

한국어

# 외국인을 위한 재해 방지 핸드북



공익재단법인 아키타현 국제교류협회



# 들어가며

일본에는 '자연재해는 잇을 때쯤 찾아온다'라는 말이 있습니다.

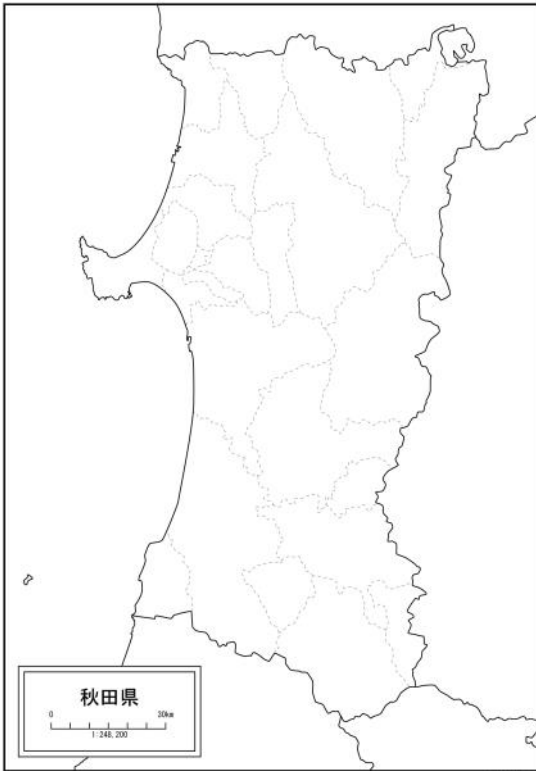
'자연재해'란 자연의 힘으로 일어나는 재해를 말합니다.

재해는 언제 일어날지 모릅니다. 재해가 일어나기 전에 준비를 해 두는 것이 자신과 가족을 지키는 것, 피해를 조금이라도 줄이는 것으로 이어집니다.

이 핸드북에는 재해가 일어나기 전에 준비해 두는 것과 재해의 종류, 재해가 일어났을 때 어떻게 하는지에 대해 쓰여져 있습니다. 핸드북을 참고하여 자신을 지키는 방법, 자신의 소중한 사람을 지키는 방법을 생각해 보세요.

## ☞ 자신이 살고 있는 시정촌이 어디에 있는지 알고 있습니까?

재해 소식은 지도와 함께 나오는 경우가 많습니다. 자신이 살고 있는 지역이 어디쯤에 있는지 기억해 두면 재해 정보를 이해하기 쉬워집니다.



## 아키타현에서도 큰 재해가 일어났었습니다.



일본해 중부지진(1983년 5월 26일)



2017년 7월 폭우



2021년 1월 폭설



2023년 7월 폭우

## 목차

들어가며/목차

자연재해에 대해 배워보자 지진 ..... 2

진도와 흔들림의 모습 ..... 4

쓰나미 ..... 5

태풍/폭우·홍수 ..... 6

폭설 ..... 7

토사 재해 ..... 8

재해에 대비하자 재해 정보를 알다 ..... 9

피난 방법 ..... 10

비상용품(재해에 대비하여 준비해 둘 것) ..... 12

재해 시 사용하는 일본어 ..... 14

피난 장소의 표시/공중 전화 사용법 ..... 15

안부(무사한지)를 확인하다./방재 메모 ..... 16

# 자연재해에 대해 배워보자

## 지진

지진이란 땅이 심하게 흔들리는 것을 말합니다.  
큰 지진의 경우에는 건물이 무너지기 때문에 매우 위험합니다.  
또한, 첫 번째 흔들림 후에 몇 번이나 '여진'이라고 불리는 지진이 계속됩니다.



〈지진을 일컫는 말〉

○매그니튜드(지진의 규모) . . . 지진의 크기

○진도 . . . 흔들림의 정도

동일한 지진이어도 장소에 따라 진도가 다릅니다.

○진원 . . . 지진의 중심이 된 장소(땅보다 아래)

## 흔들리기 시작하면 주의할 점

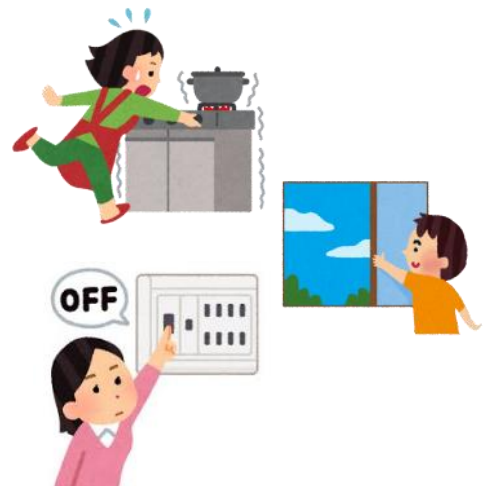
### ●집 안에 있을 때

- 테이블 밑이나 책상 밑에 숨습니다.
- 머리를 보호합니다.
- 흔들림이 진정될 때까지 기다립니다.



### 흔들림이 멈추면

- 불을 쓰고 있으면 끕니다.
- 문이나 창문을 열고 대피하기 위해 출구를 만듭니다.
- 집 이외의 장소로 피난할 때는 전기 차단기를 끕니다.  
전기가 통할 때 불이 날 수 있기 때문입니다.



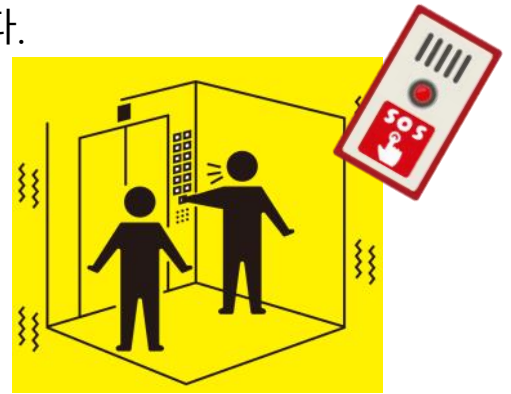
## ●밖에 있을 때

- 담장이나 간판 등 쓰러지거나 떨어지는 것으로부터 떨어집니다.



## ●엘리베이터 안

- 모든 층의 버튼을 누릅니다. 멈춘 층에서 기다립니다.
- 문이 열리지 않을 때는 비상 버튼을 누릅니다.



## ●운전하고 있을 때

- 차를 길 왼쪽에 대고 세웁니다.
- 차 안에 있는 것이 위험할 때는 차를 두고 도망칩니다. 이 때, 차 문의 열쇠는 잠그지 않고 열쇠를 차 안에 놓아 둡니다.

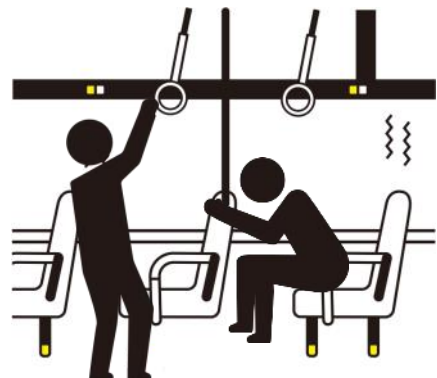


## ●버스나 지하철 등의 교통기관에 있을 때

- 손잡이나 난간을 꼭 잡습니다.

## ●사람이 많이 있는 시설에 있을 때

- 당황하지 않고, 직원의 지시를 따릅니다.



# 진도와 흔들림의 모습



진도 0	흔들림이 느껴지지 않습니다.
진도 1	실내에 있을 때 약간의 흔들림을 느끼는 사람이 있습니다.
진도 2	실내에 있을 때 흔들림을 느낀 사람이 많습니다. 매달린 물건이 흔들립니다.
진도 3	실내에 있을 때 대부분의 사람이 흔들림을 느낍니다.
진도 4	고정되지 않은 물건이 쓰러질 수 있습니다. 매달린 물건이 크게 흔들립니다.
진도 5약	고정되지 않은 가구가 쓰러지거나 식기, 책이 떨어집니다. 담장이 무너질 수 있습니다.
진도 5강	무거운 가구가 쓰러질 수 있습니다. 걸는 것이 어렵습니다.
진도 6약	바르게 서 있는 것이 어렵습니다. 문이 열리지 않는 경우가 있습니다. 건물의 벽이나 유리창이 깨집니다. 고정되지 않은 가구가 움직입니다.
진도 6강	기어야 움직일 수 있습니다. 무너지는 집이 있습니다.
진도 7	움직일 수 없습니다. 많은 집이 무너집니다. 도로도 무너집니다.

# 쓰나미

지진 후에 쓰나미(높은 파도)가 올 수 있습니다.  
 지진이 일어난 후 바로 쓰나미가 올 수도 있습니다.  
 큰 쓰나미가 오면 건물이나 자동차도 떠내려갑니다.



## 주의할 점

### ●바다나 강 근처에 있을 때

신속히 높은 곳으로 대피합니다.

### ●산 근처에 있을 때

돌이 떨어질 수도 있습니다. 절벽에 접근하지 않도록 합니다.

### ●근처에서 지진이 일어나지 않더라도 쓰나미가 올 가능성이 있습니다

TV나 라디오로 정보를 얻습니다.

### ●'집에 있으면 위험하다'라고 느꼈을 때

집보다도 높은 곳의 피난장소·피난소 (P15) 로 대피합니다.

### 〈쓰나미 경보·주의보〉

기상청에서 제공하는 정보입니다. 지진이 일어나고 쓰나미가 올 때는 TV 등에서 대형 쓰나미 경보와 쓰나미 주의보가 발표됩니다.

경보·주의보의 종류	예상되는 쓰나미의 높이	
	수치 발표 (발표 기준)	쓰나미의 크기를 나타내는 말
대형 쓰나미 경보	10m초과	거대
	10m	
	5m	
쓰나미 경보	3m	높다
쓰나미 주의보	1m	-

# 태풍

8월부터 10월에 오는 경우가 많습니다.

태풍이 지나갈 때에는 매우 강한 바람이 불고 비가 많이 옵니다.



## 주의할 점

- 밖에 나가지 않습니다.
- 집 밖에 있으면 날라갈 것 같은 물건은 집 안으로 옮깁니다.
- 유리창 등이 깨질 수도 있으니 다치지 않도록 커튼을 닫습니다.
- 전기가 멈추는 경우도 있으니 손전등을 준비합니다.

# 폭우·홍수

긴 시간 동안 계속해서 비가 오거나 짧은 시간에 비가 많이 올 수 있습니다.

비가 많이 오면 강물이 넘칠 수 있습니다.

집이 물에 잠기거나 떠내려가기도 합니다.

같은 장소에 짧은 시간에 많은 비가 내리는 것을 '집중호우'라고 합니다.



장마(6월부터 7월경)가 끝날 무렵이나 태풍이 올 때 폭우가 내리기 쉽습니다.

폭우가 내릴 때는 대피소에 가는 것이 위험한 경우도 있습니다. 위험할 때는 건물의 가능한 한 안전한 방으로 대피합니다.



## 주의할 점

- 피난할 때 이외는 밖에 나가지 않습니다.
- 강이나 산에 가까이 가지 않습니다.
- 차로 이동하지 않습니다.
- 성인 무릎 높이까지 물이 있을 때는 걸어서 이동하지 않습니다



# 폭설

아키타는 겨울에 눈이 많이 내립니다.

## 주의할 점

- 버스나 지하철이 멈출 수도 있습니다.
- 지전거나 오토바이를 타지 않습니다.
- 미끄러지지 않는 신발을 신습니다.
- 자동차는 미끄럼 방지용 타이어로 교체합니다.
- 지붕 밑을 걸을 때는 '고드름'을 주의합니다
- 수도를 사용하지 않는 경우는 「물 빼기」를 해 둡니다.  
(물 빼는 방법은, 살고 있는 집이나 아파트에 따라서 다르므로, 사전에 확인해둡시다)



### 고드름

떨어져서 머리 등에 찰리면 크게 다칩니다.



### 미끄럼 방지용 타이어

일반 타이어보다 홈이 깊고, 미세하고 얇은 홈도 붙어 있습니다.

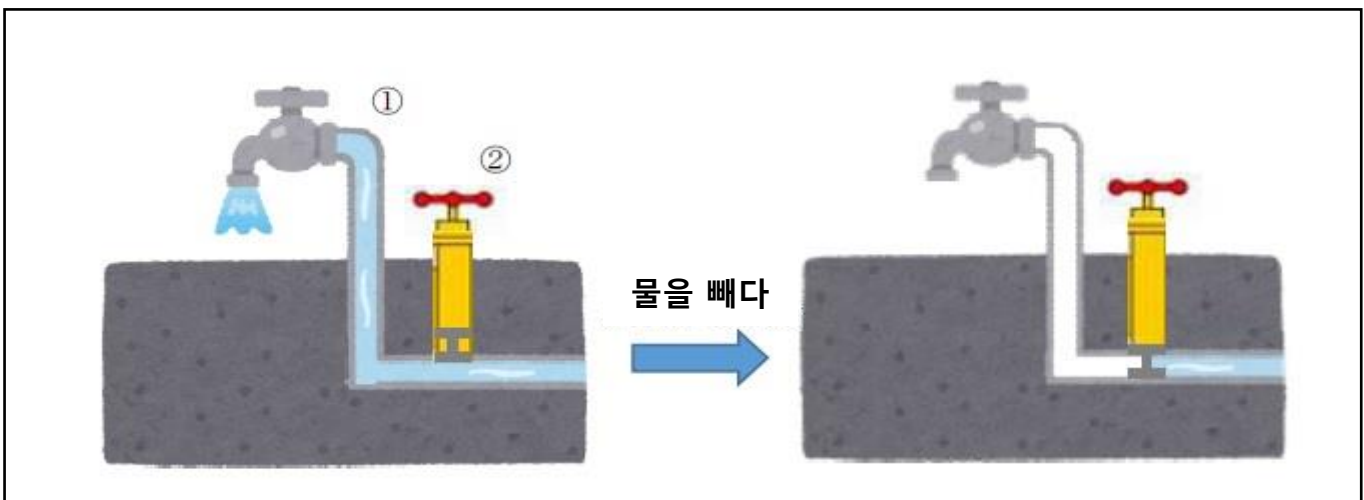
눈이 내리거나 도로가 얼어도 잘 미끄러지지 않게 됩니다.

미끄럼 방지용 타이어의 경우 타이어 측면에

'STUDLESS'라고 쓰여져 있습니다.



### 물 빼기



# 토사 재해

폭우나 지진 등에 의해 약해진 경사면의 토사가 무너질 수 있습니다.



## 폭우·토사 재해 시의 경계 레벨과 피난에 대해서

시정촌이 제공하는 정보입니다.

풍수해·토사 재해에 대해서는 '5단계 피난 정보'가 사용되고 있습니다.  
TV나 인터넷, 앱 등으로 정보를 확인하도록 합니다.

경계 레벨	해야 할 것	피난의 정보는 이처럼 표시한다.
5	즉시 자신의 안전을 위해 할 수 있는 일을 한다.	'긴급 안전 확보'
4	<b>전원 피난</b> 가능한 한 빨리 위험한 곳에서 피난 장소 또는 가까운 안전한 곳으로 피난한다	'피난 지시'
3	고령자나 거동이 불편한 사람 등 피난에 시간이 걸리는 사람은 피난한다. 다른 사람들은 피난할 준비를 한다.	'고령자 등 피난'
2	피난 행동(어떻게 피난하는지)을 확인한다.	
1	새로운 정보에 주의한다.	

# 재해에 대비하자

## 재해 정보를 알다

재해가 일어나면 TV나 라디오를 켜도록 합시다.

재해 방지 도구 및 앱을 통해서도 재해 정보를 알 수 있습니다.

### ●아키타현 재해 방지 포털 사이트

재해 시에 도움이 되는 다양한 정보를 볼 수 있는 웹 사이트입니다.

날씨나 피난에 대한 정보를 다국어로 볼 수 있습니다.



URL

<https://www.bousai-akita.jp/>



### ●NHK WORLD JAPAN

NHK의 뉴스를 다국어로 볼 수 있습니다.

재해에 대한 정보도 받을 수 있습니다. 무료입니다.

Android판

iOS판



### ●Safety Tips

재해에 대한 정보를 다국어로 받을 수 있습니다. 무료입니다.

Android판

iOS판



'Safety Tips' 로고  
(출처: 관광청 홈페이지)

# 피난 방법

재해가 일어났을 때, 어디로 어떻게 피난하면 좋을지 사전에 알아 둡시다.

## ●해저드 맵을 확인한다.

재해가 일어날지도 모르는 위험한 장소나 피난할 수 있는 장소를 알 수 있는 지도입니다.

시정촌에서 만들고 있습니다. 자신의 시정촌의 해저드 맵을 확인해 보도록 합시다.

시정촌 홈페이지에서 볼 수 있습니다

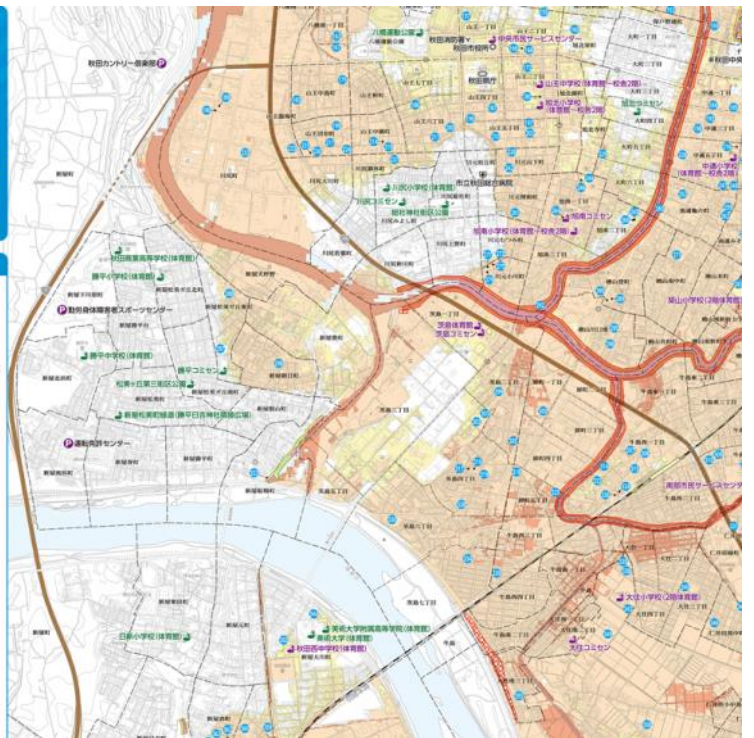


큰 시정촌의 경우는 지역마다 지도가 나눠져 있습니다.

**秋田市 水害ハザードマップ⑥**  
 山王・中通・南通・川尻・楢山・茨島・東通・横森・桜・新屋・浜田・牛島・仁井田・御所野など

危険度	浸水想定	土砂災害警戒区域	避難場所	避難経路	タイミング
レベル					
メートル					

Map details and legend (凡例) including evacuation routes, flood zones, and emergency shelters.



## ●피난소에 가다.

- 초등학교, 중학교나 주민회관 등이 재해 시 '피난소'가 됩니다.
- 누구나 무료로 사용할 수 있습니다.
- 음식, 음료를 받을 수 있습니다.
- 담요나 잠자는 곳이 있습니다.  
(잠자는 곳은 딱딱한 바닥일 때도 있습니다)
- 재해나 생활 정보를 알 수 있습니다.



피난소의 표시



## ●피난소의 매너와 규칙

- 접수처가 있기 때문에, 그곳에서 자신의 이름 등을 적습니다.집에 돌아갈 때나 다른 대피소에 갈 때는 접수처에 전달합니다.
- 음식을 받을 수 있는 시간이나 받을 수 있는 양은 정해져 있습니다. 줄 설 때는 순서대로 서서 받습니다.
- 많은 사람들이 함께 지내는 장소이므로 큰 소리를 내지 않도록 주의합니다.

## ●피난할 때 복장

- 긴팔, 긴바지를 입고 피부를 드러내지 않도록 합니다.
- 장갑을 낀다.
- 늘 신던 신발을 신습니다.
- 헬멧이나 모자 등으로 머리를 덮습니다.
- 짐은 배낭에 넣어 짊어집니다.



## ●피난할 때 주의할 점

- 움직이기 쉽고 안전한 복장과 걷기 편한 신발로 이동합니다. 홍수 때 장화를 신으면 장화에 물이 들어가 걷기 어려워지므로 신지 맙시다.
- 밖이 어두울 때는 넘어지거나 도랑에 빠질 위험이 있습니다. 밝고 넓은 길을 지나갑시다.
- 손전등을 들고 발밑을 조심하면서 걷도록 합시다.



# 비상용품 (재해에 대비하여 준비해 둘 것)

재해가 일어난 후에는 음식이나 생활용품을 사는 것이 어려워집니다.  
 최소한의 필요물품을 준비하고 피난 시 바로 가지고 나올 수 있도록 준비합니다.  
 비상용품으로 준비해 두는 것은 두 종류가 있습니다.

- ① 피난할 때 들고 나오는 '비상 휴대품'
  - ② 전기·가스·수도가 멈췄을 때를 위해 자택에 준비해 두는 '비상 비축품'
- 각각 어떤 것이 필요한지 확인해봅시다.



## ●비상 휴대품

피난할 때 바로 가지고 나올 수 있도록 배낭 등에 넣어 준비해 둡니다.  
 준비한 것을 메고 걸어보세요. 너무 무거워지지 않도록 주의합니다.

 <p>물</p>	 <p>음식</p>	 <p>수건·휴지</p>	 <p>옷·속옷</p>	 <p>구급용품</p>
 <p>은행 등의 통장</p>	 <p>여권</p>	 <p>재류카드</p>	 <p>건강보험증 복사본</p>	 <p>현금 (10엔 동전이나 100엔 동전은 공중 전화 에 사용할 수 있습니다)</p>
 <p>휴대전화와 충전기</p>	 <p>손전등 여분의 건전지</p>	 <p>휴대용 라디오</p>	 <p>복용하고 있는 약</p>	 <p>그 외 자신에게 필요한 것</p>

## ●비상 비축품

최소 3 일분, 가능하면 1 주일분을 기준으로 맞춰 둡시다.

 <p>물 1일 3리터</p>	 <p>음식</p>	 <p>랩·알루미늄 호일</p>	 <p>일회용 식기</p>
 <p>담요</p>	 <p>물이 필요 없는 샴푸</p>	 <p>치약세트·가글</p>	 <p>휴대용 가스레인지 ·연료</p>

필요한 비상용품은 사람마다 다릅니다.

자신이나 가족에게 필요한 것을 준비해 둡시다.



# 재해 시 사용하는 일본어





몸을 지키기 위해 필요한 말입니다. 기억해 둡시다.

피난	避難	Hinan	안전한 장소로 도망치는 것
여진	余震	Yoshin	큰 지진 후에 오는 지진(여러 번 일어납니다)
진도	震度	Shindo	지진의 흔들림 크기
붕괴	倒壊	Toukai	집이나 건물이 쓰러져 부서지는 일
화재	火事/火災	Kaji/Kasai	집이나 물건이 불타는 것
정전	停電	Teiden	전기가 꺼지는 것
단수	断水	Dansui	물을 사용할 수 없게 되는 것
불통	不通	Futsuu	전기·수도·가스를 사용할 수 없게 되는 것 길을 통과할 수 없게 되는 것
급수소	給水所	Kyuusuijo	마실 물을 받을 수 있는 곳
구급차	救急車	Kyuukyusya	아프거나 다친 사람을 실어 나르는 차
배식	炊き出し	Takidashi	대피소 등에서 많이 만든 음식을 무료로 받는 것
충전	充電	Juuden	휴대 전화나 라디오 등에 전기를 모으는 것
홍수	洪水	Kouzui	폭우나 눈이 녹은 뒤 강물의 양이 한꺼번에 불어나면서 일어나는 재해
침수	浸水	Shinsui	건물 등이 물에 잠기는 것
범람	氾濫	Hanran	강물의 양이 단숨에 불어나 불어난 물이 강 밖으로 나가는 것
하천	河川	Kasen	강



# 피난 장소의 표시

자신의 집 주위를 확인하고 어디에 무슨 표시가 있는지 기억해 둡시다.

피난 장소		재해가 일어나면 제일 먼저 피난하는 곳입니다. 공원이나 학교 운동장 등 넓은 장소입니다.
쓰나미 피난 장소		쓰나미로부터 피난할 곳입니다. 주위보다 높은 산이나 호텔 등의 높은 건물입니다.
피난소		집이 무너진 사람이나 집이 위험한 사람들이 모이는 곳입니다. 물이나 음식을 받을 수 있습니다. 학교나 주민회관, 커뮤니티 센터 등입니다.
해발 표시		그 장소가 바다보다 얼마나 높은지가 적혀 있습니다. 쓰나미가 왔을 때는 서둘러 높은 곳으로 도망쳐 주시기 바랍니다.

# 공중 전화 사용법

●구급차·소방차나 경찰을 부를 때

구급차·소방차 119

경찰 110

**긴급通報 버튼이 없는 전화**

- ①수화기를 듭니다.
- ②119/110을 누릅니다.

**긴급通報 버튼이 있는 전화**

- ①수화기를 듭니다.
- ②긴급通報 버튼을 누릅니다.
- ③119/110을 누릅니다.

●재해시 일본에 있는 사람에게 전화를 할 때  
(큰 재해 시에는 무료로 사용할 수 있습니다)

**긴급通報 버튼이 없는 전화**

- ①수화기를 듭니다.
- ②상대방의 전화번호를 누릅니다.

**긴급通報 버튼이 있는 전화**

- ①수화기를 듭니다.
- ②동전(10엔 또는 100엔)을 넣습니다.
- ③상대방의 전화번호를 누릅니다.



긴급通報 버튼

# 안부(무사한지)를 확인하다

재해가 발생하면 전화 연결이 어려워집니다.

가족이나 친구와 안부를 서로 확인하기 위한 방법을 몇 가지 정해 둡시다.

## ●재해용 전언 다이얼

전화로 녹음한 메시지를 다른 사람이 확인할 수 있습니다.

유선전화, 휴대전화, 공중전화로 걸 수 있습니다.

사용 방법	녹음할 때 171을 누른다→1을 누른다→자신의 전화번호를 누른다→1을 누른다→녹음 완료
	메시지를 들을 때 171을 누른다→2를 누른다→확인을 하고 싶은 사람의 전화번호를 누른다→1을 누른다→듣는다

## ●재해용 전언판(web171)

웹 사이트에 문자로 메시지를 등록하면 다른 사람이 확인할 수 있습니다.

PC나 스마트폰 등으로부터 등록·확인할 수 있습니다.

사용 방법	https://www.web171.jp 접속→ 자신의 전화번호(확인하고 싶은 사람의 전화번호)
-------	--

## ●사람 찾기

안부 확인 및 안부 정보 등록을 할 수 있습니다. 다양한 언어로 사용할 수 있습니다.

<https://www.google.org/personfinder/japan>

# 방재 메모

재해가 일어났을 때를 위해 메모를 해 둡시다.

이름	
주소	
전화번호	
알레르기	
복용하고 있는 약	
대사관·영사관 전화번호	
집에서 가까운 피난 장소	
집에서 가까운 피난소	
가족 이름	
가족 전화번호	
가족 집합장소	





## 외국인을 위한 재해 방지 핸드북

2024년 3월 발행

발행 공익재단법인 아키타현 국제교류협회

아키타현 국제교류협회

아키타시 주오도리 2-3-8 아토리온 1층

TEL:018-893-5499 FAX:018-825-2566 E-mail: aia@aiahome.or.jp

재해 시 공지를 드릴 일이 있습니다.  
팔로우 해 주세요.

