



고치현 거주 외국인을 위한 팸플릿

난카이 트로프 지진에 대비하자!



머리말

외국인 여러분께 드리는 말씀

일본은 지진과 태풍 등 자연재해가 자주 발생하는 나라입니다.

특히 고치현은 90~150년 간격으로 발생하는 매우 강한 지진인 '난카이 트로프 지진'과 이로 인해 발생하는 쓰나미로 막대한 피해가 발생할 것이 예상됩니다.

자연재해 발생 시 피해를 최대한 줄이기 위해 재해에 대해 알고, 준비하는 것이 매우 중요합니다.

자신과 자신의 가족 등 주변의 소중한 사람을 지키기 위해 본 가이드 북을 꼼꼼히 읽어주시기 바랍니다. 그리고, 재해 발생 시 자신과 가족, 이웃을 위해 방재에 대해 알게 된 내용을 실천해주시기 바랍니다.

난카이 트로프 지진과 관련있는 재해의 종류

지진 : 넓은 지역에서 지면이 흔들립니다. 일본은 세계적으로 지진이 자주 발생하는 나라입니다. 지진은 갑자기 찾아오기 때문에 미리 예측하는 것이 어렵습니다.



쓰나미 : 지진 발생 이후 덮쳐오는 매우 높은 파도를 의미합니다. 쓰나미는 매우 빠른 속도로 덮쳐옵니다. 2011년 동일본 대지진 때에는 이 쓰나미로 인해 막대한 피해가 발생했습니다.



장기 침수 : 지진이 발생하면 고치현에서는 지반 변동으로 인해 표고가 낮은 지대가 해수면 높이보다 낮아져 장기간 침수될 우려가 있습니다.



[상세 내용 15페이지](#)

목차

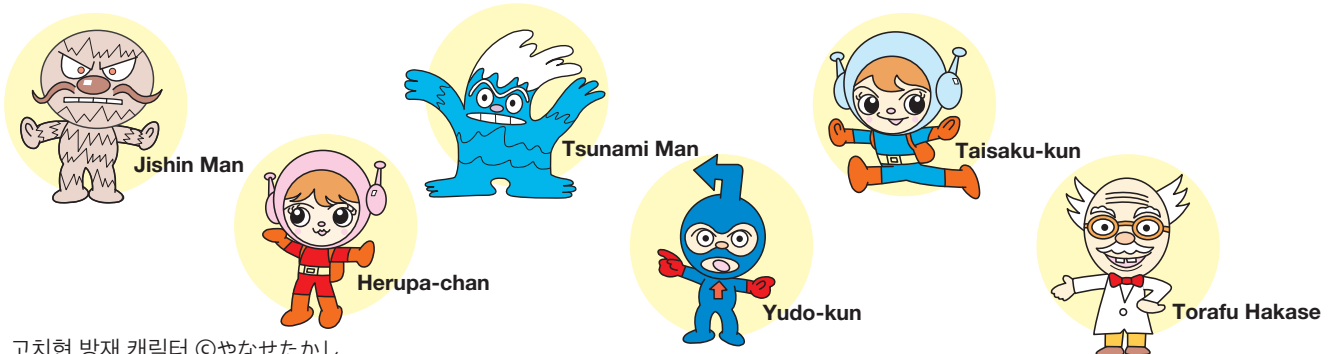
재해에 대비합시다

- 1 . 지진이 발생하면 어떻게 되는지 배워봅시다.....1페이지
- 2 . 어떻게 몸을 보호할지 배워봅시다
 - 진동으로부터 몸을 지키는 방법..... 3페이지
 - 쓰나미로부터 몸을 지키는 방법..... 6페이지
 - 화재를 막는 방법..... 8페이지
 - 대피소에 간다..... 9페이지
- 3 . 평소에 준비합시다
 - 가구를 고정한다.....10페이지
 - 비상용품과 '비축품'을 준비한다..... 12페이지
 - 가족이나 친구와 집합 장소를 정한다 13페이지
 - 방재에 도움이 되는 앱을 설치한다..... 14페이지

재해에 대해 배워봅시다

- 난카이 트로프 지진 15페이지
- 난카이 트로프 지진 임시 정보 17페이지
- 고치현 다국어 지원센터..... 18페이지
- 지진이 발생했을 때 도움이 되는 용어와 표현 19페이지
- 지진에 대비한 시뮬레이션..... 20페이지

캐릭터 소개



※본 캐릭터는 아이들의 방재에 대한 관심을 끌어내는 것을 목적으로 야나세 다카시 선생님의 전폭적인 협력을 얻어 2002년 제작되었습니다.

재해에 대비합시다

1 지진이 발생하면 어떻게 되는지 배워봅시다

(1) 집이 무너지거나 가구가 넘어집니다.

도로 등이 무너져 자동차, 열차, 버스를 이용할 수 없게 됩니다.



산사태 피해 (미나미아소무라) (국토교통성 제공)



주택 피해(마시키마치) (구마모토 현 마시키마치 제공)



가구 넘어짐 (도쿄 소방청 제공)



담장 붕괴 (방재 시스템 연구소 제공)

이때 어떻게 대처하면 되나? : 3페이지
어떻게 준비하면 되나? : 10페이지

(2) 쓰나미가 옵니다.



해안을 덮친 쓰나미
(2011년 3월 11일 오후 3시 56분 미야기현 나토리시 교도통신사 헬리콥터 촬영)



큰 쓰나미로 인해 대량의 폐기물에 묻혀 버림
(2011년 4월 4일 이와테현 가마이시시, 교치신문사 제공)



큰 쓰나미로 인해 건물 옥상에 떠밀려 온 관광버스
(2011년 7월 15일 미야기현 이시마키시)

이때 어떻게 대처하면 되나? : 6페이지

(3) 화재가 발생합니다.

■과거 지진 화재로 발생한 피해

지진 발생일	지진 명(매그니튜드)	소실 건물 수
1923년9월1일	관동 지진 (M7.9) (관동 대지진)	477,128채
1946년12월21일	쇼와 난카이 지진 (M8.0)	2,598채
1995년1월17일	도호쿠 지방 태평양 연안 지진 (M9.0) (동일본 대지진)	7,478채
2011년3월11일	효고현 남부 지진 (M7.3) (한신 아와지 대지진)	화재 건물330건 (이 중쓰나미 화재159건)

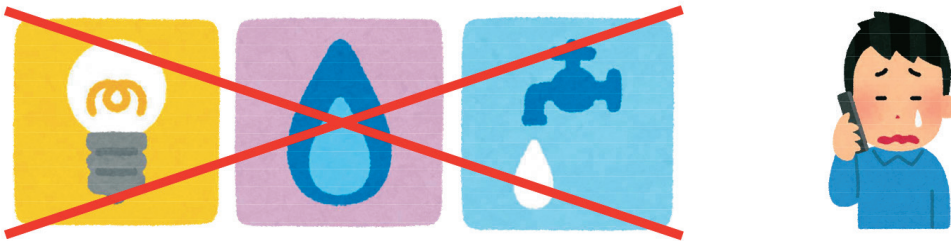


한신 아와지 대지진의 화재 발생 모습 (고베시 제공)

어떻게 준비하면 되나? : 8페이지

(4) 전기, 가스, 수도가 끊깁니다.

전화 및 인터넷도 사용이 불가능해질 수도 있습니다.



이때 어떻게 대처하면 되나? : 9페이지, 13페이지

(5) 음식, 물, 약, 생활용품 등이 구하기 힘들어집니다.



어떻게 준비하면 되나? : 12페이지

(6) 일시적으로 대피소 생활을 해야 합니다.



(미야기 현 제공)

이때 어떻게 대처하면 되나? : 9페이지
어떻게 준비하면 되나? : 13페이지

2 어떻게 몸을 보호할지 배워봅시다

진동으로부터 몸을 지키는 방법

긴급 지진 속보는 지진 발생

긴급 지진 속보는 지진 발생 직후, 각 지역에 강한 진동이 도달하는 시간이나 진도를 예상하여 가능한 한 빨리 전달하는 정보입니다.

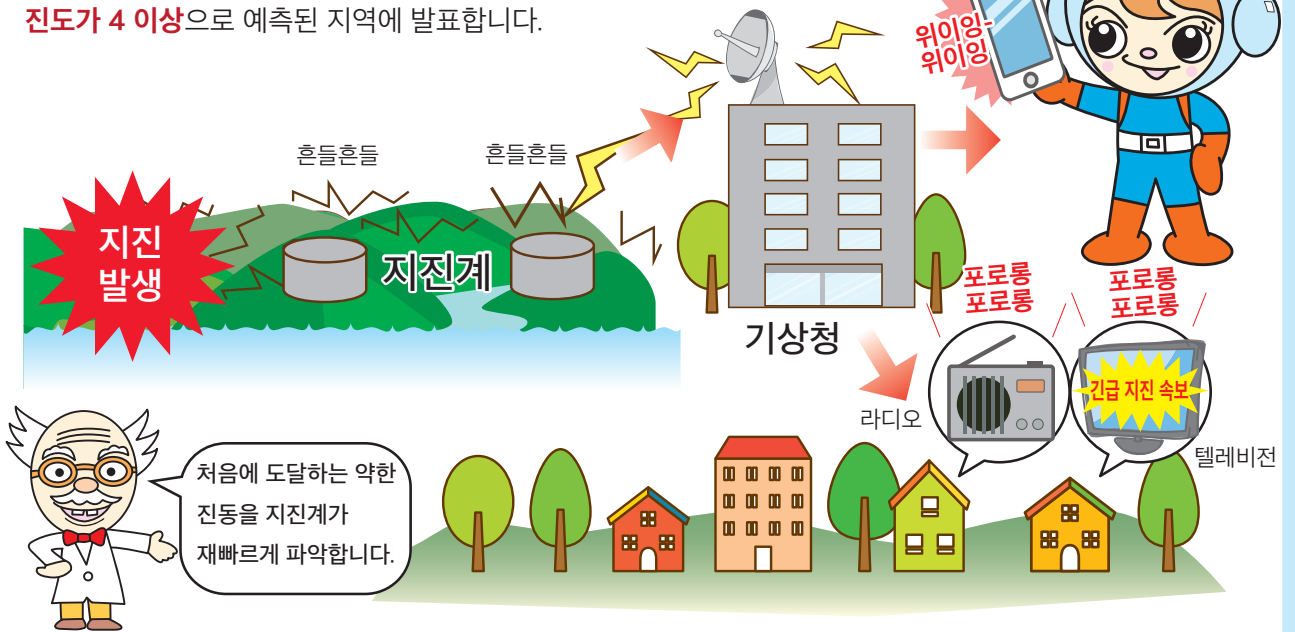
긴급 지진 속보가 나오면 주변 사람들에게 내용을 전달한 후, **주위 환경에 동요하지 말고 자신의 안전을 확보**하시기 바랍니다.

긴급 지진 속보 발표 과정

긴급 지진 속보는 텔레비전이나 라디오, 휴대전화 등으로 받으실 수 있습니다.

발표 시기?

진원지 근처의 **진도가 5약 이상**으로 예상될 때, **진도가 4 이상**으로 예측된 지역에 발표합니다.



긴급 지진 속보가 발표된 경우?

강한 진동이 오는데 몇 초에서 몇 십초 밖에 안 걸립니다.

즉시 몸을 지키기 위한 행동을 취합니다!
→ 자세한 내용은 다음 페이지를 확인하시기 바랍니다.

Herupa-chan의 부탁

소리를 들어봅시다



긴급 지진 속보가 발표되면 어떤 소리가 나는지 오른쪽에 있는 URL 또는 QR코드에 접속하여 들어봅시다.

텔레비전 · 라디오

NHK

<http://www.nhk.or.jp/sonae/bousai/>



au

<http://www.au.kddi.com/mobile/anti-disaster/kinkyu-sokuho/jishin-sokuho/>



휴대전화

docomo

<https://www.nttdocomo.co.jp/service/aremail/index.html>



SoftBank

http://www.softbank.jp/mobile/service/urgent_news/about/eww/





긴급 지진 속보를 봤을 때의 대응 방법

■ 집에 있을 때

침실에서 자고 있을 때



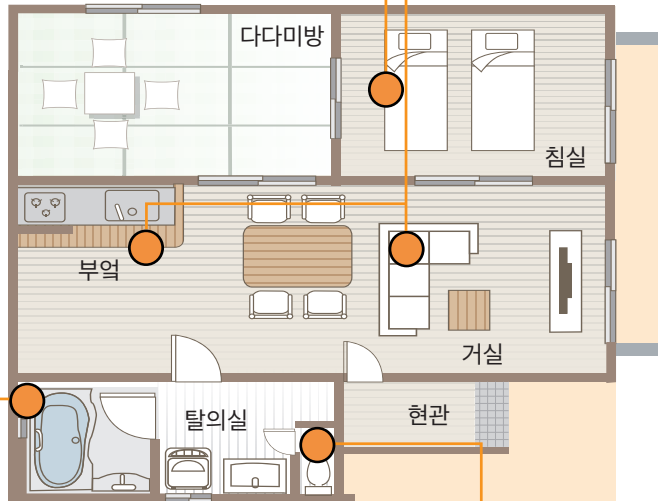
문을 살짝 열고 나서 이불을 뒤집어쓰고 몸을 보호한다.

주방이나 거실에 있는 경우



머리를 보호하고 몸을 낮춘다.

난카이 트로프 지진은 진도 6강 이상의 진동이 1분 이상 계속되기 때문에 가구가 쓰러질 수도 있습니다. 만일에 대비해 멀리 떨어지시다!



물건이 떨어지거나 쓰러지거나 날라오지 않는 장소에서 머리를 보호해야 합니다. 책상 아래에 숨는 경우 책상다리를 꼭 잡는 것이 중요합니다!



욕실에 있을 때

문을 살짝 열고 욕조 안에서 욕조 뚜껑 등으로 몸을 보호한다.



화장실에 있을 때

문을 살짝 열고 몸을 낮춘다



■ 밖에 있을 때

상점가에 있을 때



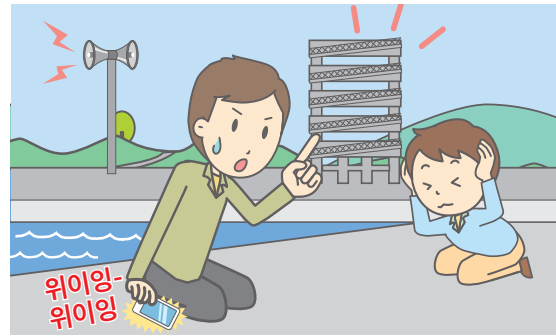
간판이나 자동판매기 등 위험한 물체로부터 멀리 떨어진다. 즉시 안전한 장소로 도망가고 몸을 낮춘다.

엘리베이터에 타고 있을 때



모든 층의 버튼을 누르고 열리는 층에서 바로 내린다. 이후 가방 등으로 머리를 보호하며 몸을 낮춘다.

바다 근처에 있을 때



진동이 멈추면 쓰나미에 대비해 쓰나미 대피타워나 높은 지대로 대피한다.

운전 중일 때



같이 타고 있는 사람에게 알린다. 당황하지 말고 비상등을 켜고 넓은 장소에 차를 멈춘다.



Q . 강한 진동은 한 번만 오나?

A . 구마모토 지진의 경우 진도 7의 지진이 2번 발생했습니다. 또한 도호쿠 지방 태평양 연안 지진은 9년 이상이 지나도 여진이 계속되고 있으며, 1854년에 발생한 안세이 난카이 지진의 경우 여진이 3년간 계속됐다는 기록이 남아있습니다.

Herupa-chan의 부탁

■고치현 세이크 아웃 훈련 홈페이지

<https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/010201/shake-out.html>



고치현에서는 고치현 난카이 트로프 지진 대책 추진 주간 (8월 30일~9월 5일)에 '몸을 낮추고 머리를 보호하며 움직이지 않는다'라는 안전 확보 행동을 일제히 취하는 세이크 아웃 훈련을 실시합니다.

장소 상관없이 누구나 편하게 참가할 수 있는 훈련이므로 부디 많은 참여 부탁드립니다.

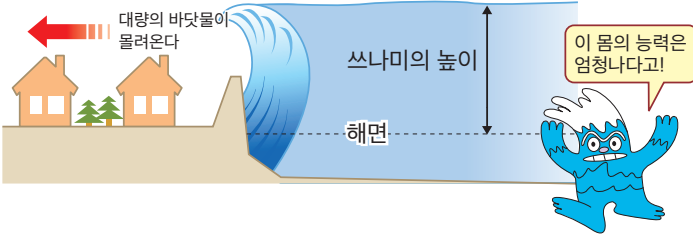


쓰나미로부터 몸을 지키자

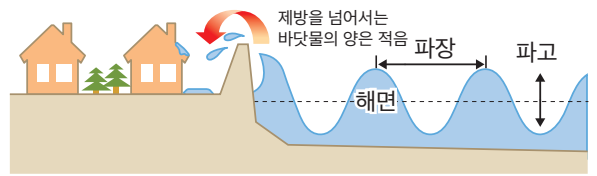
쓰나미를 제대로 이해하자

■ 쓰나미와 파랑의 큰 차이점

쓰나미 쓰나미는 해저부터 해면에 걸쳐 해수 전체가 움직인다. (파장이 길다)



파랑 파랑은 해면이 바람 등에 의해 파도치는 현상



■ 쓰나미의 특징

- 쓰나미의 파장(파도의 꼭대기인 마루 사이의 간격. 난카이 트로프 지진의 경우 길이가 50km 정도)이 길어 깊을수록 빨리 도달하며, 얇은 경우 도달 시간은 늦어지나 높아지는 특성이 있습니다.
- 지진이 일어난 장소(진원)와 규모(매그니튜드)에 따라 쓰나미의 높이와 도달 시간이 다릅니다.
- 쓰나미가 오기 전에 바닷물이 빠져나간다는 이야기가 있으나, 반드시 그렇지는 않습니다.
- 쓰나미가 몰려오면 **무릎 정도의 높이만 돼도 사람은 서 있을 수 없습니다.**
- 쓰나미는 여러 번 찾아옵니다. **첫 쓰나미가 가장 높다고 단정할 수 없습니다.**

■ 쓰나미의 위험

- 쓰나미는 강을 거슬러 올라오며 범람합니다.
- 평지에 사는 사람도 주의해야 합니다. 동일본대지진 때는 해안에서 5km 떨어진 내륙 지역까지 쓰나미가 밀려 들어왔습니다.
- V자 모양의 만에서는 쓰나미가 만 안쪽에 도착할 경우 파고가 높아집니다.
- 빠져나가는 파도는 유속이 빨라, 무너진 집이나 배를 앞바다로 휩쓸어 갑니다.
- 지구 반대편에서 발생하더라도 쓰나미는 태평양을 넘어와 피해를 줍니다. (예 1960 칠레 지진 쓰나미)



쓰나미 대피 포인트

흔들리면 ↓	흔들리면 우선 자신의 몸을 보호하세요. 긴 진동이나 강한 진동이 온 후에는 반드시 쓰나미가 온다고 생각하세요.
우선 ↓	흔들림이 멈추면, 곧바로 필요한 것만 가지고 대피하시기 바랍니다. (안경, 약, 휴대용 라디오, 손전등 등 대피할 때에 필요한 물건만 바로 가지고 나갈 수 있도록 항상 준비해 둡니다). (13p를 확인하시기 바랍니다.)
서둘러서 ↓	p20 에서 조사한 대피소로 즉시 대피하시기 바랍니다. 낮선 지역이라 대피 장소의 위치를 모르실 경우에는 고지대나 빌딩의 높은 곳으로 대피하시기 바랍니다. 상황에 따라 더 높은 곳으로 대피해야 할 수 있습니다. 자동차를 이용하지 말고 즉시 행동으로 옮기시기 바랍니다.(도로가 정체되거나 자동차 키를 찾는 동안 도망갈 타이밍을 놓칠 수 있습니다).
쓰나미 경보 등이 해제될 때까지 ↓	쓰나미는 몇 번이고 몰려옵니다. 자택으로 복귀할 때에는 라디오로 쓰나미 경보가 해제됐는지 확인하시기 바랍니다. 쓰나미 경보가 해제될 때까지 절대로 집에 돌아가지 마시기 바랍니다.



Q . 쓰나미로부터 어떻게 대피하면 되나?



A . 강한 진동이나 약하더라도 긴 진동을 느끼면 일단 서둘러서 정해진 대피 장소로 이동하세요!

강가나 해안가에 있는 경우 갑작스러운 지진으로 쓰나미가 발생할 것을 대비하여 미리 주변의 높은 지대나 높은 건물을 확인해 둡시다!



주의! 대피 장소와 대피소는 다릅니다!

【대피 장소】

쓰나미 등 재해 발생 시
일시적으로 대피하기
위한 장소



쓰나미 대피 장소



쓰나미 대피 빌딩

【대피소】

재해 발생 시 자택이 모두 파괴되거나 절반 정도 파괴된 경우, 전기, 수도, 가스 등을 사용할 수 없는 경우에 일정 기간 생활하기 위한 장소



대피소(건물)

※각 지방자치단체의 홈페이지 등에서 대피 장소와 대피소를 미리 확인합니다.



Q . 쓰나미가 아슬아슬하게 오지 않을 것으로 예상되는 장소에서는 어떤 행동을 취해야 하나?



A . 동일본 대지진의 경우 쓰나미로 인한 침수가 발생하지 않을 것으로 예상되던 지역에서도 피해가 발생했습니다. 쓰나미가 오지 않을 것으로 예상되는 지역이더라도 안심하면 안 됩니다!



Q . 언제까지 대피하면 되나?



A . 쓰나미 경보가 해제되지 않았음에도 대피 장소에서 집을 찾으러 돌아갔다가 쓰나미에 휩쓸려 돌아가신 분도 있습니다. 쓰나미는 장시간에 걸쳐 여러 번 찾아옵니다. 제1파보다 제2파가 더 큰 경우가 있습니다. 또한, 도중에 쓰나미 주의보가 경보로 바뀌는 경우도 있습니다. 항상 정보에 귀를 기울이고 **쓰나미 경보가 해제될 때까지 절대로 돌아가서는 안 됩니다!**

※동일본 대지진 때 피해를 본 이와테현, 미야기현, 후쿠시마현에서는 쓰나미 경보(대형 쓰나미·쓰나미)가 주의보로 바뀌기까지 29시간 이상 소요되었습니다.

화재를 막는 방법

지진·쓰나미 발생 시에는 진화 작업을 하는 소방대의 도착이 늦어질 것으로 예상됩니다. 때문에 화재가 발생하지 않도록 하는 것이 중요합니다. 또한 화재가 발생한 경우에는 소화기 등으로 불씨가 작을 때에 진화하고, 신변의 위험을 느꼈다면 안전한 장소로 대피하시기 바랍니다.

전기 화재의 발생 방지

지진의 진동으로 인해 열이 발생하는 가전 제품이 쓰러지거나, 그 가전 제품 위에 타기 쉬운 물건이 떨어져 화재가 발생할 수 있습니다. 쓰러질 때 자동으로 전원이 꺼지는 가전 제품을 구입하거나 주변에 불이 붙기 쉬운 물건을 두지 않습니다.

또한 전기가 복구된 후, 부서진 전자 제품이나 실내 배선에 다시 전기가 흘러 화재가 발생하는 경우도 있습니다. 진동이 멈춘 후 대피 시에는 누전 차단기를 내리시기 바랍니다.

■ 감전(感電) 차단기

감전 차단기는 큰 진동을 감지했을 때 전기를 자동으로 차단합니다.

다양한 용도에 적합한 콘센트 타입과 분전판 타입의 감전 차단기가 있습니다. 전기 화재를 막기 위해 감전 차단기를 설치하세요.



Q 부엌에서 불을 사용하고 있을 때 지진이 발생했다면 어떻게 해야 되나요?

A 화상을 입을 위험이 있으므로 가스레인지에서 떨어지고 일단 책상 아래에 들어가 안전을 확보하시기 바랍니다. 진동이 멈추면 침착하게 불을 끕니다.

현재 진도5 정도의 진동을 감지하고 가스를 차단하는 '마이 콘 미터'가 대부분의 가정에 설치되어 있습니다. 특성과 사용 방법을 확인하십시오.

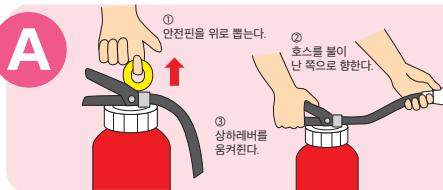


Q 화재가 발생하면 어떻게 해야 되나요?

A

- 빨리 알린다...불이야! 라고 큰 소리로 주변 사람들에게 알립니다.
- 빨리 불을 끈다...불이 천장에 번지기 전에 서둘러 진화합니다.
- 빨리 도망간다...이미 불이 천장에 번졌으면 그자리에서 바로 대피합니다.

Q 소화기는 어떻게 사용하나요?



각 가정에 소화기를 비치해 주시기 바랍니다. (낡은 소화기는 파열될 우려가 있어 매우 위험합니다. 사용 기한이 지난 소화기는 교환하는 등, 적절하게 관리하십시오)

Q 주변에서 화재가 발생했을 때는 어떻게 해야 하나요?

A 여러 곳에서 화재가 발생하기 때문에 소방대의 도착이 늦어질 수 있습니다. 119에 신고하시기 바랍니다. 쓰나미의 위험이 없는 안전한 장소인 것을 확인한 후, 주변 사람이나 자주 방재 조직과 협력하여 가능한 한 진화작업에 착수하시기 바랍니다.

대피소에 간다.

위험한 건물에 들어가지 마십시오. 가까이 가지 마십시오.

큰 지진 발생 후에는 피해를 본 건물이나 주택이 여진으로 인해 무너질 우려가 있는지, 위험 상태를 조사합니다. 위험하다고 판정된 건물이나 주택에는 들어가지 마십시오.

위험도 판정 스티커가 붙습니다.
(적색 종이 붙어있는 집에는 들어가지 마십시오.)



【적색 종이】 이 건물에 들어가면 위험합니다.

【황색 종이】 이 건물에 들어갈 시에는 최대한 주의하시기 바랍니다.

【녹색 종이】 이 건물은 사용 가능합니다.

직장(학교), 대사관·영사관에 연락하십시오

상황이 진정된 후 직장(학교), 대사관·영사관에 연락하시기 바랍니다.

직장(학교)의 전화번호 : _____

대사관(영사관)의 전화번호 : _____

대피소 생활

많은 사람들이 대피소에서 생활을 합니다. 자신의 집이 아니기 때문에 불편한 점이 많겠지만 서로 협력해야 합니다.

대피소란 무엇인가요?

재해로 인해 살 곳을 잃은 사람이 생활하는 장소입니다.(학교, 공민관, 공원 등)입니다. 대피소에는 생활에 도움이 되는 정보가 있으며, 생활에 필요한 물과 식료품 등 구원물자가 도착합니다.

Q 언제 대피소에 가나요?

- 집이 무너져서 살 곳이 없어졌을 때
- 여진으로 집이 무너질 지도 몰라서 집에 있으면 위험할 때
- 집 근처에서 산사태 발생 가능성이 높을 때
- 가구 등이 어질러져 있어서 집에서 살 수 있는 상태가 아닐 때
- 주변에 사는 사람이 아무도 없을 때 집 주위의 물이 빠지지 않을 때 등



Q 대피소에서의 생활은 무엇을 주의하면 되나요?

- 이웃 사람과 평소 유대 관계를 소중히 하세요.
- 대피소의 규칙을 지켜 주세요.
- 여러분은 손님이 아닙니다. 자신이 할 수 있는 일을 통해 대피소 사람들과 협력하세요.
- 환자, 장애인, 노인, 임산부, 어린이를 도와 주세요.

Q 대피소에는 어떤 사람들이 오나요?

- 집에서 잘 수 있어도 전기·수도·가스를 사용할 수 없기 때문에 오는 사람도 있습니다. 이러한 사람들은 음식과 물을 구하기 위해 대피소를 찾아옵니다.



Q 대피소 이외의 장소에서 생활할 때, 어떤 점을 주의하면 좋나요?

- 텐트나 차에서 생활하는 경우에는 건강에 주의해 주십시오. 좁은 곳에서 같은 자세로 오랜 시간 있으면 혈액 순환이 나빠져 병에 걸릴 수 있습니다. 조금 큰 사이즈의 옷을 입고 물을 자주 마시며 건강 관리를 하시기 바랍니다.

3 평소에 준비하자

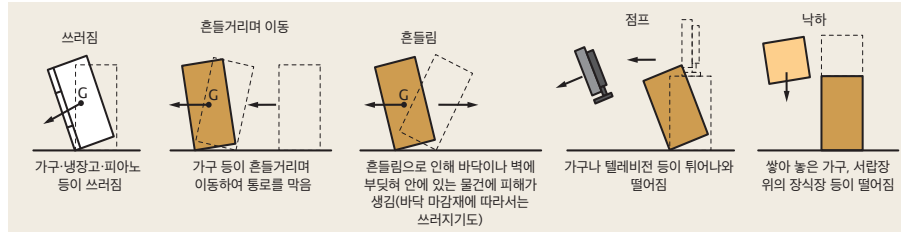
가구를 고정한다

큰 진동으로 인해 집 안의 가구가 넘어집니다. 또한 깨진 유리 조각과 떨어진 식기들로 인해 상처를 입기도 합니다. 가구를 고정합니다. 또한, 가구를 배치할 때는 출입구를 막지 않도록 주의합니다. 유리창과 식기도 깨집니다. 튀어 나오지 않도록 고정합니다.

가구를 고정한다

- 지진으로 인해 진동이 발생하면 가구는 어떻게 되는가?

지진이 발생하면 가구는 넘어지거나 앞뒤로 흔들리면서 이동합니다(로킹 이동). 또한, 점프하거나, 떨어지거나(우측 그림), 바닥에 미끄러지기도 합니다.



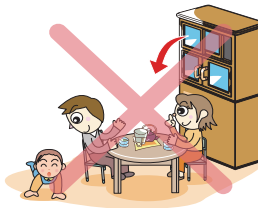
- 가구를 고정시키지 않으면 어떻게 되는가?
(한신·아와지대지진 때의 건물 안)



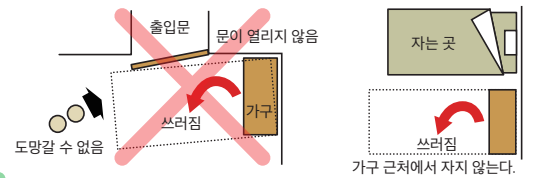
좌) 집 (제공 : 고베시 홍보과)
우) 사무실 (제공 : 효고현 홍보과)

- 가구나 가전 제품으로 인해 다치지 않는 방법

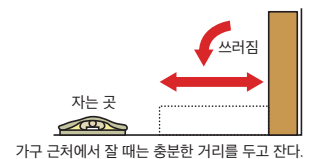
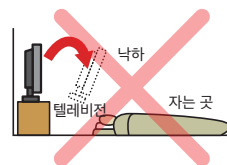
(1) 평소에 자주 사용하는 방에 키 큰 가구를 두지 마세요
키 큰 가구는 다른 방에 둡시다.



(3) 가구를 놓는 장소
침실이나 출입문 부근에 가구를 놓지 마십시오.



(2) 아래쪽에 무거운 물건을, 위쪽에 가벼운 물건을 놓으십시오
가구 위에 유리나 다리미 같은 위험한 물건을 두지 마시기 바랍니다.



(4) 유리가 튼는 것을 막기 위한 방법



유리에 비산방지필름을 붙여주세요. 침실이나 거실 등 가족과 장시간 지내는 방에 있는 유리 제품이나 식기 진열장의 유리에는 비산방지필름을 붙입니다.⇒좌측 사진

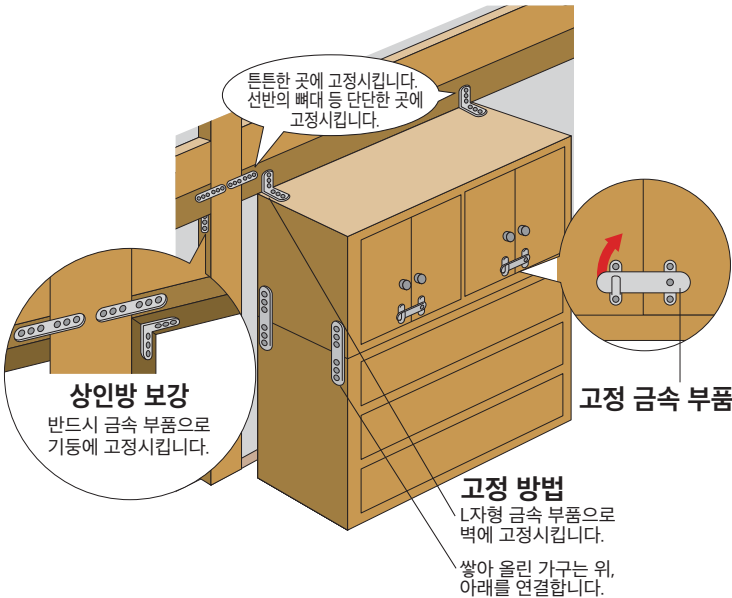
고가의 물품(꽃병 등)에는 전용 퍼티를 사용해주세요.⇒우측 사진

(5) 가구 및 가전제품 고정 비용

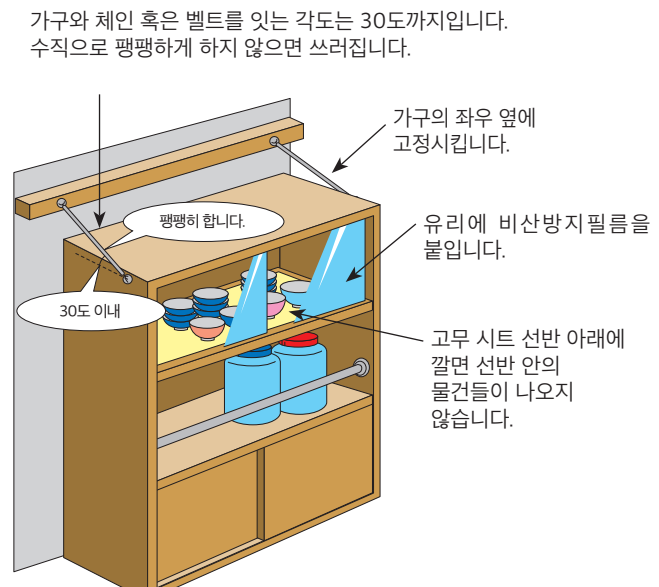
본 비용은 부품 가격을 기준으로 하며, 설치 비용은 포함되지 않습니다.(임대주택인 경우 소유주에게 허가를 받으십시오).

*** 고정해야 하는 물건 ***
 옷장, 책장, 찬장, 식기 선반, 신발장, 냉장고, 전자렌지, 텔레비전, 컴퓨터, 피아노 등

옷장 하나를 금속 부품으로 고정하는 방법(비용 : 약 2,500엔 ~)



식기 선반 하나를 벨트·고무시트·비산방지필름으로 고정하는 방법(비용 : 약 2,500엔 ~)

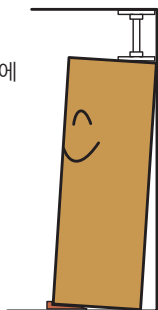


가구와 체인 혹은 벨트를 잇는 각도는 30도까지입니다. 수직으로 팽팽하게 하지 않으면 쓰러집니다.

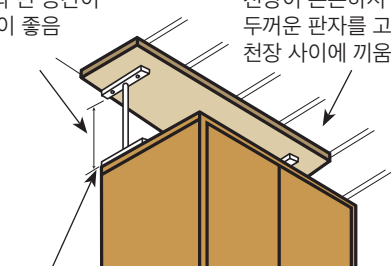
옷장을 풀이나 스토퍼로 고정하는 방법(비용 : 약 2,500엔 ~)

●풀 식

스토퍼와 매트를 함께 사용해 가구의 위아래에 설치



천장과와의 빈 공간이 적은 것이 좋음

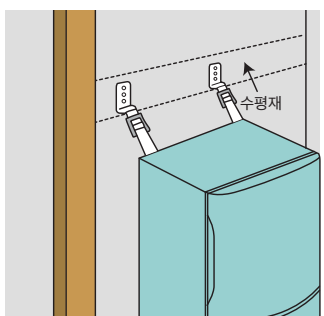


●스토퍼 식



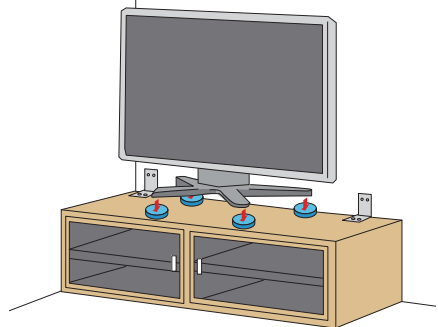
스토퍼를 가구의 끝에서 끝까지 설치

냉장고 한 대를 벨트로 고정하는 방법(비용 : 약 2,000엔 ~)



가구를 수평재(벽의 뒷면에 있는 튼튼하고 평평한 나무)에 고정.

L자형 금속 부품과 내진 점착 매트로 텔레비전과 텔레비전 장식장을 고정하는 방법(비용 : 약 1,500엔 ~)



고정용 금속 부품을 어디에서 살 수 있나요?
 홈센터(부리코, 마루니, 하마트 등)에서 살 수 있습니다. 고령자나 신체가 불편하신 분 등 자신이 고정시키는 것이 어려운 세대를 대상으로 현 내에 있는 대부분의 지자체에서 보조금을 지급하고 있습니다.

비상용품'과 '비축품'을 준비한다

지진이 일어났을 때 필요한 '비상용품' 과 피난 생활을 위한 '비축품' 은 사람마다 다릅니다!

비상용품(대피할 때 가지고 나올 물건)

지진 발생 후 대피할 때는 짐을 많이 가지고 가지 마세요. 가지고 가야 하는 것은 필요한 물건과 귀중품입니다. 비상용품은 가방에 넣어 베게 근처 등 바로 가지고 나갈 수 있는 곳에 둡시다.

- 안경, 보청기, 틀니, 복용 중인 약
- 헬멧, 방재 두건, 운동화, 호루라기

- 손전등, 휴대용 라디오, 예비용 건전지



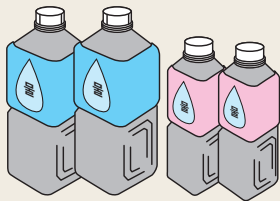
- 현금(동전도 준비), 귀중품, 여권, 재류카드, 보험증

비축품(피난 생활에 대비해 비축해 둔 물건)

지진이 일어난 후에는 물, 음식, 일상 생활에 필요한 물건을 바로 구할 수 없습니다.

구조대가 오기 전까지 필요한 식량과 물을 준비해 둡시다. 또한 쓰나미 발생 가능성이 있는 지역은 집으로 돌아갈 수 없습니다. 쓰나미 피해가 발생하지 않는 곳에 비상식량을 비축합니다. 3일 치 이상의 식량과 물을 비축할 것!

- 마실 물 : 한 사람당 하루에 3리터가 필요합니다.



- 음식 : 라이프라인(수도 · 가스 · 전기) 복구까지 시간이 걸립니다. 다음의 물건을 골라서 보관해 두십시오.

- 건빵이나 크래커, 통조림(장기 보존 가능하고 조리하지 않아도 되는 것)
- 레토르트식품
- 칼, 캔따개
- 분유·분유병(아기가 있는 경우)



- 가정 사정 상 필요한 것(예)

- 고령자, 어린 아이도 먹을 수 있는 부드러운 음식
- 채식주의자용 음식, 할랄 음식, 알레르기를 일으키지 않는 음식 등
- 복용약(의료가구가 없으면 생활이 불가능한 분은 재해가 일어났을 때 잘 챙길 방법을 미리 익혀 둡니다)
- 애완동물 용품(애완동물용 사료, 이동장, 배변용품)



지진 발생 후의 생활에 도움이 되는 물건

- 생활용품

랩, 일회용 손난로, 필기도구(유성 펜 등), 비닐 봉지(쓰레기 봉투), 박스 테이프, 복용 중인 약, 약 수첩(약 정보), 안경, 틀니, 침낭·담요, 우비, 귀중품·현금(동전도 준비), 신분증 증명할 수 있는 것 등



- 위생 용품

수건, 화장지, 물티슈(손과 몸을 닦을 수 있는 큰 것이 편리함), 갈아입을 옷(의류, 속옷류), 여성 위생용품, 마스크, 가글액, 물이 없어도 쓸 수 있는 샴푸...등



- 화장실 용품

화장지, 간이 화장실, 비닐 봉지, 기저귀, 탈취제...등



● 긴급 상황시에도 '약 수첩' 이 도움이 됩니다.

'약 수첩' 의 기록

- 처방받은 약 이름
- 복용량, 횟수
- 알레르기 이력
- 부작용 이력 등



대피소에서

현재 복용하고 있는 약을 알 수 있다면 적절한 약을 처방받을 수 있습니다. 동일본대지진 때도 '약 수첩' 이나 '약제정보제공서' 등을 가지고 있었던 덕에 계속해서 치료를 이어갈 수 있었던 경우가 많았습니다. 위급할 때를 대비해 '약 수첩' 을 가지고 다닙시다.



비상용품과 비축품을 준비하는 방법

- 밤에 지진이 발생할 것에 대비하여 머리맡에 손전등, 라디오, 신발 등의 비상용품을 준비해 둡시다.
- 평소 먹고 마시는 물과 음식을 비축하여 유통기한이 얼마 남지 않은 것부터 먹고 새롭게 비축합니다.



상비약은 손이 닿는 곳에 보관합니다.

가족이나 친구와 집합 장소를 정한다

가족(친구)과 떨어져 있을 때 지진이 발생할 가능성도 있습니다. 집에 돌아가지 못할 경우 가족(친구)과 만날 장소(대피소, 친구의 집 등)를 정하는 것이 중요합니다.

또한 재해 발생 시 어떻게 행동할지를 가족들과 논의하여 확인해둡시다.

- 지진에 대한 기초 지식
- 재해 발생 시의 연락(안부 확인) 방법
- 대피 장소와 대피 방법의 확인
- 복수의 대피 경로 확인
- 비축품(식량, 음료 등) 확인
- 비상용품(휴대용 라디오, 건전지, 약 등) 확인
- 집 주변 방재 지도 제작
- 가구 등의 쓰러짐 방지
- 고령자나 아이, 환자, 애완동물의 대피 방법

가족(동료)의 안부 확인 방법

큰 지진이 일어난 지역에서는 전화 연결이 힘들어 집니다. 그렇기 때문에 재해 발생 후 가족이나 친구와 전화로 연락하여 안부를 확인하기 힘들어집니다. 이런 사태에 대비하여 만들어진 NTT 등 통신사의 재해용 전언 서비스를 사용하여 가족이나 친구에게 연락할 수 있습니다.

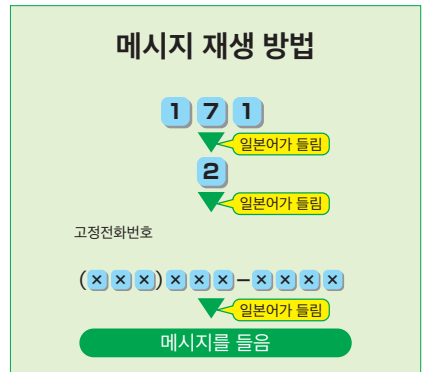
또한 가족의 전화번호나 친구의 자정 전화번호, 자녀가 다니는 학교 전화번호도 알아둡시다. 집을 비우고 대피할 때는 행선지를 종이에 적어 현관문에 붙여둡시다. 이것은 친구나 가족에게 안부를 알리는 방법이 됩니다.

재해용 전언 다이얼 '171' 의 사용 방법

지진 발생 시(진도 6약 이상) 재해용 전언 다이얼 서비스를 이용할 수 있습니다. 고정 전화나 휴대전화로 이 서비스를 이용하여 가족이나 친구의 안부를 확인하거나 자신의 안부를 전할 수 있습니다.

본 서비스 제공 시작 여부는 텔레비전과 라디오를 통해 알려드립니다. 매달 1일과 15일, 1월 1일~1월 3일, 1월 15일, 1월 21일, 8월 30일~9월 5일에는 본 서비스를 체험하실 수 있습니다. 꼭 연습해보시기 바랍니다.

휴대전화의 재해용 전언판 서비스, 재해용 인터넷 전언판 서비스도 똑같이 체험할 수 있는 날이 있습니다.



방재에 도움이 되는 앱을 설치하자

1. 고치현 방재 앱

高知県防災アプリ

" '고치현 방재 앱'은 재해가 발생했을 때 위험이 다가오고 있다는 것을 알려 조기에 대피할 것을 권고하기 위한 앱입니다. (2022년도 8개 언어 제공 예정).

이 앱은 등록된 지자체의 기상 정보와 대피 정보, 하천 수위, 산사태 위험도 등 대피 여부 판단에 필요한 정보를 푸시 알림을 통해 제공합니다.

또한, 재해가 발생 했을 때에는 운영 중인 대피소 정보와 대피소로 가는 경로도 확인할 수 있습니다.

그리고 재해 발생 시 안부를 확인할 수 있도록 등록된 가족과 지인에게 자신의 안전을 알릴 수 있는 '그룹 SOS'와 방재 지식을 배울 수 있는 '방재 퀴즈' 등의 콘텐츠도 있습니다.

어린이부터 고령자에 이르기까지 다양한 연령층에서 사용하실 수 있도록 '일반 모드', '주니어 모드', '시니어 모드' 3가지 모드로 변환할 수 있도록 하였습니다.

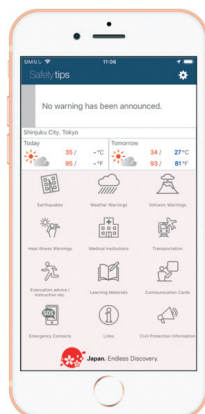
자신의 생명을 지키고, 가족과 지인을 지키기 위해 앱을 꼭 설치하시기 바랍니다."



2. Safety Tips

긴급 지진 속보, 기상 특별 경보, 국민 보호 정보 등을 푸시 알림으로 통지하는 외국인 대상 재해정보 앱입니다. (14개국 언어 대응)

그 외에도 주위 상황을 고려한 대피 행동을 나타낸 플로차트와 주변 사람들에게 정보를 얻기 위한 커뮤니케이션 카드, 재해 발생 시에 필요한 정보를 수집할 수 있는 링크집 등을 제공합니다."



재해에 대해 배워봅시다

난카이 트로프 지진

난카이 트로프 지진은 난카이 트로프 및 그 주변 해역에 있는 지각 경계를 진원지로 하는 대규모 지진을 의미합니다.

길고 강한 진동

최대 규모의 지진이 발생하면 고치현 전역에서 강한 진동이 느껴지며 26개 지자체에서도 최대 진도 7, 나머지 지자체에서도 진도 6강의 진동이 예상됩니다.

진도와 피해

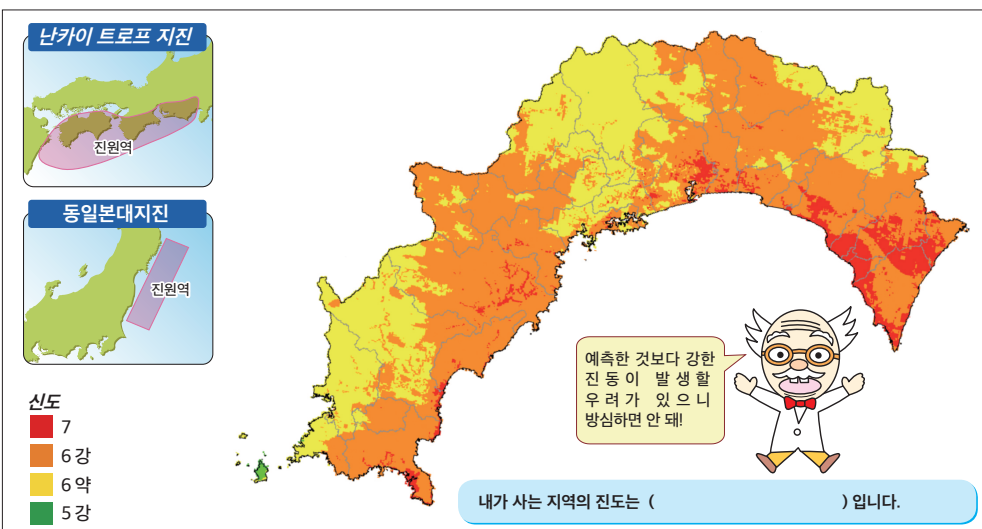
일본은 진도를 10단계로 나누고 있습니다. 숫자가 커질수록 피해 규모가 커집니다.

진도 레벨	체감 정도·행동, 실내·실외 상황	진도 레벨	체감 정도·행동, 실내·실외 상황
0 (제로)	사람은 진동을 느끼지 못하지만 지진계에는 기록이 남습니다. 	5약 (고자쿠)	많은 사람들이 공포를 느끼고 물건을 붙잡고 싶어합니다. 불안정한 물건이 쓰러지거나 유리창이 깨지기도 합니다. 
1 (이치)	건물 안에 있는 대부분의 사람이 진동을 느낍니다. 	5강 (고교)	대부분의 사람이 물건을 잡지 않으면서 잇기 힘들어집니다. 텔레비전이 떨어지기도 합니다. 보강 조치를 하지 않은 담장은 무너질 수 있습니다. 
2 (니)	건물 안에 있는 대다수의 사람들이 진동을 느낍니다. 자고 있는 사람 중에서도 일부가 깨어납니다. 전등 등 매달린 물체가 조금 흔들립니다. 	6약 (로쿠자쿠)	서 있는 것이 어렵습니다. 건물의 벽이나 타일, 창문 유리가 파손되어 떨어집니다. 내진성이 약한 목조 건물은 무너질 수 있습니다. 
3 (산)	건물 안에 있는 거의 모든 사람들이 진동을 느낍니다. 걷고 있는 사람도 일부가 진동을 느낍니다. 자고 있던 대다수의 사람들이 깨어납니다. 선반의 식기 등이 부딪혀 소리가 납니다. 	6강 (로쿠교)	서 있는 것이 어렵습니다. 건물의 벽이나 타일, 창문 유리가 파손되어 떨어집니다. 보강 조치가 안 돼 있는 담장의 대부분이 무너집니다. 땅이 갈라지거나 산사태가 발생합니다. 
4 (온)	거의 모든 사람들이 놀랍니다. 걷고 있는 사람 대부분이 진동을 느낍니다. 자고 있는 사람 거의가 깨어납니다. 전등 등 매달린 물체가 크게 흔들립니다. 선반의 식기 등이 부딪혀 소리가 납니다. 불안정한 물건이 쓰러지기도 합니다. 	7 (나나)	서 있는 것이 힘들어집니다. 내진성이 높은 건물도 진동으로 손상을 입습니다. 땅이 심하게 갈라지거나 산사태가 발생하여 지형이 변하는 경우도 있습니다. 

난카이 트로프 지진 발생 시 예상되는 진도

■ 진도 분포도(최대 규모 진도를 겹쳐서 표시)(2012년 12월 고치현 발표)

진동의 세기를 알 수 있습니다.

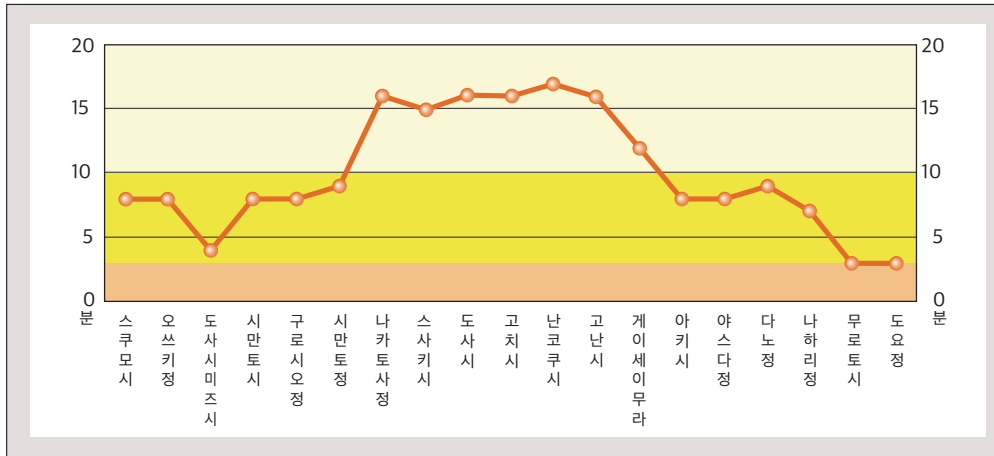


빠르고 높은 쓰나미

고치현은 지진 발생 후 3분 만에 1m의 쓰나미가 해안선에 도달합니다. 또한 우라노우치만이나 우라도만의 안쪽 등 일부를 제외한 모든 해안선에 최대 높이 10m 넘는 쓰나미가 도달할 것으로 예상됩니다.

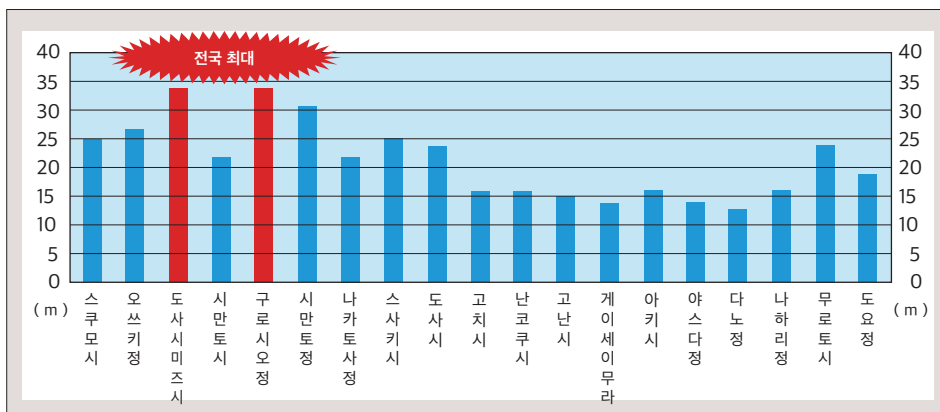
■ 1m의 쓰나미가 해안선에 도달하는 시간 (2012년 8월 내각부 발표)

각 지자체의 해안선에 1m의 쓰나미가 도달하는 시간을 알 수 있습니다.



■ 해안선에서의 쓰나미 높이 (2012년 8월 내각부 발표)

각 지자체의 해안선에서 가장 높은 쓰나미의 높이를 알 수 있습니다.



장기 침수

고치현 내 13개 지자체의 경우 지진이 발생하면 지반 변동으로 인해 표고가 낮은 지대가 해수면 높이보다 낮아져 장기간 침수될 우려가 있습니다.

특히 고치시는 지진 발생 시에 지반이 약 1.5m 침강하기 때문에 여러 도시 기능이 집중된 약 2,800ha의 중심 시가지가 장기간 침수되어, 지자체의 여러 서비스를 이용할 수 없게 됩니다. 마찬가지로 스쿠모 시에서도 지반이 약 2.4m 침강하여 약 559ha의 중심부가 장기간 침수될 것으로 예상됩니다.



1946년 난카이 지진 발생 후
(지반 침하 1.15m)



현재
(2011년 9월)

1946년 난카이 지진 발생 3일 후 고치시 고다이산에서 바라본 중심 시가지 지반 침하로 인해 시내의 넓은 지역이 수몰된 것을 확인할 수 있다. (지진 발생 후 사진: 고치시 제공)

난카이 트로프 지진 임시 정보

■난카이 트로프 지진 임시 정보란?

난카이 트로프 일부에서 큰 지진이 발생한 경우에는 난카이 트로프의 다른 지역에서 평상시보다 대규모 지진이 발생할 가능성이 높아질 수 있습니다.

이때 기상청이 발표하는 것이 난카이 트로프 지진 임시 정보(임시 정보)입니다.

임시 정보에는 2종류가 있습니다.

- ① 임시 정보(거대 지진 경계) ※위험도 높음
- ② 임시 정보(거대 지진 주의)

■임시 정보가 발표되면 어떻게 해야 하나?

임시 정보가 발표됐을 때 취해야 하는 대응 방법은 자신의 위치와 발표 후 경과 시간, 임시 정보 종류(거대 지진 경계/거대 지진 주의)에 따라 다릅니다.

<대응 사례: 임시 정보(거대 지진 경계)가 발표된 경우>

- 지진 발생 후 쓰나미로부터 대피가 불가능한 지역
발표 후 1주: 근처 대피소에 미리 이동
1주~2주: 자택에 복귀하나 지진 대비를 재확인하고 경계하면서 생활
2주 이후: 지진 발생에 주의하면서 일상 복귀
- 그 외 지역
발표 후 2주: 지진 대비를 재확인하고 경계하며 생활
2주 이후: 지진 발생에 주의하면서 일상 복귀

고치현 재해 다국어 지원 센터

■ 고치현 재해 다국어 지원 센터란?

현 내에서 대규모 재해가 발생한 경우, 재류 외국인에게 재해에 관한 다국어 정보를 제공하는 거점으로서 '고치현 재해 다국어 지원 센터'가 설립되었습니다.

■ 고치현 재해 다국어 지원 센터가 하는 일

센터에서는 다음과 같은 활동을 통해 피해를 본 외국인 여러분을 지원합니다.

① 다국어 재해 정보 제공

고치현 등 행정기관이 발표하는 재해 정보와 수도·가스·전기 등 생활 인프라에 관한 정보 등 외국인 여러분이 필요한 정보를 다국어 및 알기 쉬운 일본어로 전달합니다.

센터 정보는 다음 사이트에서 발표합니다.

기관	미디어	상세 내용
고치현 국제교류과 (2022년 4월 1일 이후: 고치현 문화국제과)	웹 사이트	https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/141901/ (2022년 4월 1일 이후 : https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/140201/)
	Twitter	@Kochi_Kokusai
(공익재단) 고치현 국제교류협회	웹 사이트	https://kochi-kia.or.jp/
	Facebook	https://www.facebook.com/KIA.Kochi.International.Association/
고치현 외국인 생활 상담 센터	웹 사이트	https://kccfr.jp/
	Instagram	kccfr_
고치현 방재 앱	스마트폰 앱	고치현 국제교류과(2022년 4월 1일 이후: 고치현 문화국제과)의 웹 사이트에서 방재에 관한 페이지가 추가(갱신)될 시 우측 화면 상단의 '고치현 안내 사항' 메뉴에서 푸시 알림으로 통지합니다.

② 피해를 본 외국인의 상담 및 문의에 관한 대응

피해를 입은 외국인이나 외국인을 지원하는 일본인의 상담 및 문의를 전화나 이메일, 홈페이지 등을 통해 접수합니다.

【문의처】 (전화번호①) 088-821-6440

※ 3자 전화 통역 서비스 등을 통한 다국어 대응(19 언어)

(전화번호②) 088-875-0022

(폼) <https://kccfr.jp/consultation>

(이메일) consultation@kccfr.jp

지진이 발생했을 때 도움이 되는 용어와 표현

용어

1. 地震 (지진): 지진	13. 高台 (다카다이): 높은 지대
2. 震源 (신겐): 진원	14. 揺れ (유레): 진동
3. 津波 (쓰나미): 쓰나미	15. 安否 (안피): 안부
4. 避難 (히난): 대피	16. 救助 (규조): 구조
5. 緊急安全確保 (긴큐안젠카쿠호): 긴급 안전 확보	17. 救援物資 (규엔부시): 구호물자
6. 避難指示 (히난시지): 대피 지시	18. 消火 (쇼카): 소화
7. 避難所 (히난조): 대피소	19. 断水 (단스이): 단수
8. 震度 (신도): 진도	20. 停電 (데이덴): 정전
9. 余震 (요신): 여진	21. 警報 (게이호): 경보
10. 危険 (기켄): 위험	22. 注意報 (주이호): 주의보
11. 火事 (가지) · 火災 (가사이): 화재	23. 行方不明 (유쿠에후메이): 행방불명
12. 逃げる (니게루): 도망가다	24. 死者 (시샤): 사망자

표현

① ○○に連れて行ってください。(○○니 쓰레테이트테 구다사이.)

○○에 데려가 주세요.

② ○○が欲しいです。(○○가 호시이데스.)

○○이/가 필요합니다.

③ ○○が痛いです。(○○가 이타이데스.)

○○이/가 아픕니다.

④ 家族が家の中にいます。(가조쿠가 이에노 나카니 이마스.)

가족이 집 안에 있습니다.

⑤ ○○語を話すことができる人を見つけてください。
(○○고오 하나스코토가데키루 히토오 미쓰케테 구다사이.)

○○어를 할 줄 아는 사람을 찾아 주세요.

⑥ ○○に電話をしてください。(○○니 덴와오 시테 구다사이.)

○○에 전화해 주세요.

지진에 대비한 시뮬레이션

1) 지진이 자신의 집과 직장(학교)에 어떤 영향을 미치나요?

- 진도를 알아본 뒤 아래에 쓰십시오. 진도 페이지 →15페이지
여러분의 집이나 회사(학교)의 진도 : _____

2) 자신의 집이나 직장(학교)가 쓰나미 도달 범위에 포함되나요? 쓰나미 페이지→16페이지

- 쓰나미의 높이와 쓰나미가 도달하는 시간을 알아본 뒤 아래에 쓰십시오.
쓰나미의 높이 : _____미터 쓰나미가 도달하는 시간 : _____분

3) 여러분의 집이나 회사(학교) 근처에 있는 대피 장소는 어디입니까?

- 가장 가까운 대피 장소를 찾아서 아래에 적으십시오.
가장 가까운 대피 장소 : _____
대피 장소는 안전한 장소, 쓰나미가 오지 않는 장소(높은 산이나 건물)입니다.

4) 대피 장소에 어떻게 갑니까?

- 대피 장소까지 걸어가 보십시오.
→ 대피 장소까지 걸리는 시간을 알아본 뒤, 쓰나미가 도달하는 시간과 비교하십시오.

어떻게 알아볼까요?

지자체의 방재 담당과에 가서 알아볼 수 있습니다. 고치현 홈페이지 「[南海トラフ地震に備えて GOOD!!](#)」

홈페이지 : <https://www.pref.kochi.lg.jp/sonaetegood/> (일본어)

대피 장소는 주변 사람이나 회사(학교) 사람들에게 물어보십시오.

- 집(회사)에서 대피 장소까지 가는 법을 아래에 쓰십시오.

Residence Procedures
ざいりゅうてつぎ
在留手続

Employment and Labor
こよう ろうどう
雇用・労働

Health Care
いりょう
医療

Caring for Children
しゅっさん こそだ
出産、子育て、
こまのきょういく
子どもの教育

こうち せいかつ そうだん
高知での生活についての **ご相談**は… など etc...

こうちけん がいこくじん
高知県外国人

せいかつ そうだん
生活相談センター

Kochi Consultation Center for Foreign Residents
高知県外籍人士生活咨询中心
Kochi Trung tâm tư vấn cho người nước ngoài
Pusat Pelayanan Konsultasi Masyarakat Asing di Kochi
고치현 외국인 생활상담센터

がいこくじん みな こま
外国人の皆さん、困っていることがあったら
なん そうだん
何でも相談してください。

くわしいことはホームページを
みてください。
▶ <https://kccfr.jp>



Instagram
kccfr_



対応言語

にほんご、えいご、ちゅうごくご、かんこくご、
日本語、英語、中国語、韓国語、ポルトガル語、スペイン語、
べトナムご、いんどねしあご、たいご、たがログご、
ベトナム語、インドネシア語、タイ語、タガログ語、
ねぱールご、ふらんすご、いたりあご、ドイツご、ロシアご、
マレーご、クメールご、ミャンマーご、モンゴルご

場所

こうちし ほんまち まるのうち いっかい
高知市本町4-1-37 丸の内ビル 1F

受付時間

げつようび どようび にちようび しゅくじつ ねんまつねんし のぞ
月曜日~土曜日 (日曜日・祝日・年末年始を除く) 9:00~17:00

Map



TEL:088-821-6440 E-mail:consultation@kccfr.jp

발행 : 2022년 3월 (제3판)
캐릭터 제작 · 제공 : (有) やなせスタジオ
기획 · 발행 : 고치현 문화생활스포츠부 국제교류과
〒780-8570 · 高知市丸ノ内1丁目2-20
TEL : 088-823-9605 FAX : 088-823-9296
E-mail: 141901@ken.pref.kochi.lg.jp
(2022년 4월 1일 이후 : 140201@ken.pref.kochi.lg.jp)

사진 · 일러스트 · 본문 등의 무단전재를 금합니다.

이름 : _____