયાગી શાખાના પત્રી પરામર્શ સેન્ટરકે સે ।**

**TEL 022(275)9990**