Contents 目录 목차

Chapter 1 Make Sure You Know the Evacuation Process

第1章 确认避难步骤

제1장 대피 순서 확인하기 ····· P.2~29

Chapter 2 Life in an Evacuation Shelter

第2章 避难所生活

제2장 대피소에서의 생활 ····· P.30~43

Chapter 3 Map of Earthquake Evacuation Shelters

第3章 地震避难所地图

제3장 지진 대피소 지도 ····· P.44~67

Reference 资料 자료

Supplies to Stockpile at Home
家庭储备物资 가정에서 준비하는 비축 물품 ····· P.69~72

Emergency Kit Items
紧急携带物品 비상 반출 물품 ····· P.73~76

Ways to Gather Information
信息收集方式 정보 수집 수단 ····· P.77~80

1

Make Sure You Know the Evacuation Process
确认避难步骤
대피 순서 확인하기

Evacuation Procedures in the Case of an Earthquake ▸▸ If you are at home

地震发生时的避难步骤 ▸▸ 自己家中时

지진 시 대피 순서 ▸▸ 자택에 있는 경우

Evacuating 避难行动 대피 행동요령

If there is an Earthquake Early Warning, move to somewhere safe before the tremor hits.
接收到紧急地震速报信息时，在地震摇晃到来前确保自身安全
긴급 지진 속보가 나온 경우는 흔들림이 시작되기 전에 몸을 보호하십시오.

Major earthquake strikes
大地震发生　대지진 발생

1 P.5·6
Protect Yourself 首先确保自身安全
먼저 몸의 안전 확보하기

2 P.7·8
Turn off any Naked Flames, and Make Sure You Have a Way out 关闭火源，并确保避难路线
불을 끄고 대피 경로 확보하기

3 P.9~12
Check What is Happening 确认发生了什么
현재 무슨 일이 일어나고 있는지 확인하기

Points to check 确认要点 확인 포인트

- ☐ Is your home or neighborhood at risk from fire?
- ☐ Has evacuation advisories been issued?
- ☐ 自家住宅及附近存在火灾危险
- ☐ 已发布避难信息
- ☐ 자택이나 주변에 화재가 발생할 위험이 있다.
- ☐ 대피 정보가 나오고 있다.

If these apply, evacuate from your home.
符合该情况时，请离开自家住宅进行避难
해당하는 경우는 일단 자택에서 나와 대피하십시오.

No 不符合 해당하지 않음 → **6 P.15·16**

Yes 符合 해당

4 P.13
Assemble at a Temporary Gathering Site*1
前往“临时集合场所”※1集合
‘일시 집합 장소’※1에 모이기

- You are no longer at risk from fire
- Evacuation advisories etc. have been lifted
- 已无火灾危险
- 避难信息等解除
- 화재 위험이 사라짐
- 대피 정보 등 해제

There is a major fire that endangers the temporary gathering site
发生大规模火灾，临时集合场所面临危险
큰 화재가 발생하여 일시 집합 장소가 위험

5 P.14
Move in a Group to the Evacuation Site*2
集体前往“避难场所”※2避难
‘대피 장소’※2에 집단으로 대피하기

- You are no longer at risk from fire
- Evacuation advisories etc. have been lifted
- 已无火灾危险 ・避难信息等解除
- 화재 위험이 사라짐 ・대피 정보 등 해제

Daily Life after a Disaster 受灾后的生活 재해 후 생활

6 P.15·16
Check the State of Your Home
确认家中情况　자택 상황 확인하기

Points to check 确认要点 확인 포인트

- ☐ Burnt down or collapsed, so you can't live there
- ☐ In danger of collapsing
- ☐ At risk from a secondary disaster, such as fire or liquefaction
- ☐ A neighbor's home is tilting and affecting your home badly
- ☐ You need third-party support in matters of daily life
- ☐ 烧毁或倒塌，无法生活
- ☐ 存在倒塌危险
- ☐ 存在火灾、地震液化作用等次生灾害危险
- ☐ 邻居房屋倾斜，严重影响自家住宅
- ☐ 生活需要他人帮助
- ☐ 소실 또는 붕괴로 인해 생활이 불가능하다.
- ☐ 붕괴 위험성이 있다
- ☐ 화재, 액상화 등 2차 재해가 발생할 위험이 있다.
- ☐ 이웃 건물이 기울어 자택에 큰 영향을 미치고 있다.
- ☐ 생활에 제삼자의 지원이 필요하다.

If any of the above apply, consider finding somewhere else to live
若有符合项，亦请考虑在自家住宅以外的避难地点生活
해당하는 항목이 있는 경우는 자택 이외의 다른 장소에서의 생활도 검토하십시오.

No 不符合 해당하지 않음 → **7 P.17~22**
Staying in Your Own Home (Sheltering in Place)
留在家中（在家避难）
자택에 머무르기(자택 대피)

Yes 符合 해당

You have relatives or friends who can take you in
有可投靠的亲戚或熟人
몸을 의탁할 친척이나 지인이 있음 → **8 P.23·24**
Evacuating to the Home of a Relative or Friend (Taking Refuge with Relatives or Friends)
前往亲戚、熟人家中避难（亲友关系等避难）
친척이나 지인의 집으로 대피하기(연고 등 대피)

You have no relatives or friends who can take you in
无可投靠的亲戚或熟人
몸을 의탁할 친척이나 지인이 없음 → **9 P.25~28**
Taking Refuge in a Primary Evacuation Shelter
前往“第一次避难所”避难
‘제1차 대피소’로 대피하기

Daily life is difficult in the primary evacuation shelter
难以在第一次避难所生活
제1차 대피소에서의 생활이 어려움 → **10 P.29**
Adachi City Arranges Transportation to a Secondary Evacuation Shelter (Welfare Shelter)
由区政府负责转移至“第二次避难所（福祉避难所）”
아다치구가 ‘제2차 대피소(복지 대피소)’로 이송하기

*1 A place to gather temporarily before evacuating as a group
*2 A location designated by the Tokyo Metropolitan Government to protect you from earthquake-related fires

※1 集体避难居民临时集合的场所　※2 为保护居民免遭地震次生火灾危害，由东京都指定的场所
※1 집단으로 대피하기 위해 일시적으로 모이는 장소　※2 지진 화재로부터 몸을 지키기 위해 도쿄도가 지정한 장소

1. Protect Yourself
首先确保自身安全
먼저 몸의 안전 확보하기

If there is an Earthquake Early Warning, your first priority is your own safety.

在接收到紧急地震速报信息后，应首先确保自身安全。

긴급 지진 속보가 나오면 무엇보다도 먼저 몸을 지키기 위한 행동을 취합니다.

① If you are at home 家中 자택의 경우

☐ Move away from any large furniture.
Light fittings or cupboard contents may fall on you, so move carefully.

☐ 远离大件家具。
在移动中留意照明设备及柜中物品的掉落危险。

☐ 큰 가구에서 멀리 떨어진다.
조명 기구나 선반에 있는 물건의 낙하를 고려하면서 이동한다.

Take preventive measures to stabilize furniture so that it won't fall over or slide around 日常做好防止家具倾倒等应对措施 평소에 실천하는 가구 전도 방지 등의 대책

☐ Stabilize furniture and home appliances etc. that might fall over or slide around.
☐ Fasten cupboard doors so that they don't swing open.
☐ Put shatter-proofing film on window glass.

☐ 防止家具、电器产品等倾倒
☐ 防止柜门打开
☐ 在窗户上粘贴玻璃防飞溅膜

☐ 가구나 전기 제품 등이 넘어지지 않도록 고정해 두기
☐ 그릇장 문을 고정해 두기
☐ 창문에 유리 비산 방지 필름 붙이기

☐ If there is a thick support or wall, stay close to it.
☐ Protect your head, by getting under a table for example.
If there is no table or similar furniture nearby, use an item at hand, such as a cushion, pillow, or magazine.

☐ 靠近较粗的柱子或墙壁。
☐ 躲在桌子等下面，保护头部。
附近无桌子时，可使用靠垫、枕头、杂志等身边的物品。

☐ 굵은 기둥이나 벽이 있으면 몸을 바싹 댄다.
☐ 책상 아래로 들어가는 등 머리를 보호한다.
책상 등이 없으면 쿠션, 베개, 잡지 등 가까이에 있는 것을 사용한다.

② If you are outdoors 室外 건물 밖인 경우

☐ Check overhead, and move away from any objects that might fall, such as signs, window panes, etc.
☐ Move away from any buildings, concrete-block walls, vending machines, etc.
☐ Protect your head with an item such as a bag or briefcase.

☐ 一边注意头顶安全，一边移动至不会发生招牌、窗户玻璃等坠落危险的场所。
☐ 远离建筑物、围墙、自动售货机等。
☐ 用皮包等保护头部。

☐ 머리 위를 확인하면서 간판, 유리창 등 낙하물의 위험이 없는 장소로 이동한다.
☐ 건물, 벽돌 담장, 자동판매기 등에서 멀리 떨어진다.
☐ 가방 등으로 머리를 보호한다.

2. Turn off any Naked Flames, and Make Sure You Have a Way out 关闭火源，并确保避难路线 불을 끄고 대피 경로 확보하기

Even after the shaking has stopped, there may be strong aftershocks. Stay calm, turn off any naked flames, and make sure you have a way out.

即使摇晃暂时停止，亦可能再次发生剧烈摇晃。请冷静关闭火源，并确保避难路线。

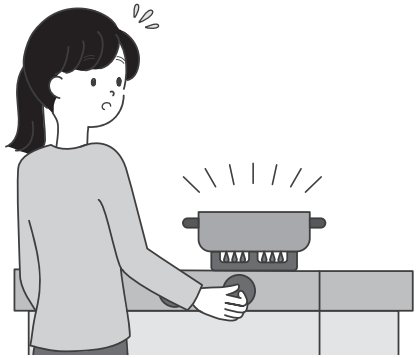
일단 흔들림이 멈춰도 다시 크게 흔들릴 가능성이 있습니다. 침착하게 불을 끄고 대피 경로를 확보합니다.

① Stay calm and turn off any naked flames 冷静关闭火源 침착하게 불 끄기

Wear slippers or other footwear so that you don't cut your feet on any broken glass etc., and calmly check that there are no naked flames. It's a good idea to have a fire extinguisher in your home so you can put out any fires before they spread.

穿着拖鞋等以避免因飞溅的玻璃碎片等割伤脚部，保持冷静确认火源。
建议在家中准备家用灭火器，以备在火灾初起阶段能及时灭火。

깨져 흩어진 유리 등에 발을 다치지 않도록 슬리퍼 등을 신고, 침착하게 불씨를 확인합니다.
초기 소화를 위해 자택에 가정용 소화기를 상비해 두면 안심할 수 있습니다.



<If your home catches fire> <若家中发生火灾> <자택에서 화재가 발생하면>

- ☐ Shout a warning to everyone nearby.
- ☐ Call 119 and report the fire.
- ☐ Use a fire extinguisher or water, etc. to put out the fire while it's still small.
- ☐ Evacuate immediately if you feel in danger, for example if the flames have reached the ceiling.

- ☐ 大声通知周围邻居。
- ☐ 拨打119。
- ☐ 火焰较小时，使用灭火器、水等进行灭火。
- ☐ 发生火焰窜至天花板等危险情况时，应立即逃生。

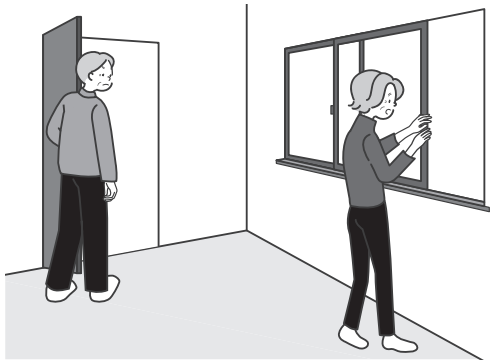
- ☐ 큰 소리로 주변에 알린다.
- ☐ 119에 신고한다.
- ☐ 작은 불이라면 소화기나 물을 사용하여 불을 끈다.
- ☐ 불길이 천장에 닿는 등 위험하다고 느껴지면 신속히 대피한다.

② Make sure you have a way out 确保避难路线 대피 경로 확보하기

Buildings jolted by an earthquake can sometimes bend out of shape, and doors may not open. Secure an exit route by opening doors and windows so that you can leave your home whenever you are ready to.

地震摇晃可能导致建筑物变形，房间门及大门无法打开。请打开房间门窗、大门，确保逃生出口。

지진의 흔들림으로 건물이 뒤틀려 방문과 현관문이 열리지 않을 수 있습니다. 언제든 밖으로 나갈 수 있도록 방문, 창문, 현관문을 열어 출구를 확보하십시오.



3. Check What is Happening
确认发生了什么
현재 무슨 일이 일어나고 있는지 확인하기

Do an aural and visual check of your surroundings, use information from sources such as governmental agencies to evaluate the situation, and decide whether you need to evacuate.

请通过自己看到、听到以及行政机关等的信息确认周围情况，判断是否需要避难。

자신이 직접 보고 들은 정보, 또는 행정 기관 등의 정보를 바탕으로 주위 상황을 확인하고 대피가 필요한지 판단합니다.

① Check your surroundings
确认周围情况　주위 확인하기

Look around you and make sure that you are safe. If necessary, help for evacuation and rescue operations for other people.

- ☐ If you are not alone, check on the people with you.
- ☐ Check whether there is anything likely to fall or topple over onto you.
- ☐ Check whether any fires have broken out nearby.
- ☐ Check whether anyone nearby needs help.

观察周围情况，确保安全。根据需要进行避难及救援活动。

- ☐ 与其他人在一起时，相互确认对方情况。
- ☐ 确认有无可能坠落、倾倒的物品。
- ☐ 确认附近有无火灾发生。
- ☐ 确认周围有无需要帮助的人。

주위 상황을 눈으로 직접 확인하고 안전을 확보합니다. 필요하다면 대피와 구조 활동을 실시합시다.

- ☐ 누군가와 함께 있을 때는 서로의 상황을 확인
- ☐ 떨어지거나 넘어질 것 같은 물건이 없는지 확인
- ☐ 주변에 화재가 발생하지 않았는지 확인
- ☐ 도움이 필요한 이웃은 없는지 확인

② Get accurate information
获取正确信息　올바른 정보 수집하기

Gather information from sources you can trust, such as governmental agencies and the fire department. Inaccurate information and false rumors sometimes become widespread after a disaster. Make a conscious effort to get accurate information rather than just believing hearsay.

- ●Evacuation information (evacuation orders etc. due to causes such as fires)
- ●The damage in your area (information about large fires, the state of the roads, etc.)
- ●When and where evacuation shelters are open

请通过行政机关、消防局等可靠机构收集信息。发生灾害时，可能出现错误信息、虚假信息传播的情况。请勿轻信谣言，注意获取正确信息。

- ●避难信息（因火灾等发布的避难指示等）
- ●地区受灾情况（大规模火灾信息、道路情况等）
- ●避难所开设情况

행정 기관이나 소방서 등 신뢰할 만한 곳에서 나오는 정보를 수집합니다. 재해가 발생하면 정확하지 않은 정보와 유언비어가 떠돌 수 있습니다. 무작정 소문을 믿지 말고, 올바른 정보를 수집하는 일에 유의해야 합니다.

- ●대피 정보(화재 등으로 인한 대피 지시 등)
- ●지역 피해 상황(대규모 화재 정보 도로 상황 등)
- ●대피소 개설 상황

How to access information P.77
信息获取方法参见 P.77　정보 입수 방법은 P.77

③ Things to be careful about when you leave your home
外出注意事项　밖으로 나갈 때의 주의점

- ☐ **Use the circuit breaker to turn off the electricity supply. This will prevent electrical fires*.**
- ☐ **关闭断路器，以防止通电火灾*发生。**
- ☐ **통전 화재*를 방지하기 위해 차단기를 내린다.**

Have quake-sensitive circuit breakers installed
请在日常生活中安装“感震断路器”
평소에 ‘감진 차단기’를 설치해 두면 안심

A device that automatically shuts off the electricity supply when it senses a strong earthquake.
是一种用于在检测到强烈地震时，自动切断供电的设备。
강한 지진을 감지하면 자동으로 전기 공급을 차단하는 기기입니다.

- ☐ **Turn off the gas supply to prevent gas leak explosions.**
- ☐ Do not touch any snapped power lines.
- ☐ Stay well clear of any cracked buildings or walls.
- ☐ Check overhead and beware of falling objects.

- ☐ **关闭燃气总阀，以防止燃气泄漏引发爆炸。**
- ☐ 切勿触摸断开的电线。
- ☐ 切勿靠近外墙开裂的大楼及围墙。
- ☐ 注意头顶安全（坠落物）。

- ☐ **가스 누출로 인한 폭발을 방지하기 위해 가스 밸브를 잠근다.**
- ☐ 절단된 전선을 만지지 않는다.
- ☐ 금이 간 건물이나 담장 근처에 가지 않는다.
- ☐ 머리 위(낙하물)에 주의를 기울인다.

* An electrical fire　什么是通电火灾　통전 화재

An electrical fire is caused when an electric appliance that was left switched on when the power supply was cut off by an earthquake then receives an electric current when the power supply is restored.

是指在受地震影响停电后又恢复供电时，因未关闭电源开关的电器设备通电所引发的火灾。

지진으로 정전된 후 전기가 복구되었을 때 스위치가 켜진 상태의 전기 기구에 전기가 통전되어 발생하는 화재입니다.

4. Assemble at a Temporary Gathering Site*1
前往“临时集合场所”※1集合
‘일시 집합 장소’※1에 모이기

*1 What is a temporary gathering site?
什么是“临时集合场所”? ‘일시 집합 장소’는?

A location where people can temporarily gather in the event of a disaster such as a large-scale fire or big earthquake. They will then move in a group to an evacuation site (P.14) or a primary evacuation shelter (P.25).
Locations such as parks, schools and shrines are designated by local neighborhood associations and community associations.

是在发生大规模火灾或大地震时，供前往避难场所(P.14)、第一次避难所(P.25)集体避难的居民临时集合的场所。
以町会、自治体为单位，将公园、学校、神社等指定为避难场所。

대규모 화재나 지진이 발생했을 때 대피장소(P.14)나 제1차 대피소(P.25)에 집단으로 대피하기 위해 일시적으로 모이는 장소입니다.
조카이(町会) 및 자치회별로 공원, 학교, 신사 등을 지정하고 있습니다.

▲ Evacuation sites are indicated by signs like these
参见该标识　일시 집합 장소의 표식

You can check the details on the ADACHI CITY website too.
亦可于足立区官网主页进行确认。
아다치구 홈페이지에서도 확인 가능

Check the details and write them down on P.81.
请在确认后记录于P.81　확인 후 P.81에 기입하십시오

5. Move in a Group to the Evacuation Site*2
集体前往“避难场所”※2避难
‘대피 장소’※2에 집단으로 대피하기

*2 What is an evacuation site?
什么是“避难场所”? ‘대피 장소’는?

A location designated by the Tokyo Metropolitan Government as a place of protection to wait until earthquake-related fires have been extinguished. 31 evacuation sites have been designated for residences in Adachi City. These evacuation sites are locations such as parks, green spaces, plazas, housing complexes, and schools.

是为了保护居民生命免遭地震次生火灾侵害，由东京都指定的供居民等待火灾救援工作结束的场所。包括公园、绿地、广场、集体住宅、学校等在内，区内以住址为单位指定有31处避难场所。

지진 화재로부터 생명을 지키기 위해 화재가 진화될 때까지 대기하는 곳으로서 도쿄도가 지정한 장소입니다. 공원, 녹지, 광장, 집합주택, 학교 등 주소 단위로 구내 31개 장소가 지정되어 있습니다.

◀Example of an evacuation site (Arakawa River Kasenshiki (River Bed))
避难场所示例(荒川河岸)
대피 장소 일례(아라카와 하천 부지)

Where is my evacuation site?
我的避难场所在哪里? 내 대피 장소는?

You can check the details on the ADACHI CITY website too.
亦可于足立区官网主页进行确认。
아다치구 홈페이지에서도 확인 가능

Check on the maps (P.47 to 66).
请通过地图(P.47～66)进行确认。
지도(P.47~66)에서 확인하십시오.

This is the map symbol ▶
地图上标注该标志 지도에서는 이 기호

Check the details and write them down on P.81.
请在确认后记录于P.81　확인 후 P.81에 기입하십시오

6. Check the State of Your Home
确认家中情况
자택 상황 확인하기

Check the state of your home and decide where you will live after suffering damage from the disaster.

确认家中情况，判断发生灾害后在哪里生活。

자택 상황을 확인하고 재해 후 어디에서 생활할지 판단합니다.

① Consider options other than an evacuation shelter
请同时考虑避难所以外的其他避难选择
대피소 이외의 선택지도 검토

Do you perhaps think that you have to go to an evacuation shelter in the wake of an earthquake?
Moving into an evacuation shelter and living with a large number of other people presents the following challenges.

- **It is hard to secure any privacy.**
- **In evacuation shelters, although measures against infectious diseases are taken as described on page 31, there is a risk of infectious diseases because the shelters are more likely to be 3Cs (closed spaces with poor ventilation, crowded places with many people nearby, and close-contact settings such as close-range conversations) than at home or the like.**

Stay in your own home if it is inhabitable (for example, if you live in a sturdy condominium and it is inhabitable once you have tidied up the mess).
If your home is uninhabitable, think about options other than an evacuation shelter, for example the home of a relative or friend.

您是否认为“发生地震后应立即前往避难所”？
在需要与互不相识的他人共同生活的避难所避难，亦存在以下问题。

- **难以确保隐私。**
- **虽然避难所采取了P.31所述传染病对策，但是相比家中避难更容易形成3密（密闭、密集、密切接触）环境，存在传染病风险。**

若能在家中继续生活（例如居住于牢固的公寓等处，整理好飞散物品后仍然可以生活等），请尽量留在家中。
若无法在家中继续生活，请考虑亲戚、熟人家中等避难所以外的其他避难选择。

혹시 “지진이 발생하면 무조건 대피소로 가야지!”
라는 생각을 하고 계신가요?
불특정 다수의 사람들과 함께 생활해야 하는 대피소로 대피하면 다음과 같은 문제를 겪을 수 있습니다.

- **사생활을 확보하기 어렵다.**
- **대피소에서는 P.31과 같은 감염증 대책이 취해지지만, 자택 등에서 생활하는 것보다 3밀(밀폐, 밀집, 밀접)이 되기 쉬워 감염증에 걸릴 위험이 있다.**

자택에서 생활할 수 있는 경우(견고하게 지어진 맨션 등에 거주하고 있어 어지럽혀진 물건 등을 치우면 생활할 수 있는 경우 등)는 자택에 머무르십시오.
자택에서 생활할 수 없는 경우라도 친척이나 지인의 집 등 대피소 이외의 다른 곳으로 대피하는 선택지도 고려하십시오.

7. Staying in Your Own Home (Sheltering in Place)
留在家中(在家避难)
자택에 머무르기(자택 대피)

It is assumed that most people whose homes are still intact will stay in their own home if they can, so it's essential to make it a habit to stockpile daily necessities, etc.
If essential utilities break down for a long period of time and supplies are scarce, food and daily necessities will be distributed at the primary evacuation shelter (P.25),which is the local base in the event of disasters. Even if you are living in your own home, please cooperate in running the evacuation shelter as much as you can.

许多自家住宅免于倒塌等灾害的居民会暂时留在家中继续生活。因此，日常储备十分重要。
此外，在维生管线长期不能恢复正常，发生物资不足等情况时，将在地区灾害据点——第一次避难所（P.25）等处发放食品及生活物资。即使在家中继续生活，亦请尽量为避难所运营提供协助。

자택이 붕괴되지 않은 많은 분들은 당분간 자택에 머무르면서 생활하게 될 것이 예상됩니다.
따라서 평소에 물품을 비축해 두는 것이 중요합니다.
또한 라이프라인이 장기간 복구되지 않아 물자가 부족해지는 상황이 발생하면 식품과 생활 물자를 지역 재해 시 거점이 되는 제1차 대피소(P.25) 등에서 배급합니다. 자택에서 생활하더라도 가능한 한 대피소 운영에 협조하십시오.

① Prepare for aftershocks 为应对余震做准备 여진 대비

You need to take care for around a week after a major earthquake as there may be aftershocks of the same magnitude of the original tremor. As a matter of priority, secure a safe space where you can sleep and spend your time.

发生大地震后的一周左右时间内，需注意相同震级地震的发生。首先，请确保可放心生活的空间。

대지진 후 1주일 정도는 첫 지진 규모와 비슷한 규모의 여진에 주의해야 합니다. 우선은 안심하고 생활할 수 있는 공간을 확보하십시오.

- ☐ Wear shoes and gloves, or the like, to protect yourself from injury when clearing up your rooms.
- ☐ Check again that furniture etc. has been stabilized, and add extra reinforcement.
- ☐ Move anything that might fall down and place it on the floor.
- ☐ Even if the electricity and gas supplies have been cut off, use the circuit breaker to turn off the electricity supply, and turn off the gas supply at the stopcock.
- ☐ Keep your emergency kit within easy reach.
- ☐ Separate your trash and store it in your home until the city authorities designate a place to put it.

Make a point of taking preventive measures to stabilize furniture so that it doesn't fall over or slide around.

- ☐ 整理房间时穿着运动鞋、佩戴手套等，注意避免受伤。
- ☐ 再次确认家具等固定情况，并进行加固。
- ☐ 将可能会掉落的物品放于地板。
- ☐ 即使已停电停气，亦应关闭电力断路器及燃气总阀。
- ☐ 将紧急携带物品放置于方便随时拿取的位置。
- ☐ 进行垃圾分类，在足立区指定垃圾放置处前暂将垃圾放于家中保管。

日常做好防止家具倾倒等应对措施

- ☐ 방을 치울 때는 다치지 않도록 운동화나 장갑을 착용한다.
- ☐ 가구 등이 고정되어 있는지 다시 확인하고 보강한다.
- ☐ 낙하할 위험이 있는 물건은 바닥에 내려놓는다.
- ☐ 전기와 가스가 끊겼어도 전기 차단기를 내리고 가스 밸브를 잠근다.
- ☐ 언제든 가지고 나갈 수 있는 장소에 비상 반출 물품을 놓아둔다.
- ☐ 쓰레기는 분리 수거하여 아다치구가 쓰레기 수거 장소를 지정할 때까지 자택에 보관한다.

평소에 실천하는 가구 전도 방지 등의 대책

② Stockpile daily necessities at home
家庭储备　가정에서의 비축

It is assumed that essential utilities will not function after a major earthquake, and that supplies will be delayed. Even when supply routes are gradually being restored, it doesn't necessarily mean that you will be able to immediately get the things you need. Guided by the list below, build up a sufficient stockpile of daily necessities.

- ☐ Maintain a stock of items such as drinking water, food, and simple toilet sets sufficient for **at least 3 days and preferably 1week.**
- ☐ A rough guide is **3 liters of drinking water per person per day** (including water used for cooking).
- ☐ Maintain a stockpile of items that you and your family needs, such as medicines to be taken regularly or glasses that match your eyesight.
- ☐ Regularly check emergency items such as radios, torches and batteries to make sure they work.

发生大地震后，可能会出现维生管线中断，物资供应陷入停滞的情况。即使物流逐渐恢复，也无法保证可以马上获得所需物资。
请参考下述内容，日常在家中储备充足物资。

- ☐ **至少储备3天**所需的饮用水、食品、便携厕所等物资，**尽量储备一周的量。**
- ☐ **饮用水以每人每天3升**为标准（含烹饪所需用量）。
- ☐ 根据自己及家人的需要，备好日常使用的眼镜及医药品等。
- ☐ 定期确认收音机、手电筒、电池等防灾备用品的使用方法、检查是否能正常使用。

대지진이 발생하면 라이프라인이 끊겨 물자의 원활한 공급이 어려워집니다. 유통이 서서히 회복되더라도 필요한 물품을 바로 입수하지 못할 수 있습니다.
다음을 참고하여 평소에 충분한 양을 비축해 두십시오.

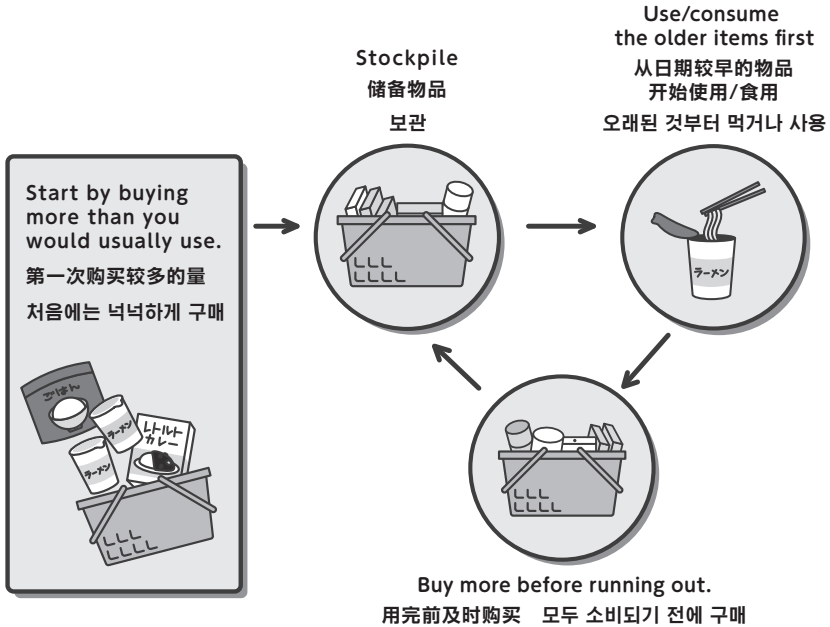
- ☐ 물, 식품, 간이 화장실 등을 **최소 3일분, 가능하면 1주일분** 비축한다.
- ☐ **식수는 1명 1일 3리터**를 기준으로 비축한다.(조리용 포함).
- ☐ 평소에 사용하는 안경이나 의약품 등 자신과 가족의 상황에 필요한 물품을 비축한다.
- ☐ 라디오, 손전등, 건전지 등 재해용으로 준비하는 물품은 정기적으로 사용 방법과 동작 상태를 확인한다.

<"Regular stockpiling" is the key>
<关键在于"日常储备">　<요령은 '일상 비축'>

- ☐ Maintain a constant stockpile by first buying more food, drinking water, daily necessities etc. than you would normally do, then use them regularly and buy more to fill in the amount you have used. (This is known as the rolling stock method.)
- ☐ You can also stockpile food by buying extra and storing it in your fridge or freezer.

- ☐ 购买较多的食品、饮用水、日用品等，定期消耗此类储备物资，并补充使用了的部分，始终储备一定数量的物资（=循环滚动储备法）。
- ☐ 亦可日常购买较多的食品存放于冰箱冷藏室及冷冻室进行储备。

- ☐ 식품, 식수, 일용품 등은 넉넉하게 구매하여 정기적으로 소비하고, 사용한 만큼 다시 채워 넣어 항상 일정량을 비축한다.(롤링 스톡).
- ☐ 식품은 평소 냉장고와 냉동고에 넉넉하게 넣어 두어 비축할 수도 있다.



A checklist of items to stockpile is on P.69 to 72
储备品清单参见P.69～72　비축 물품 체크리스트 P.69~72

③ Making toilet preparations
厕所储备　화장실 준비

Toilets may be unusable for a long time after an earthquake due to water outages and damaged sewer pipes. Primary evacuation shelters only have a limited number of portable toilets, and it is sometimes difficult to maintain good sanitation.
It's important to stockpile an adequate number of simple toilet sets etc. in your home so that you can use them if you have to.

- ☐ As a rough guide, stockpile enough simple toilet sets for between 5 and 7 trips to the toilet per person per day.
- ☐ Prepare sealable boxes or bags to store the simple toilet sets after they have been used.

Don't refrain from drinking water to put up with the toilet.

发生地震灾害后，停水或下水管道破损可能导致长时间无法使用洗手间。
第一次避难所临时洗手间数量有限，且有时难以进行卫生管理。
为了应对此类紧急情况，在家中储备数量充分的便携厕所十分重要。

- ☐ 以每人每天5～7次为标准储备便携厕所。
- ☐ 准备可密封的箱子或袋子，用于保管使用过的便携厕所。

请勿为了避免上厕所而减少水分补充。

지진이 발생하면 단수나 하수관 파손으로 인해 장기간 화장실을 사용하지 못할 수 있습니다. 제1차 대피소의 가설 화장실은 수가 한정되어 있고, 위생 관리가 어려운 경우도 있습니다.
이러한 경우에도 용변을 참지 않고 해결할 수 있도록 자택에 충분한 양의 간이 화장실 등을 준비해 두는 것이 중요합니다.

- ☐ 1명 1일 5~7회분을 기준으로 간이 화장실을 비축한다.
- ☐ 사용이 끝난 간이 화장실을 보관하기 위해 밀폐 기능이 있는 상자나 봉지를 준비한다.

용변을 참기 위해 수분을 섭취하지 않는 행동은 금물!

<Before you flush your toilet>
<厕所冲水前>　<화장실 물을 내리기 전에>

If you flush the toilet while your drainage pipes or the sewage pipes in your road are damaged, sewage may flow back into your toilet or spurt out.
Sewage may also flow into the floors below you if you live in a housing complex.

- ☐ Do not flush the toilet until the water and sewer pipes can be confirmed to be undamaged.
- ☐ Check that there are no restrictions in place on the use of the local sewage system.
- ☐ Get a plumber to inspect your toilet and pipes.
- ☐ Check with an organization such as the condominium's management association if you live in an apartment block.

自家住宅排水管、道路下水管道破损时，厕所冲水可能导致污水逆流或喷出。
集体住宅亦可能出现下层污水逆流的情况。

- ☐ 在确认水管、下水管无破损前，不得进行厕所冲水。
- ☐ 确认地区下水道是否有使用限制。
- ☐ 委托管道工检查排水设备。
- ☐ 如果住在公寓，应向管理组合等确认。

자택 배수관이나 도로 하수관이 파손된 상태에서 화장실 물을 내리면 오수가 역류하거나 분출할 수 있습니다.
집합주택은 아래층에서 오수가 역류할 수 있습니다.

- ☐ 배수관이나 하수관의 파손이 없는 것이 확인될 때까지 화장실 물을 내리지 않는다.
- ☐ 지역의 하수도 사용이 제한되지 않았는지 확인한다.
- ☐ 배수 설비업자에게 의뢰하여 점검한다.
- ☐ 맨션이라면 관리 조합 등에 확인한다.

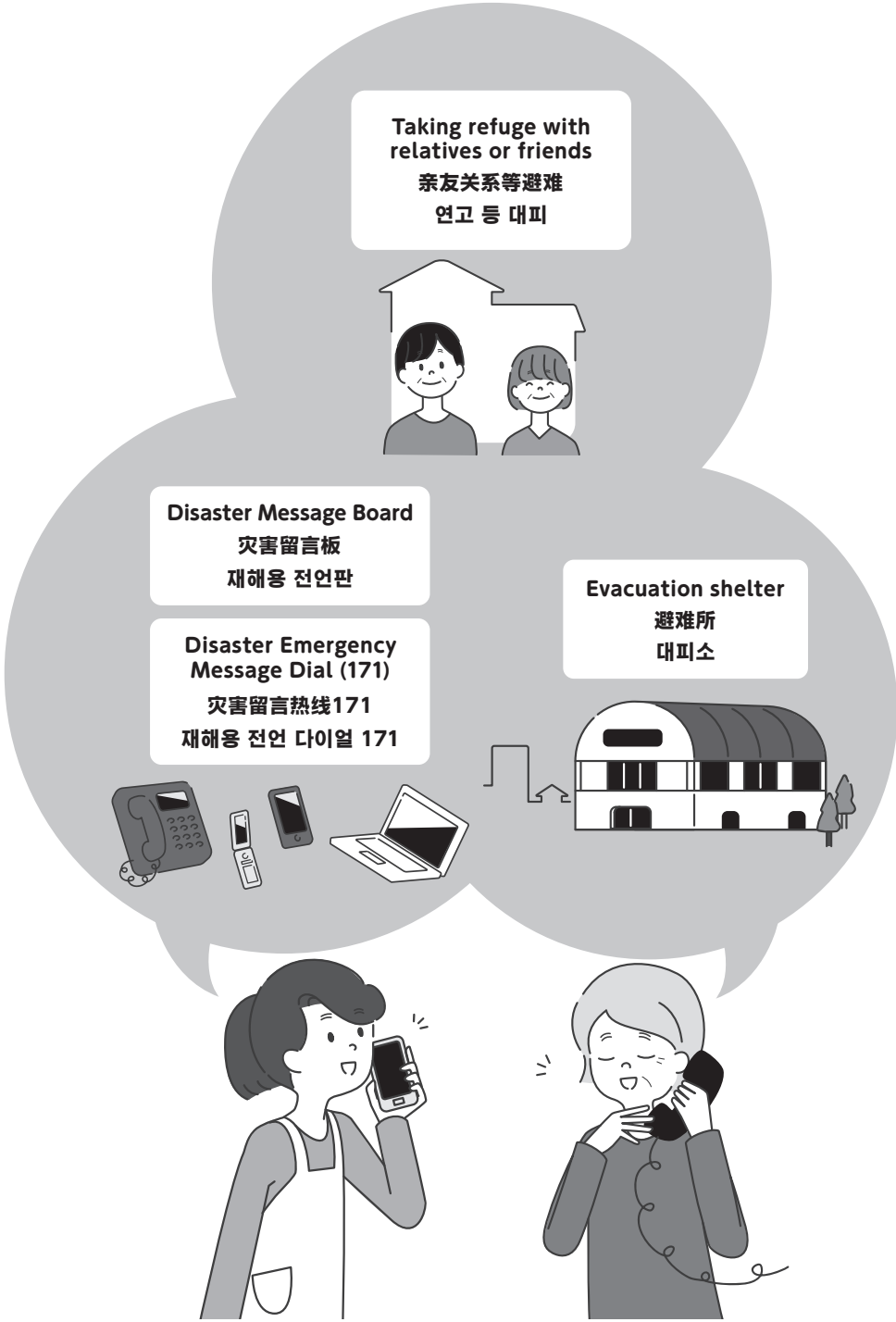
8. Evacuating to the Home of a Relative or Friend (Taking Refuge with Relatives or Friends)
前往亲戚、熟人家中避难（亲友关系等避难）
친척이나 지인의 집으로 대피하기(연고 등 대피)

Make a point of discussing with relatives and friends how you can help one another in the case of an emergency.
日常与亲戚、熟人商量确定紧急情况下的互助方法
긴급 시 서로 돕는 방법에 대해 평소에 친척이나 지인과 상담

Even if your home is uninhabitable, if you can move safely to the home of a relative or friend you will find it easier there than sharing a living space with strangers. It will also help to avoid overcrowding at evacuation shelters.
For people who live alone and feel anxiety after a disaster, gathering a group of friends and sharing a living space is one way to get through the situation.
Discuss in advance with relatives and friends how to get in contact if there is an earthquake, and where you will evacuate to.

即使无法在自己家中生活，但如果能够安全前往亲戚或熟人家，与陌生人共同生活相比，不仅会更为方便，还能避开避难所人群密集的环境。
受灾后感到不安的独居者亦可以选择与朋友一起生活。
请事先与亲戚、熟人商定发生地震时的联系方式及避难相关事宜。

자택에서 생활할 수 없더라도 친척이나 지인의 집으로 안전히 이동할 수 있다면, 모르는 타인과의 공동 생활 보다 편히 지낼 수 있을 뿐만 아니라 대피소의 밀집을 피할 수 있습니다.
홀로 지내다가 재해를 당해 불안하다면 친구와 함께 모여 생활하는 것도 한 가지 방법입니다.
지진 시 연락 수단이나 대피에 대해 미리 친척이나 지인과 상담하십시오.



9. Taking Refuge in a Primary Evacuation Shelter*1
前往“第一次避难所”※1避难
‘제1차 대피소’※1로 대피하기

*1 What is a primary evacuation shelter?
“第一次避难所”是什么? ‘제1차 대피소’는?

A place such as a local school (elementary, junior high, or high) or university to which people evacuate if their home is uninhabitable after an earthquake.
Primary evacuation shelters are principally established and run by the evacuation shelter management committee organized by the neighborhood and community association, or the like.

是发生地震灾害后无法继续在家中生活时的避难场所。主要指定区立中小学、都立高中、大学等作为第一次避难所。
第一次避难所主要由附近町会、自治会等组织的避难所运营会议开设及运营。

지진 시 자택에서 생활할 수 없는 경우에 대피하는 장소로, 구립 초중학교, 도립 고등학교, 대학교 등을 지정하고 있습니다.
제1차 대피소는 인근 조카이(町会)나 자치회 등에서 조직한 대피소 운영 회의가 중심이 되어 개설 및 운영됩니다.

Where is my primary evacuation shelter?
我的第一次避难所在哪里? 내 제1차 대피소는?

Check on the maps (P.47 to 66)
请查看地图(P.47～66)进行确认。
지도(P.47~66)에서 확인하십시오.

- You can take refuge there even if you aren't a member of the regional association.
- If the route to the evacuation shelter run by your neighborhood and community association is dangerous, you can take refuge in a different evacuation shelter.
- Check the locations of several primary evacuation shelters in your area.

- 未加入町会或自治会的居民亦可在此避难。
- 避难路线存在危险等时，可前往非自己所在町会、自治会所运营的其他避难所避难。
- 请在平时多确认几个附近的第一次避难所。

- 조카이(町会)나 자치회에 가입하지 않았더라도 대피할 수 있습니다.
- 대피 경로가 위험한 경우 등에는 자신이 속한 조카이(町会)나 자치회가 운영하는 대피소가 아닌 다른 대피소로 대피할 수 있습니다.
- 평소에 인근의 제1차 대피소를 여러 곳 확인해 두십시오.

You can check the details on the ADACHI CITY website too.
亦可于足立区官网主页进行确认。
아다치구 홈페이지에서도 확인할 수 있습니다.

This is the map symbol
地图上标注该标志
지도에서는 이 기호

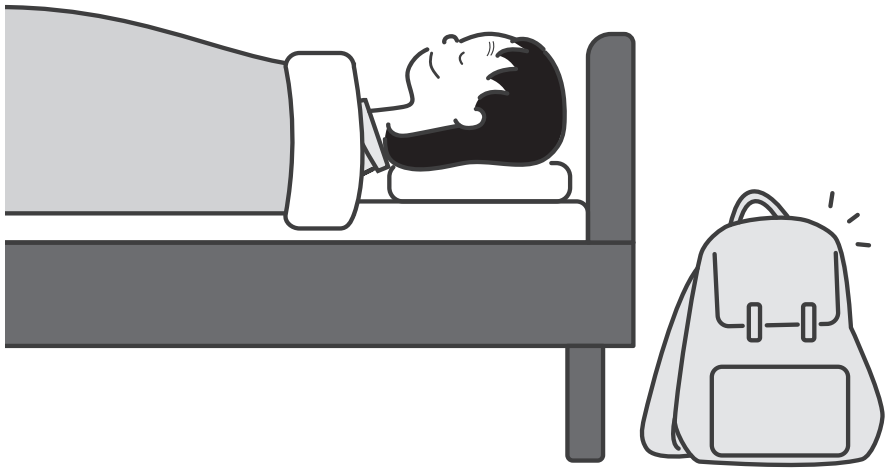
Check the details and write them down on P.81.
请在确认后记录于P.81 확인 후 P.81에 기입하십시오

Baggage 携带物品 비상 반출 물품

☐ Keep your emergency kit within easy reach.
☐ Don't forget to pack items to prevent the spread of infectious disease, such as masks and alcohol-based sanitizer.

☐ 将紧急携带物品放置于方便随时拿取的位置。
☐ 切勿忘记准备口罩、酒精消毒液等预防传染病的物品。

☐ 즉시 가지고 나갈 수 있는 장소에 비상 반출 물품을 놓아둔다.
☐ 마스크, 알코올 소독제 등의 감염증 대책용 물품도 잊지 말고 준비한다.



See P.73 to 76 for a checklist
物品清单参见P.73~76　체크리스트 P.73~76

Transportation 移动方式 이동 수단

☐ As a general rule, people should evacuate on foot, except for cases where that is impossible, such as the elderly and people with disabilities.
*If people evacuate by car, there is a risk of traffic jams causing a secondary disaster, or blocking the route for ambulances or people evacuating on foot. In any case, parking spaces are not available at evacuation shelters.

☐ 除有老年人、残疾人同行避难等特殊理由外，原则上应步行避难。
※驾车避难可能因交通堵塞导致次生灾害，且可能妨碍紧急车辆、步行避难人员通行。此外，避难所没有停车场。

☐ 고령자, 장애인 등 부득이한 경우를 제외하고 원칙적으로 걸어서 대피한다.
※차량으로 대피하면 교통 체증으로 인해 2차 재해가 발생할 위험이 있으며, 긴급 차량이나 걸어서 대피하는 사람의 방해가 될 가능성이 있습니다.
또한 대피소에는 주차장이 없습니다.

If you have a pet 携带宠物时 반려동물이 있는 경우

☐ Bring the items needed to care for your pet (cage, lead, food, pet toilet sheets, etc.) with you when you evacuate.
☐ Pets must be cared for by their owners at the evacuation shelter.

☐ 携带宠物所需物品(宠物笼、牵引绳、饲料、宠物尿垫及其他护理用品等)避难。
☐ 在避难所由饲养主负责照顾宠物。

☐ 반려동물의 사육에 필요한 물품(케이지, 목줄, 사료, 배변 패드, 기타 관련 용품 등)을 가지고 대피한다.
☐ 대피소에서는 주인이 돌본다.

The Evacuation Shelter Operational HQ cannot take care of pets.
避难所运营本部不负责照顾宠物。
대피소 운영 본부에서는 반려동물을 돌보지 않습니다.

See P.38 for the rules when evacuating with pets
携带宠物避难时的规则参见P.38　반려동물 동행 대피 규칙 P.38

10. Adachi City Arranges Transportation to a Secondary Evacuation Shelter (Welfare Shelter)*1
由区政府负责转移至“第二次避难所（福祉避难所）”※1
아다치구가 '제2차 대피소(복지 대피소)'※1로 이송하기

*1 What is a secondary evacuation shelter (welfare shelter)?
“第二次避难所（福祉避难所）”是什么?
'제2차 대피소(복지 대피소)' 는?

Secondary evacuation shelters are for vulnerable people who would find it hard living in a primary evacuation shelter. Locations such as welfare facilities and learning centers are designated as secondary evacuation shelters. Assistance from caregivers is provided at secondary evacuation shelters and, when necessary, a nursing care provider can be requested to send helpers.
Adachi City will open up secondary evacuation shelters to provide facilities for those in real need of them. This will be done in stages to avoid them being deluged with evacuees after a disaster. You will not be admitted if you go directly to a secondary evacuation shelter. If you have decided to evacuate, please seek assistance from your family and neighbors, and take refuge initially at a primary evacuation shelter (P.25).

指定福祉设施、地区学习中心等作为第二次避难所，主要面向难以在第一次避难所生活，且需要帮助的人员开放。在第二次避难所，主要由随行照料的人员照顾，根据需要要求护理服务机构派遣护理员。
发生地震灾害时，为了向真正需要帮助的居民提供避难设施，防止受灾人员涌入避难所，足立区将逐次开设第二次避难所。由于不接受居民直接前往第二次避难所避难，请决定前往避难所避难的居民，在家人、邻居的帮助下，首先前往第一次避难所(P.25)避难。

제1차 대피소에서 생활하기 어려운 요배려자를 위해 복지 시설이나 지역 학습 센터 등을 제2차 대피소로 지정하고 있습니다. 제2차 대피소에서는 일단 개호인이 요배려자를 돌보며, 필요하다면 개호사업자에게 개호인 파견을 요청합니다.
지진이 발생하면 재해자가 몰려드는 것을 방지하고, 가장 필요한 분에게 시설을 제공하기 위해 아다치구가 순차적으로 제2차 대피소를 개설합니다.
제2차 대피소는 직접 찾아오셔도 수용하지 않습니다. 따라서 대피소로 가기로 결정했다면 가족이나 이웃의 도움을 받아 먼저 제1차 대피소(P.25)로 대피하십시오.

2

Life in an Evacuation Shelter
避难所生活
대피소에서의 생활

1. Measures at Evacuation Shelters to Prevent the Spread of Infectious Disease
避难所传染病对策　대피소의 감염증 대책

COVID-19 infections spread around the world from around the end of 2019. When a major earthquake strikes, it is possible that, similarly, an infectious disease may already be spreading within the community. In addition, infectious diseases such as infectious gastroenteritis caused by a norovirus can easily be spread when many people are gathered together in evacuation shelters. Evacuation shelters take the following measures to protect against infection and prevent the spread of infectious disease.

2019年末以来，由新冠病毒（COVID-19）引起的传染病在世界各国迅速蔓延。可以想见，在大地震发生时，也有可能像这样的传染病已经在蔓延了。
人员大量聚集的避难所更容易成为诺如病毒等引起的传染性肠胃炎等传染病流行的温床。为了预防传染病、防止疫情蔓延，避难所采取了以下对策。

2019년 말경부터 신종 코로나바이러스 감염증(COVID-19)이 전 세계로 확산되었습니다. 대지진 발생 시에도 이와같은 감염증이 이미 만연하고 있을 가능성이 있습니다.
또한, 여러 사람이 모이는 대피소에서는 노로바이러스 등으로 인한 감염성 위장염 등 감염증이 유행하기 쉽습니다. 감염증을 예방하고, 만연을 방지하고자 대피소에서는 다음과 같은 대책을 강구합니다.

① Secure 4 ㎡ of space per person
确保每人4㎡使用面积　1명당 4㎡ 확보

In order to avoid the 3Cs (closed spaces with poor ventilation, crowded places with many people nearby, and close-contact settings such as close-range conversations) and ensure social distancing, there should ideally be at least 4 ㎡ of space per person.
Rooms will be divided into areas so as to secure 4 ㎡ of space per person (the rough equivalent of two of the mats stocked at the shelter).

为避免3密（密闭、密集、密切接触），保持社交距离，每人使用面积在4㎡以上为宜。
在进行居室划分时，确保每人4㎡的使用空间（约为2块避难所储备的睡垫大小）。

3밀(밀폐, 밀집, 밀접)을 피하고 사회적 거리두기를 실천하기 위해서는 1명당 점유 면적을 4㎡ 이상으로 하는 것이 이상적입니다.
거처 공간은 1명당 4㎡의 공간(비축 매트 약 2개분)을 확보하도록 구획을 나눕니다.

Usually : 1.65 ㎡ per person
通常：每人1.65㎡
통상 : 1명당 1.65㎡

To avoid the 3Cs : 4 ㎡ per person
避免3密：每人约4㎡
3밀 회피 :1명당 약 4㎡

2 mats　睡垫 2块　매트 2개
(Example) (图片仅供参考) (이미지)

② Living areas to prevent the spread of infectious disease
传染病对策居室　감염증 대책 공간

When evacuees arrive, their temperature will be checked. People found to have a fever of 37.5 degrees Celsius or higher will use a separate living area from the other evacuees.
Measures such as the use of cardboard partitions will be taken in living areas to prevent the spread of infectious disease.

登记时测量体温，将体温超过37.5度的人员与其他避难者进行隔离安置。
传染病对策居室内采用瓦楞纸隔板等防护措施。

접수 시 체온을 측정하여 37.5도 이상의 발열이 확인된 사람은 다른 대피자와 공간을 구분합니다.
감염증 대책 공간에서는 골판지 칸막이를 사용하는 등의 대책을 세웁니다.

③ Items stockpiled to prevent the spread of infectious disease
传染病对策相关储备物资　감염증 대책에 관한 비축 물품

Items such as the following are stored at evacuation shelters as measures against the spread of infectious disease.

作为传染病对策，在避难所储备以下物资。

대피소에는 감염증 대책으로 다음의 물품을 비축하고 있습니다.

【Items stocked to prevent the spread of infectious disease】
Non-contact thermometers, cardboard partitions, masks, alcohol-based sanitizer, etc.

【传染病对策储备物资】
非接触式体温计、瓦楞纸隔板、口罩、酒精消毒液等

【감염증 대책 비축 물품】
비접촉식 체온계, 골판지 칸막이, 마스크, 알코올 소독제 등

Non-contact thermometer (Example)
非接触式体温计(图片仅供参考)
비접촉식 체온계(이미지)

Cardboard partitions (Example)
瓦楞纸隔板(图片仅供参考)
골판지 칸막이(이미지)

④ Measures to be taken by evacuees
避难者自我预防对策　대피자 행동수칙

Evacuees are requested to take measures themselves to prevent the spread of infectious disease.
The Evacuation Shelter Operational HQ encourages the following measures.

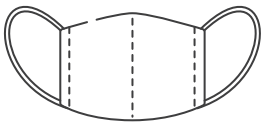
- ☐ Wash your hands, sanitize your hands and fingers, and wear a mask.
- ☐ Help to keep the rooms ventilated by periodically opening doors and windows.
- ☐ As far as possible, place items such as used masks, tissues and vinyl gloves in separate bags for disposal.

亦请各位避难者自行采取传染病预防对策。
避难所运营本部建议采取以下对策。

- ☐ 请洗手、消毒手指、佩戴口罩。
- ☐ 请配合定期打开门窗进行换气。
- ☐ 请尽量将使用后的口罩、纸巾、塑料手套等单独放入垃圾袋丢弃。

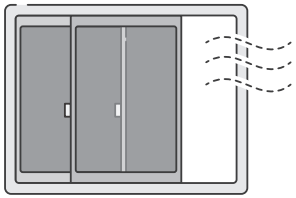
대피자 자신도 감염증 대책이 필요합니다.
대피소 운영 본부는 다음의 대책을 준수하도록 촉구합니다.

- ☐ 손을 씻고, 손가락을 소독하고, 마스크를 착용하십시오.
- ☐ 정기적으로 창문 등을 열어 환기하십시오.
- ☐ 사용한 마스크, 휴지, 비닐 장갑 등은 가능한 한 따로 봉지에 넣어 폐기하십시오.



Wearing masks
佩戴口罩
마스크 착용

Handwashing
洗手
손 씻기



Ventilation
换气
환기

2. Evacuation Shelter Rules (Registration)
避难所规则(登记)
대피소 규칙(접수 시)

When you arrive at the evacuation shelter, the first thing you must do is register.

抵达避难所后，请立即进行登记。

대피소에 도착하면 반드시 먼저 접수를 마치십시오.

① Have your temperature checked
接受体温检测 체온 측정하기

One of the staff running the shelter will check your temperature with a non-contact thermometer and write down the result. Your cooperation will be much appreciated.
You will be shown to a separate room from the other evacuees if you have a fever of 37.5 degrees Celsius or higher.

避难所运营工作人员将使用非接触式体温计进行体温检测、记录，敬请配合。
如果体温超过37.5度，将与其他避难者隔离安置。

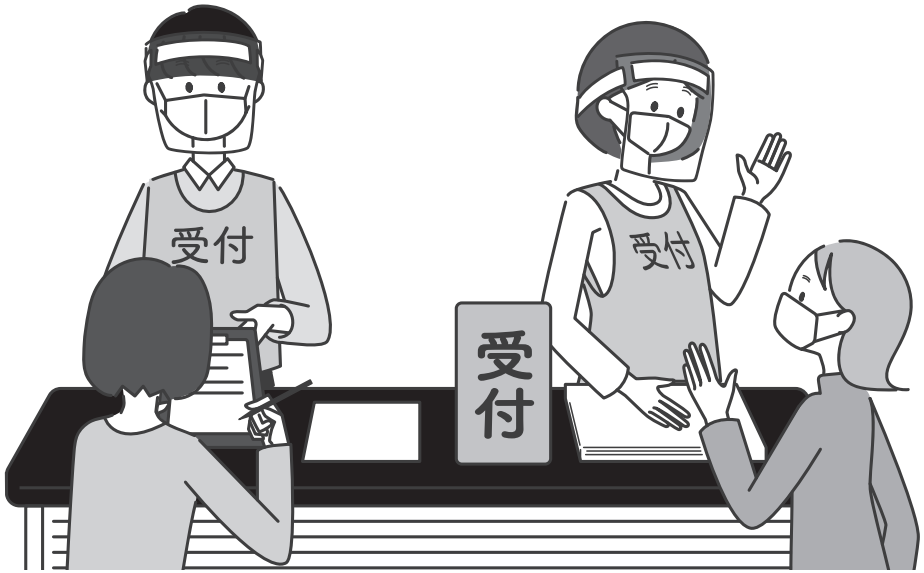
대피소 운영 종사자가 비접촉식 체온계로 체온을 측정하여 기록하는 일에 협조하십시오.
37.5도 이상인 분은 다른 대피자가 생활하는 공간과 다른 곳으로 안내합니다.

② Fill in the Evacuee Card
填写“避难者信息卡” ‘대피자 카드’에 기입하기

Please fill in one card per family, giving information such as your address, full name, information about your family members, details of any injuries, whether any of you have allergies, etc.
If family members come to the evacuation shelter separately, you may not all be housed in the same living area, so please try to come as a family, if that is possible.

每个家庭一张信息卡，请填写地址、姓名、家庭信息、伤势及有无过敏等信息。
此外，与家人分开避难可能无法分配到同一间居室，请尽量以家庭为单位避难。

한 가족당 한 장의 ‘대피자 카드’에 주소, 성명, 가족 정보, 부상 상황, 알레르기 유무 등을 기입하십시오.
그리고 가족이 각자 따로 대피를 하면 같은 생활공간에 배정되지 않을 수 있으니 되도록 함께 대피하시기 바랍니다.



③ Help out as a volunteer
作为志愿者提供协助　자원봉사자로서 협조하기

Primary evacuation shelters are principally established and run by the evacuation shelter management committee organized by the local neighborhood association, community association, or the like. Evacuees are requested to participate actively in the running of the shelter as well, and to help with tasks such as initiating conversations with other evacuees, and distributing and moving essential items.
If you are able to help with the running of the evacuation shelter, please write that down when you fill in the Evacuee Card. You will be given an official bib to wear.

第一次避难所主要由附近町会、自治会等组织的避难所运营会议开设及运营。请各位避难者积极参与运营，协助问候避难者、发放和搬运必要物资等。
可以为避难所运营提供帮助的人员，请在“避难者信息卡”中填写该意愿，并领取马甲工作服。

제1차 대피소는 인근 조카이(町会)나 자치회에서 조직한 대피소 운영 회의가 중심이 되어 개설 및 운영합니다. 대피자 중에서도 대피하러 오신 분들을 안내하거나 필요 물품을 배부하고 옮기는 등 적극적으로 운영에 참가하여 도움을 주시기 바랍니다.
대피소 운영을 도울 수 있다면 ‘대피자 카드’에 그 의향을 기입하고 활동용 조끼를 수령하십시오.

Official bib (Example)
马甲工作服(图片仅供参考)
활동용 조끼(이미지)

④ If you come to the evacuation shelter with your pet(s)
与宠物一起避难时　반려동물과 함께 대피한 경우

Pet owners are responsible for taking care of their pet and are requested to obey the rules given below. The Evacuation Shelter Operational HQ will not take care of pets.

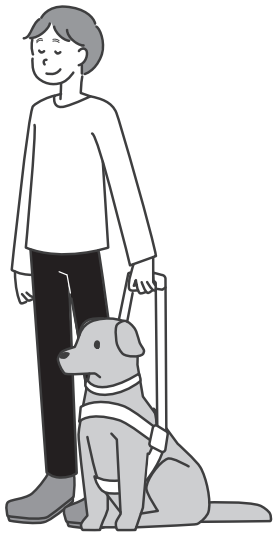
- ☐ The owner is to provide the items needed to care for their pet (cage, lead, food, pet toilet sheets, etc.)
- ☐ The owner is to fill in information about their pet on a Pet Registration Card when registering at the evacuation shelter.
- ☐ The pet is to be taken to the designated location (in principle, not the same living area as the owner) and kept in a cage or on a lead.

请饲养主遵守以下规则，负责任饲养宠物。避难所运营本部不负责照顾宠物。

- ☐ 饲养主自行准备宠物所需物品(宠物笼、牵引绳、饲料、宠物尿垫及其他护理用品等）。
- ☐ 登记时，请在“宠物登记卡”上填写宠物信息。
- ☐ 在指定场所(原则上与饲养主分开)将宠物放入宠物笼或系上牵引绳饲养。

다음의 규칙을 준수하여 주인이 책임을 지고 돌보십시오. 대피소 운영 본부에서는 반려동물을 돌보지 않습니다.

- ☐ 반려동물 사육에 필요한 물품(케이지, 목줄, 사료, 배변 패드, 기타 관련 용품 등)은 주인이 준비할 것
- ☐ 접수 시 ‘반려동물 등록 카드’에 반려동물 정보를 기입할 것
- ☐ 지정된 장소(원칙적으로 주인과 다른 장소)에서 케이지 안 또는 목줄을 채운 상태로 사육할 것



<Seeing eye dogs, service dogs, and hearing assistance dogs>
Arrangements will be made to enable helper dogs for people with disabilities to share the owner's living space.

<导盲犬、助残犬、助听犬>
针对残障人士所携带的导盲犬、助残犬、助听犬等辅助犬，将尽量安排其与饲养主共同生活。

<맹도견, 도우미견, 청도견>
장애인이 동반하는 맹도견, 도우미견, 청도견 등의 보조견은 주인과 같은 공간에서 생활할 수 있도록 배려합니다.

3. Evacuation Shelter Rules (Daily Life)
避难所规则(避难生活中)
대피소 규칙(대피 생활 중)

Kindly follow the rules once you have been shown to your living space.

进入居室后，请遵守相关规则。

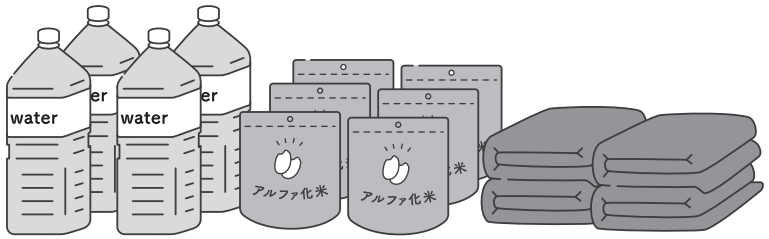
거주 공간에 안내된 후는 규칙을 준수하면서 생활하십시오.

① Evacuees are to go and collect supplies in person
避难者自行领取物资　물자는 대피자가 직접 수령하기

If supplies such as food, drinking water and blankets are available, evacuees are requested to go and collect them in person from the designated location, and to follow the instructions from the Evacuation Shelter Operational HQ.
Evacuation shelter staff or volunteers helping to run the shelter will deliver the supplies to those who would have difficulty collecting them in person, such as vulnerable people.

发放食品、饮用水、毛毯等物资时，请根据避难所运营本部的指示，由避难者自行前往规定场所领取。
需要照顾的人士等无法自行领取物资时，由避难所运营工作人员或运营志愿者帮助领取。

식품, 식수, 담요 등 물자가 배급되면 대피소 운영 본부의 지시에 따라 대피자가 직접 지정된 장소로 와서 수령하십시오.
요배려자에 해당하는 사람 등 직접 수령하기 힘든 경우에만 대피소 운영 종사자나 운영 자원봉사자가 운반합니다.

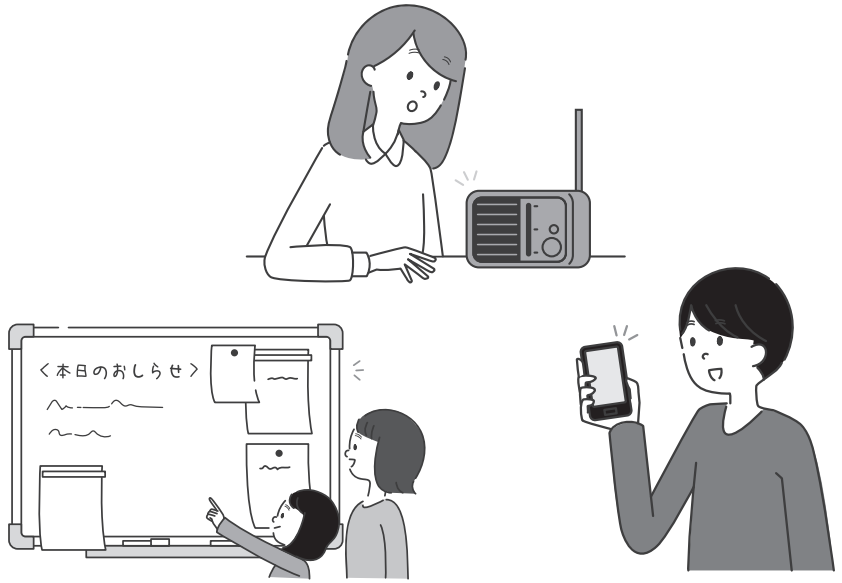


② Check for updated information
确认最新信息　최신 정보 확인하기

Information from the Adachi City Disaster Measures Section will be displayed on a noticeboard or the like at the evacuation center. It will cover such topics as evacuation information, the disaster situation and outlook, and information related to daily life as an evacuee.
Please also search actively for information yourself via your radio, smartphone or mobile phone.

避难所内设有信息公告板等，用于发布来自足立区灾害对策本部的信息(避难信息、灾害情况及预测、避难生活相关信息等)。
亦请自行使用收音机、智能手机及手机等及时把握信息。

대피소에서는 구의 재해 대책 본부에서 얻은 정보(대피 정보, 재해 상황과 전망, 대피 생활 관련 정보 등)를 정보 게시판 등을 설치하여 안내합니다.
이외에 개인적으로도 라디오, 스마트폰, 휴대전화 등을 통해 적극적으로 정보를 확인하십시오.

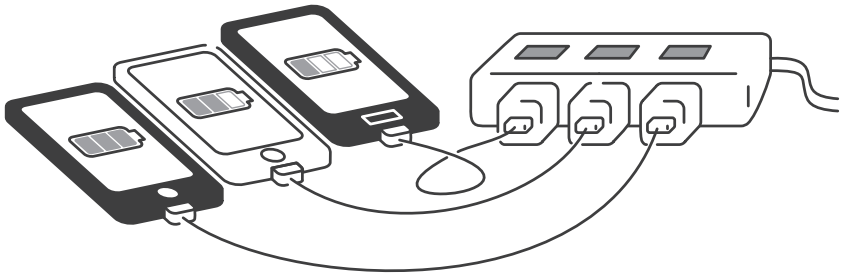


③ Use electrical outlets in the designated locations and during the designated times
在规定场所及时间内使用插座
콘센트는 지정된 장소에서 지정된 시간에 사용하기

If electricity is available, vulnerable people will be given priority in the use of the electrical outlets in each living area.
Evacuees are requested to use the recharging area designated by the Evacuation Shelter Operational HQ for their personal smartphone or mobile phone. You are also requested to observe the time limit (30 min per device).

可用电时，各居室插座优先供需要照顾的人士使用。
请在避难所运营本部指定的专用充电处及规定时间内（每台约30分钟）充电个人智能手机、手机。

전기를 사용할 수 있을 때 각 거주 공간 콘센트는 요배려자를 위하여 사용하는 것을 최우선으로 합니다.
개인 스마트폰과 휴대전화의 충전은 대피소 운영 본부가 지정한 전용 충전 공간에서 정해진 시간(1대당 약 30분)에 이용하십시오.



④ Comply with the lights out regulations
遵守熄灯时间　소등 시간 지키기

Evacuation shelters turn off the lights for the night at a set time. If you use a game console, smartphone or mobile phone after lights out, you may cause trouble for the people around you if the light from the screen makes it hard for them to sleep. Please remember to be considerate of those around you.

避难所夜间按规定时间熄灯。如果在熄灯后使用游戏机、智能手机及手机，画面光亮会妨碍他人睡眠。请注意不要影响他人。

대피소는 야간 소등 시간이 정해져 있습니다. 소등 후 게임기, 스마트폰, 휴대전화 등을 사용하면 화면의 빛 때문에 주위 사람들이 잠들지 못하는 문제가 생길 수 있습니다. 주위에 대한 배려를 잊지 마십시오.

4. Evacuation Shelter Rules (Leaving the Shelter)
避难所规则（退所时）
대피소 규칙(퇴소 시)

① Clean and tidy your living space
居住空间的清扫　거주 공간 청소하기

② Return mats and blankets to the designated locations
将睡垫、毛毯返还至指定场所
매트와 담요는 지정된 장소에 반납하기

Evacuees are requested to fold into four the mats and blankets they have used, and take them in person to the designated location.

请避难者将使用后的睡垫、毛毯折四折，自行返还至规定的回收场所。

사용한 매트와 담요는 두번 접어 대피자가 직접 지정된 회수 장소에 반납하십시오.

Returned blankets and mats at an Adachi City evacuation shelter (Typhoon 19, 2019)
区内避难所回收毛毯及睡垫的情况（2019年台风第19号）
구내 대피소에서 매트와 담요가 회수된 모습(2019년 태풍 제19호)

③ Check that you have all your belongings with you
确认有无遗忘物品　잊은 물건이 없는지 확인하기

④ Report when you leave the evacuation shelter
退所报告　퇴소 보고하기