

4666 "Your Family Disaster Plan"

4666 番「家族の災害対策」

Where will your family be when disaster strikes? → 災害が起こった時あなたの家族はどこにいるのでしょうか。

They could be anywhere- at work → 仕事場、

at school → 学校、

or in the car. → それとも車の中ですか。

How will you find each other? → どの様にお互いを見つけますか。

Will you know if your children are safe? → あなたの子供が安全かどうか分かりますか。

Disaster can strike quickly and without warning. → 災害は警告も無しに急に降りかかることがあります。

It can force you to evacuate your neighborhood or confine you to your home. → 非難したり家の中に閉じ込められたりする事も起こり得ます。

What would you do if basic services--water, gas, electricity or telephones--were cut off? → もしも水道・ガス・電気・電話などの基本供給が途絶えたらどうしますか。

Local officials and relief workers will be on the scene after a disaster, but they cannot reach everyone right away. → 地方自治体や公共施設団が現場に駆けつけるとしても、全ての人にすぐさま助けを差し伸べられるわけではありません。

Families can--and do--cope with disaster by preparing in advance and working together as a team. → 家族は事前の準備と、一体となった共同作業で災害の対処する事ができます。

Follow the steps listed in this brochure to create your family's disaster plan. → このパンフレットにある手本に倣ってあなた自身の家族の災害対策を作成して下さい。

Knowing what to do is your best protection and your responsibility. → 何をどうすべきかが分かっている事こそ身を守る最善の方法であり、又自己責任でもあるのです。

4 Steps to Safety → 身を守るための4つの手段

1. Find Out What Could Happen to You Contact your local Red Cross chapter or emergency management office--be prepared to take notes. → どんな事が起こりえるのかを知ることが重要です。あなたの住む地域の赤十字支部または緊急対策本部に連絡し、メモの用意をしましょう。

Ask what types of disasters are most likely to happen. Request information on how to prepare for each. → どんな災害が起こりやすいか尋ね、それぞれの災害に対する対策法の情報を要請しましょう。

Learn about your community's warning signals: what they sound like and what you should do when you hear them. → 自分の住む地域の災害時の警報を知っておきましょう…警報がどんな音なのか、またその時どの様に行動をとれば良いのかを事前に研究します。

Ask about animal care after a disaster. Animals are not allowed inside emergency shelters because of health regulations. → 公衆衛生法によりペットや動物は避難所の中に入れることが禁止されているかもしれないため、ペットや動物のケアについて尋ねておきましょう。

Find out how to help elderly or disabled persons, if needed. → 必要であれば、お年寄りや障害を持つ人をどの様に補助できるかも調べておきましょう。

Find out about the disaster plans at your workplace, your children's school or day care center, and other places where your family spends time. → 次に、災害時、あなたの仕事場、子供の学校や託児所などの他、どこにあなたの家族が待機するのかを決めておきます。

2. Create a Disaster Plan → 災害時の対策をつくる

Meet with your family and discuss why you need to prepare for disaster. → 家族で事前の災害時の対策が必要である理由を話し合ってください。

Explain the dangers of fire, severe weather, and earthquakes to children. → 子供達には火災の危険や厳しい天候と地震などについて説明します。

Plan to share responsibilities and work together as a team. → めいめいの役目を決め、互いに一団となって対処できる様に計画を立ててください。

Discuss the types of disasters that are most likely to happen. Explain what to do in each case. → どのような災害が起こり得るか、起こりやすいと思われる災害について話し合います。それぞれの災害時への対策法を説明しましょう。

Pick two places to meet: Right outside your home in case of a sudden emergency, like a fire. Outside your neighborhood in case you can't return home. → 2つの落ち合い場所を選んでおくことです…火事など、突然身近に起こり得る災害時には、すぐ家の外、家に戻れないときには、近所の外。という様です。

Everyone must know the address and phone number. → 家族全員が電話番号と住所を知っておくことは大切です。

Ask an out-of-state friend to be your "family contact." After a disaster, it's often easier to call long distance. Other family members should call this person and tell them where they are. Everyone must know your contact's phone number. → 州外の友人のところを「家族の連絡先」になってくれる様に頼みましょう。災害時には長距離電話の方がつながりやすいことが多いからです。家族全員がその連絡先の電話番号を知っている必要があります、災害時には自分がどこにいるのかを、その連絡先を利用して自分の家族に知らせてもらうようにします。

Discuss what to do in an evacuation. Plan how to take care of your pets. → 非難勧告が出たときにはどうするか、また、ペットの対処法についても話し合う必要があります。

3.Complete This Checklist → 次の項目をチェックしてリストを作ってください。

Post emergency telephone numbers by phones (fire, police, ambulance, etc.). → 緊急時にかける電話番号(火事、警察、救急車等)を目のつく所に貼ってありますか。

Teach children how and when to call 9-1-1 or your local Emergency Medical Services number for emergency help. → いつ、どの様に「9 1 1」(緊急時の電話番号)を使うかを教えてありますか。またや地域の救急医療機関の電話番号を教えてありますか。

Show each family member how and when to turn off the water, gas, and electricity at

the main switches. → いつ、どの様に水道、ガス、電気などのメインスイッチを切るかや元栓を締めるかを教えてありますか。

Check if you have adequate insurance coverage. → 十分な保障のある保険に入っていますか。

Get training from the fire department for each family member on how to use the fire extinguisher (ABC type), and show them where it's kept. → 消火器(ABCタイプ)の使い方を消防署に習い、家族の各自が使える様に訓練していますか。またどこに消火器が置いてあるか全員が知っていますか。

Install smoke detectors on each level of your home, especially near bedrooms. → 家の各階、特に寝室のそばに煙探知機を設置してありますか。

Conduct a home hazard hunt. → 家の各階、特に寝室のそばに煙探知機を設置してありますか。

Stock emergency supplies and assemble a Disaster Supplies Kit → 緊急時用の必要物質を常備し、災害時用のセットを用意してありますか。

Take a Red Cross first aid and CPR class. → 赤十字社の応急手当や CPR の講習会を受けていますか。

Determine the best escape routes from your home. → 自宅から一番良い逃げ道を決めていますか。

Find two ways out of each room. → 各部屋に2通りの出方がありますか。

Find the safe places in your home for each type of disaster. → 自宅内でそれぞれの災害に対して安全な場所を見つけてありますか。

4.. Practice and Maintain Your Plan → 4. 避難訓練や準備の維持を行いましょう。

Quiz your kids every six months so they remember what to do. → 半年毎に子供にテストして、災害時に何をすれば良いのかを思い起こさせていますか。

Conduct fire and emergency evacuation drill. →火災時や緊急避難の訓練を指導していますか。

Replace stored water every six months and stored food every six months. →半年毎に貯水と保存食の入れかえをしていますか

Test and recharge your fire extinguisher(s) according to manufacturer's instructions.
→製造会社の説明に従って、消火器を試し補充していますか。

Test your smoke detectors monthly and change the batteries at least once a year. →毎月煙探知機をテストして、すくなくとも年に1度は電池を換えていますか。

Neighbors Helping Neighbors →隣人が隣人を助け合う事も重要です

Working with neighbors can save lives and property. →近所の人達と助け合うことで生命と財産が救えます。

Meet with your neighbors to plan how the neighborhood could work together after a disaster until help arrives. →近所の人達と会い、災害の際に救助が着くまでの間、どの様にお互いが助け合えるかを話し合い、計画を立てましょう。

If you're a member of a neighborhood organization, such as a home association or crime watch group, introduce disaster preparedness as a new activity. →もしあなたが管理組合や防犯グループなどの一員など、近所の組合組織委員なら、新しい取り組みの1つとして災害に対する準備を導入してください。

Know your neighbors' special skills (e.g., medical, technical) and consider how you could help neighbors who have special needs, such as disabled and elderly persons. →近所の人達の中で特別な技術者(例えば、医学や技術系の専門家)がいるか調べたり、障害者やお年寄り等の特別な援助が要る人達が誰であるかも良く知っておきましょう。

Make plans for child care in case parents can't get home. →親が帰宅できないとき、子供の世話をどうするかも計画しておくといいでしょう。

Home Hazard Hunt → 家内の危険なところを探しておきましょう

During a disaster, ordinary objects in your home can cause injury or damage. →災害時は、家内にある普段は、何でもない普通の物質がけがや破損を招く危険物となってしまうことがあります。

Anything that can move, fall, break, or cause a fire is a home hazard. →動かせるもの、落ちるもの、壊れるもの、燃えるもの等、これら全てが火事を引き起こす原因ともなり得ます。

For example, a hot water heater or a bookshelf can fall. →例えば、湯沸かし器や本棚は落下する恐れがあります。

Inspect your home at least once a year and fix potential hazards. →すくなくとも年に1度は自分の家を検査し、潜在的な危険のあるものや所を直すようにしましょう。

Contact your local fire department to learn about home fire hazards. →家屋の火災の危険性についてより良く学ぶためにも、地域の消防署に連絡をとりましょう。

Evacuation →避難について次の事に注意しましょう

Evacuate immediately if told to do so: Listen to your battery-powered radio and follow the instructions of local emergency officials. →避難勧告が出たら直ちに避難を始めましょう。電池式のラジオを聴いて地域の緊急災害対策局の指示に従います。

Wear protective clothing and sturdy shoes. →保護性の高い衣服と丈夫な靴を着用します。

Take your Disaster Supplies Kit. →災害時用のセットを手に取ります。

Lock your home. →家にかぎをかけます。

Use travel routes specified by local authorities--don't use shortcuts because certain areas may be impassable or dangerous. →地域の指令局によって指定された経路を使いましょう。— ある場所が通れなかったり危険である可能性もあるので、近道を使わないようにしましょう。

If you're sure you have time: →あわてなければ時間も取れます

Shut off water, gas, and electricity before leaving, if instructed to do so. →指示があれば、
離れる前に水、ガス、及び電気を止めましょう。

Make arrangements for your pets. →ペットをどうするか決めておきましょう。

Emergency Supplies →緊急用物資を用意しておきましょう

Keep enough supplies in your home to meet your needs for at least three days. →家内には
すくなくとも3日分必要量の物質を日ごろから確保しておきましょう。

;

Assemble a Disaster Supplies Kit with items you may need in an evacuation. Store
these supplies in sturdy, easy-to-carry containers such as back-packs, duffle bags, or
covered trash containers. →避難中に必要となるかもしれない様なものを集めて災害時用
のセットを作っておきましょう。集めたそれらのものはリュックサックやダッフルバッグ
や蓋をしたごみ箱などの運び出しやすい入れ物や容器に格納しておきましょう。

Include: →以下のものも含めます

A three-day supply of water (one gallon per person per day) and food that won't spoil. →
いたむ恐れのない3日分の水(1日に1人当たり1ガロン)、3日分の食料品。

One change of clothing and footwear per person, and one blanket or sleeping bag per
person. →1人につき、1回分の着替えと履き物、及び寝るときに掛ける物1枚、または寝
袋1体。

A first aid kit that includes your family's prescription medications. →あなたの家族の処
方薬物を含む応急手当セット。

Emergency tools including a battery-powered radio, flashlight, and plenty of extra
batteries. →電池式ラジオ、懐中電灯、緊急用道具、それに予備用の新しい乾電池等を含む
緊急用道具一式。

An extra set of car keys and a credit card, cash or traveler's checks. →予備用にとってお
いた、自動車のかぎ、クレジットカード、現金または旅行者用小切手(トラベラーズチェッ
ク)類一式。

Sanitation supplies. → 衛生用品。

Special items for infant, elderly, or disabled family members. → 家族の乳幼児、お年寄り、障害者のための特殊品。

An extra pair of glasses. → 予備の眼鏡。

Keep important family documents in a waterproof container. → 防水加工の入れ物に家族の重要書類を保管しておきます。

Keep a smaller kit in the trunk of your car. → 携帯用の緊急時用セットを車のトランクの中にも用意しておきましょう。

UTILITIES → ユーティリティ(生活線供給)について、下記を参考にして下さい。

Locate the main electric fuse box, water service main, and natural gas main. → 電気ヒューズ、水道、天然ガス、それぞれの本元や元栓の場所を確認しておきましょう。

Learn how and when to turn these utilities off. → いつ、どの様にそれらユーティリティを止めるのかを分かっているようにしましょう。

Teach all responsible family members. → 家族の責任者全員に教えておくことが重要です。

Keep necessary tools near gas and water shut-off valves. → ガスや水道の遮断バルブのそばに必要な道具を保管しておきましょう。

Remember, turn off the utilities only if you suspect the lines are damaged or if you are instructed to do so. → ユーティリティの本元や元栓は破損していると思っ
ているときのみ、または指示があったときのみ
にオフにすることを忘れないでください。

If you turn the gas off, you will need a professional to turn it back on. → ガスを止めた場合、元に戻すには専門家に頼まなくてはなりません。

If Disaster Strikes Remain calm and patient. → 災害が降りかかったら、冷静に気を長く持って対処しましょう。

Put your plan into action. →計画を実行します。

Check for Injuries Give first aid and get help for seriously injured people. →けがを確認して応急手当を施し、重傷を負った人への援助を求めましょう。

Listen to Your Battery-Powered Radio for News and Instructions Evacuate, if advised to do so. →電池式ラジオでニュースを聴きましょう。そして避難勧告が出されたなら、それに従います。

Wear protective clothing and sturdy shoes. →保護性の高い衣類と丈夫な靴を着用します。

Check for Damage in Your Home... →自宅の破損をチェックします。

Use flashlights. →懐中電灯を使います。

Do not light matches or turn on electrical switches, if you suspect damage. →破損があるかもしれないので、火をつけたり電気のスイッチを入れないでください。

Sniff for gas leaks, starting at the water heater. →湯沸かし器のガスが匂うかどうか、良く確かめましょう。

If you smell gas or suspect a leak, turn off the main gas valve, open windows, and get everyone outside quickly. →ガスの匂いがしたり、ガス洩れの恐れがある場合は、元栓を止めて窓を開け、全員、家から出ましょう。

Shut off any other damaged utilities. (You will need a professional to turn gas back on.)
→他に破損しているユーティリティも止めます。(再度ガスに点火するには専門家を呼ばなくてはなりません。)

Clean up spilled medicines, bleaches, gasoline, and other flammable liquids immediately. →こぼれた薬品、漂白剤、ガソリン、及び他の可燃性液体などは、即座に片づけましょう。

Remember to... Confine or secure your pets. →ペットを制御し安全を確かめることも忘れない様に注意しましょう。

Call your family contact--do not use the telephone again unless it is a life-threatening emergency. →家族の連絡先に連絡しましょう。— このとき生命を脅かす緊急事態でない限り、電話は使いません。

Check on your neighbors, especially elderly or disabled persons. →特にお年寄りや障害を持っている近所の人をチェックしましょう。

Make sure you have an adequate water supply in case service is cut off. →水道が遮断されても大丈夫な様に、十分な水を確保しておきましょう

;

Stay away from downed power lines. →地面に落ちている電線から離れていきましょう。

General Disaster Preparedness Information "Your Family Disaster Plan" (ARC 4466)

"Your Family Disaster Supplies Kit" (ARC 4463) General Disaster Preparedness

→一般災害時に対する準備についての情報：

「家族の災害対策」(4466 番)

「家族の災害時用生活物資セット」(4463 番)

Materials for Children →子供向け資料：

"Disaster Preparedness Coloring Book" (ARC 2200, English, or ARC 2200S, Spanish) for children ages 3-10. →「災害準備をテーマにしたぬりえ集」(英語版 2200 番、スペイン語版 2000S 番)

"Adventures of the Disaster Dudes" (ARC 5024) video and Presenter's Guide for use by an adult with children in grades 4-6. →子供を持った成人のためのビデオと指導書：
「都会人の災害冒険」(5024 番)

To get copies of American Red Cross community disaster education materials, contact your local Red Cross chapter. →災害に関する教育的資料のお問い合わせはお近くの赤十字社へご連絡ください。

The text on this page is in the public domain. We request that attribution to this information be given as follows: From "Family Disaster Plan." developed by the Federal Emergency Management Agency and the American Red Cross. →このページの内容は公共機関に属します。この「家族の災害対策」の情報は米国連邦緊急事態管理局、及び、米国赤十字社により開発されたものです。