

# 緊急情報源リスト / 帰国支援

消防/救急の場合は**119**にダイヤル 警察の場合は**110**にダイヤル  
 ※通報を受けた消防局、通信指示室から電話通訳センターへつなぎ外国語を通訳します。

官公庁	対応言語	URL
観光庁災害情報	英語、中文簡体、中文繁体、韓国	<a href="https://www.jnto.go.jp/safety-tips/">https://www.jnto.go.jp/safety-tips/</a>
内閣府防災情報	英語	<a href="https://www.bousai.go.jp/">https://www.bousai.go.jp/</a>
新潟県	英語、中文簡体、中文繁体、韓国、ロシア	<a href="https://www.pref.niigata.lg.jp/">https://www.pref.niigata.lg.jp/</a>
新潟市	英語、中文簡体、中文繁体、韓国、ロシア、フランス	<a href="https://www.city.niigata.lg.jp/">https://www.city.niigata.lg.jp/</a>

公共交通機関	対応言語	URL
JR東日本	英語、中文簡体、中文繁体、韓国など10言語	<a href="https://www.jreast.co.jp/">https://www.jreast.co.jp/</a>
新潟空港	英語、中文簡体、中文繁体、韓国、ロシア	<a href="https://www.niigata-airport.gr.jp/">https://www.niigata-airport.gr.jp/</a>
佐渡汽船	英語	<a href="https://www.sadokisen.co.jp/">https://www.sadokisen.co.jp/</a>

情報収集	対応言語	URL
NHKワールド	19言語に対応。パソコン、スマートフォンから視聴可能	<a href="https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/">https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/</a>
(公財) 新潟市国際交流協会	英語、中文簡体、中文繁体、韓国、ロシア、ベトナム、やさしい日本語 大規模災害が発生した時に各種情報を発信します。 新潟市中央区礎町通3-2086 025-225-2727	<a href="https://www.nief.or.jp/">https://www.nief.or.jp/</a>

医療機関	対応言語	URL
Guide for when you are feeling ill	英語、中文簡体、中文繁体、韓国	<a href="https://www.jnto.go.jp/emergency/">https://www.jnto.go.jp/emergency/</a>

大使館情報 駐日外国公館リスト <https://www.mofa.go.jp/mofaj/link/emblast/>

※自国の大使館、領事館にいつでも連絡できるようにしておきましょう。

## Safety tips

日本国内における緊急地震速報および津波警報、噴火速報、気象特別警報をお知らせするアプリです。訪日外国人旅行者向けに災害時に役立つさまざまな機能を提供します。



無料ダウンロードは  
こちら



## Voice Tra

「Voice Tra」(ボイストラ)は、話しかけると外国語に翻訳してくれる音声翻訳アプリです。見やすい画面で操作も簡単、翻訳結果が正しいかどうかも確認できます。



無料ダウンロードは  
こちら



観光情報はコチラ  
「旅のしおり」



# 新潟市 緊急避難ガイド ~外国人観光客の皆様へ~

## 新潟市で起こりうる主な災害



### 1 地震

いつ、どこで、起こるか、わかりません。地面が揺れたら、警戒してください。

過去の地震 /

2004年新潟県中越地震、2007年新潟県中越沖地震、2024年能登半島地震



### 2 津波

地震の影響で、海から海水が押し寄せてきます。地震がきたら、津波の来る可能性を考えてください。



### 3 土砂災害

山が崩れる、岩が落ちてくる可能性があります。地震が起きた時に、山にいる際は、さらに身の安全の確保に努めてください。



### 4 洪水

河川から、水があふれることが想定されます。海だけでなく、河川の近くにいる際は十分に警戒してください。





# 地震の時は！

1

## 頭を保護して身の安全を

何もないときは、手のひらを下にして頭を保護しましょう。



クッションや枕などで頭を保護



靴や上着などで頭を保護



2

## 危ない場所

屋内にいる場合は広いスペースや丈夫な柱の側に。屋外にいる場合は構造物から離れる。



天井が崩れる商品棚が倒れてくる

窓が割れる照明が落ちそう



塀が崩れる瓦が崩れる自販機が倒れそう

上の落下物注意

3

## 揺れがおさまったら

落ち着いた行動を。



係員の指示に従って避難する



周りの人に合わせて避難所・広場等へ



## 震度と揺れの状況

### 震度0～3 (注意)



震度0 … 揺れを感じない。  
震度1 … 揺れを感じる人がいる。  
震度2 … より揺れを感じる。  
震度3 … 屋内にいる人のほとんどが揺れを感じる。

### 震度4～5 (揺れに備える)



震度4 … ほとんどの人が驚く。  
震度5弱 … 大半の人が恐怖を覚え、物につかまりたいと感じる。  
震度5強 … 物につかまらなさと歩くことが難しい。

### 震度6弱～7 (安全確保、避難所へ退避)



震度6弱 … 立つことが困難になる。壁のタイルや窓ガラスが破損、落下する。  
震度6強 … はわないと動くことができない。飛ばされることもある。家具がほとんど移動し、倒れるものが増える。  
震度7 … 木造、コンクリートの建物が傾く、倒れる。揺れに翻弄され動くことができず、飛ばされることもある。



# 津波の時は！

1

## 危ない場所

海や川の近くは最も危険です。新潟市中心部は海も川も近いので、津波には必ず警戒しましょう。



すぐに避難を始める



津波が押し寄せると川が氾濫する

2

## 急いでできるだけ高い場所に逃げましょう

津波は地震のあと、すぐに襲ってくる可能性があります。



川沿い、海岸、河川敷に近づかない



遠くより少しでも高い所に逃げる

3

## 津波避難ビル 津波避難場所

津波の恐れがある地域には、津波避難ビルと津波避難場所を示す標識があります。



津波避難ビル

※ホテルや学校など、あらかじめ指定された一時避難場所です。



津波避難場所

津波避難ビル

## 津波警報・注意報・とるべき行動

	予想される津波の高さ		とるべき行動	想定される被害
	数値での発表(発表基準)	巨大地震の場合の表現		
大津波警報	10m超	巨大	沿岸部や川沿いにいる人は、ただちに高台や避難ビルなど安全な場所へ避難してください。津波は繰り返し襲ってくるので、津波警報等が解除されるまで安全な場所から離れないでください。	木造家屋が全壊・流出し、人は津波による流れに巻き込まれる。
	10m			
	5m			
津波警報	3m	高い	海の中にいる人は、ただちに海から上がって、海岸から離れてください。津波注意報が解除されるまで海に入ったり海岸に近づいたりしないでください。津波の高さは想定を上回るおそれがあります。海から離れた場合でも、テレビ・ラジオなどで情報収集し、身の危険を感じた時はすぐに高い場所に避難してください。	標高の低い所では津波が襲い、浸水被害が発生する。人は津波による流れに巻き込まれる。
津波注意報	1m	(表記しない)		海の中では人は速い流れに巻き込まれる。養殖いかだが流出し小型船が転覆する。