

Personal Information 個人データ	
School ID 学籍番号	
Name 名前 / Nickname 呼び名 / Age 年齢 (オ)	Utsumomiya University, Schools 宇都宮大学 所属学部/研究科
Address 住所	TEL
Languages you speak 話せる言語	
Nationality 国籍	Passport number パスポート番号
Allergies/illnesses /medicines used アレルギー/病気 /使っている薬	Emergency contact in Japan (family/friend) 日本の緊急連絡先 (家族/友達)
Others (cultural / religious customs, etc.) その他 (文化 宗教上の制約等)	

### Evacuation Site Information 避難する場所について

Please confirm the site you should evacuate to when a disaster occurs. The icons are shown below.

災害が起きたときに、逃げられる場所を確認してください。マークが目印です。



An "evacuation site" (*Hinan Basho*) is a place you can quickly escape to when a disaster occurs. In many cases, it is a schoolyard or large park, etc. 「避難場所」(ひなばしょ)は災害が起きたときに、すぐに逃げられるところです。学校の校庭や大きい公園などが多いです。



An "evacuation shelter" (*Hinanjo*) is a place where people can live when it is not possible to stay at home due to a disaster. In many cases, it is a school gym, a community center, etc.

- ① Anyone can stay there.
  - ② You will receive water, food, and useful information. ③ It is free of charge.
- 「避難所」(ひなんじょ)は、災害で家にいることができないときに、生活できる場所です。学校の体育館や公民館などが多いです。
- ①誰でも避難できます。
  - ②水や食料、役に立つ情報がもらえます。③無料です。



Places nearby you can evacuate to 大学の近くで避難できるところ



自然災害や事故が起きたときに、自分を守るためのカードです。「本当に起こったら...?」と想像しながら読んでください。必要なことを書いて、いつも持ち歩いてください。

### My disaster preparedness card

This card will help you prepare for and respond to a natural disaster or accident. While reading, please think about what you would do if something happened. Please fill in the necessary information and always keep it with you.

### <Evacuation sites 避難場所>

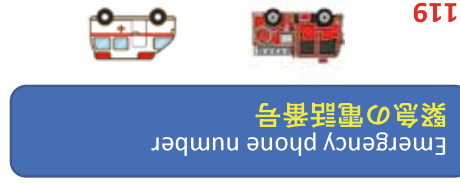
- ① Utsumomiya University MINE-campus 宇都宮大学 峰キャンパス
- ② Utsumomiya University YOTO-campus 宇都宮大学 陽東キャンパス

### <Evacuation shelters 避難所>

- ③ Yanaze elementary school 築瀬小学校
- ④ Imaizumi elementary school 今泉小学校
- ⑤ Joto elementary school 城東小学校
- ⑥ Mine elementary school 峰小学校
- ⑦ Yoto elementary school 陽東小学校
- ⑧ Ishii elementary school 石井小学校
- ⑨ Yoto junior high school 陽東中学校

Issued April in 2021  
Utsumomiya University  
Center For International Exchange  
宇都宮大学 留学生・国際交流センター  
2021年4月発行

\*このカードは、栃木県・(公財)栃木県国際交流協会の「わたしの避難カード」を参考にして作成しました。



Call 119 for a fire truck or an ambulance. Please say whether it is a fire or a medical emergency. 消防車(しょうぼうしゃ)と救急車(きゅうきゅうしゃ)は、119に電話します。火事か救急か伝えてください。 The service is free of charge. 緊急時の利用は無料です。 Call 110 for the police. 警察(けいさつ)は110に電話します。 You can make the call from a public telephone, free of charge. 公衆電話から無料で電話できます。

## In case of an earthquake 地震(じしん)のとき

Japan is a country that has many earthquakes.

日本は地震が多い国です。

■ Protect your head.  
頭を守る。



■ Open doors (ensure an exit)  
出口を確保するため、ドアを開ける。

■ When the earthquake stops, turn off sources of fire (heater, stove, etc.).  
地震が止まったら、火事を防ぐために火を消す。



■ There is a possibility of power outage and no water.  
停電や水が出なくなる可能性があります。

## Disaster information 災害関連情報

■ Tochigi Consultation and Support Center for Foreign Residents  
(Tochigi International Center 9-14 Honcho, Utsunomiya City)  
Tuesday-Saturday 9:00AM-4:00PM  
TEL: 028-627-3399

とちぎ外国人相談サポートセンター  
(宇都宮市本町9-14 とちぎ国際交流センター内)  
火曜日～土曜日 9:00-16:00  
Tel: 028-627-3399

■ Japanese Meteorological Agency website (in 11 languages)

気象庁ホームページ  
(11言語)



## In case of severe rain or a typhoon 大雨、台風のと き

There are many typhoons from summer through fall. Strong winds blow and there is heavy rain.

夏から秋にかけて台風が多くなります。風が強く吹き、雨がたくさん降ります。

■ Secure items that could easily be blown away by the wind before a typhoon hit.  
台風が来る前に、外にあるものを風で飛ばされないようにする。

■ Stay away from mountains and rivers.  
土砂災害や氾濫(はんらん)の恐れがあるため、山や川に近づかない。

■ There is a possibility of power outage and no water.  
停電や水が出なくなる可能性があります。



■ Safety Tips (app)  
Disaster Information (in 11 languages)

Safety tips (アプリ) 災害情報 (11言語)



Hazard maps indicate areas that are prone to flooding and evacuation shelters. Please confirm the locations on your city's website or at the city office.

浸水するかもしれない地域や避難所の場所は、「ハザードマップ」などでわかります。市町のホームページや窓口で確認してください。

## Evacuation notification phrases 避難(ひなん)を知らせる言葉

避難指示 (全員避難)  
Hinan Shiji

Evacuation order

高齢者等避難  
Koreshato Nado Hinan

Evacuation beginning with elderly people, etc. & evacuation preparation

避難方法確認、情報収集など

Collecting information & checking the route and the way of evacuation

Prepare items to take when evacuating!  
避難の時の持ち物を準備してください!

Please obtain the necessary supplies in case you need to evacuate. Put everything in a backpack and keep both hands free.  
避難するときのために、必要なものを用意してください。両手が使えるようにリュックにまとめます。

Money (including coins), photocopies of passport/residence card/health insurance card, food, water, flashlight, first-aid supplies, etc.

お金(小銭も)、パスポート/在留カード/保険証などのコピー、食べもの、水、懐中電灯、救急用品など



You can find out about evacuation notifications, which use the phrases to the left, via the news on TV or the Internet. Depending on where you live, there may be loudspeaker announcements. Please evacuate with the people around you!  
左の避難を知らせる言葉は、テレビやインターネットのニュースで知ることができます。場所によっては市町の防災アナウンスもあります。周りの人と一緒に逃げましょう!

However, sometimes it can be dangerous to go outside. If there are instructions to evacuate, but you think it may be dangerous, it is better to stay inside. If your house is flooded, please go to the upper floor.

しかし、外に出るのが危険なときもあります。避難するよう言われても、危ないと思ったら、家にいる方が安全なときもあります。家の中に水が入ってきたら、上の階に行ってください。

Please confirm!  
確認してください!

□ Where is the nearest evacuation shelter?  
近くの避難所はどこですか?

□ Did you prepare the items to take when evacuating?  
避難するときに持って行くものは、準備しましたか?

□ How will you contact your family or friends?  
家族や友人にどのように連絡しますか?

□ Do you know the phone number of your embassy?  
大使館の電話番号はわかりますか?

