



- 携帯会社に よって、使いかたが違います。
- メールで伝言できます。

災害用伝言板の使いかた  
携帯電話の WEB サイトやアプリを使  
います。

- Post your message via your mobile phone carrier's WEB site or disaster message application.
- You can text your message.
- Posting procedures will differ between mobile phone carriers. Check beforehand.

## How to use the Disaster Message Board Service

## Things to pack

Food, water, portable radio, flashlight, first-aid kit, cash/valuables, passport, foreign residence card, etc. (alien registration card)

準備するもの  
食べもの、水、携帯ラジオ、懐中電灯、  
救急セット、貴重品、パスポート、  
在留カード (外国人登録証) など



171 をダイヤルする  
171 をダイヤルする  
2 をダイヤルする  
家族や友だちの家の電話番号  
メッセージを再生

日本語のガイダンスに従って、すずめてください。  
無事を確認したいとき (再生)  
Play the message  
friend's home phone number  
Dial your family or  
Dial 2  
Dial 1 7 1

家の電話、携帯電話、公共電話を使います。  
Check if someone is safe (play message)  
Record your message via home telephone,  
mobile phone or public phone. Follow the  
Japanese guidance.

Posting that you are safe (record message)  
Dial 1 7 1  
Dial 1  
Record your message via home telephone,  
mobile phone or public phone. Follow the  
Japanese guidance.

## How to use the Disaster Emergency Message Dial

Posting that you are safe (record message)  
Dial 1 7 1  
Dial 1  
Record your message via home telephone,  
mobile phone or public phone. Follow the  
Japanese guidance.

## How to use the Disaster Message Board Service

携帯会社に よって、使いかたが違います。

メールで伝言できます。

災害用伝言板の使いかた  
携帯電話の WEB サイトやアプリを使  
います。

Post your message via your mobile phone carrier's WEB site or disaster message application.

You can text your message.

Posting procedures will differ between mobile phone carriers. Check beforehand.

## How to use the Disaster Message Board Service

携帯会社に よって、使いかたが違います。

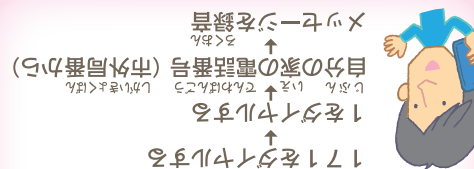
メールで伝言できます。

災害用伝言板の使いかた  
携帯電話の WEB サイトやアプリを使  
います。

Post your message via your mobile phone carrier's WEB site or disaster message application.

You can text your message.

Posting procedures will differ between mobile phone carriers. Check beforehand.



171 をダイヤルする  
171 をダイヤルする  
1 をダイヤルする  
自分の家の電話番号 (市外局番から)  
メッセージを録音

災害用伝言ダイヤルの使いかた  
無事を知らせたいとき (録音)  
Record your message  
Dial your home phone number  
(start from area code)  
Dial 1  
Dial 1 7 1

Posting that you are safe (record message)  
Dial 1 7 1  
Dial 1  
Record your message via home telephone,  
mobile phone or public phone. Follow the  
Japanese guidance.

Posting that you are safe (record message)  
Dial 1 7 1  
Dial 1  
Record your message via home telephone,  
mobile phone or public phone. Follow the  
Japanese guidance.

## How to use the Disaster Emergency Message Dial

Posting that you are safe (record message)  
Dial 1 7 1  
Dial 1  
Record your message via home telephone,  
mobile phone or public phone. Follow the  
Japanese guidance.

## How to use the Disaster Message Board Service

携帯会社に よって、使いかたが違います。

メールで伝言できます。

災害用伝言板の使いかた  
携帯電話の WEB サイトやアプリを使  
います。

Post your message via your mobile phone carrier's WEB site or disaster message application.

You can text your message.

Posting procedures will differ between mobile phone carriers. Check beforehand.

## How to use the Disaster Message Board Service

携帯会社に よって、使いかたが違います。

メールで伝言できます。

災害用伝言板の使いかた  
携帯電話の WEB サイトやアプリを使  
います。

Post your message via your mobile phone carrier's WEB site or disaster message application.

You can text your message.

Posting procedures will differ between mobile phone carriers. Check beforehand.

English  
英語

## Disaster Preparedness Booklet

Please place this booklet in your purse or day planner and keep it with you always.



## 災害のときの便利ノート

このノートは、手帳や財布に入れて、いつも持っていてくださいね。

家族や友だちに無事を知らせたいとき  
or friends are safe,  
or making sure your family  
Informing your family or

家族や友だちの無事を確認したいとき  
or friends are safe,  
or making sure your family  
Informing your family or



Pack everything you need for evacuation in a bag (backpack) and have it ready.

避難するとき<逃げるとき>に必要なものは、バック (リュックサック) にまとめておきましょう。

## What is an evacuation center?

- It's a place to stay, for a while, when it is dangerous/difficult for you to stay at home.
- It's open to all, foreigners and Japanese alike.
- You will be provided with food and water. You can gather necessary information there, too.



避難所<逃げるところ>は、  
どういうところ？

- 家で生活することが難しいとき、しばらく生活する場所です。
- 外国人も日本人も誰でも行くことができます。
- 水、食べものをもらうことができます。必要な情報を知ることができます。



## About me わたしのこと



Name (Alphabet) (KATAKANA)  
なまえ (ローマ字) (カタカナ)

Address  
じゆうしょ  
住所

Telephone Number  
でんわばんごう  
電話番号

School / Office  
がっこう きんむさき  
学校・勤務先

Birthday  
うまれた日  
YY MM DD  
ねん がつ 日

Blood Type  
けつえきがた  
血液型

Nationality  
こくせき  
国籍

Languages you understand  
はな ことば  
話せる言葉

Passport No.  
ぱすぽーとばんごう  
パスポート番号

Allergies, diseases, daily medications  
びようき つか くすり  
アレルギー・病気、いつも使っている薬



## What to do at the evacuation center

- When you arrive, write your name in the name list at the reception.
- There may not be enough supplies, so let's share what is available.
- If you are healthy and fit, please help out.

避難所の過ごし方

- 受付の名簿に名前を書きましょう。
- みんなで分け合ひましょう。
- 元気な人は、お手伝いしましょう。



Check and write down the name of a nearby evacuation center.

近くの避難所を調べて、名前を書いておきましょう。



Talk over and decide on a place where you and your family will meet in case you are separated.

家族との待ち合わせ場所を決めておきましょう。



## Important contacts (name and/or phone number)



Make sure the phone numbers are listed in your mobile phone.

大事な連絡先 (名前や電話番号)  
けいたいでんわ とうろく  
携帯電話にも登録しておきましょう。

Check and write down the phone number of your nearby consultation desk.

近くの相談窓口の電話番号を調べて、書いておきましょう。

## Memo

(attach a picture or write your own memos here)

写真を貼ったり、自由に使ってください

