

4 避難のテクニック

(1) 避難は徒歩で、持物は最少限に

- 避難をするときは、必ず徒歩で避難しましょう。
- 服装は、活動しやすいものにしましょう。
- 携帯品は、必要品のみにして、背負うようにしましょう。(→P.20参照)

4. Evacuation procedure.

(1) Evacuate on foot with a minimal amount of personal belongings.

- Evacuate on foot.
- Wear comfortable, loose clothing.
- Carry only necessary personal belongings on your back.

4. 피난요령

(1) 피난은 걸어서, 소지물은 최소한으로

- 피난할 때는 반드시 걸어서 피난 합시다.
- 복장은 활동하기 쉬운 것으로 합시다.
- 휴대품은 필요품만으로 하여, 짐어지도록 합시다.

4. 避難技巧

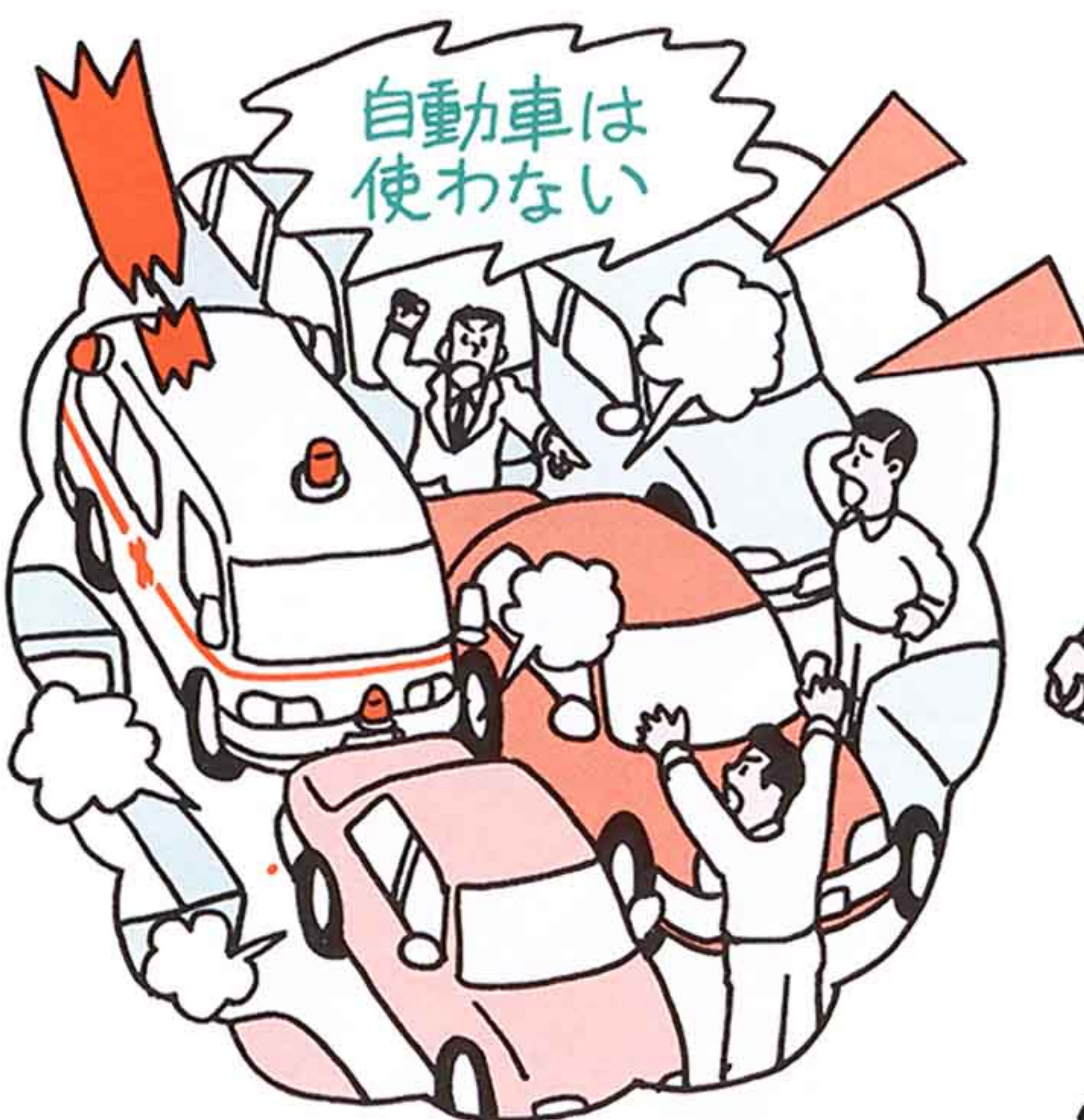
(1) 避難时要徒步，尽量少拿东西

- 避難时，一定要徒步去避难场所。
- 要穿便于活动的衣服。
- 携带的东西，仅限于必需品，最好背着。

4. Maneiras de buscar refúgio

(1) Busque refúgio a pé, com um mínimo de pertences.

- Vá para a área de salvamento a pé.
- Vista uma roupa confortável e folgada.
- Leve consigo, numa mochila, apenas os objetos de uso pessoal mais necessários.



日頃から笛やブザー等の自分の居場所を知らせることができるものや、避難カードを持ち歩きましょう。

Items such as an evacuation card with your name and contact details, and a whistle or other type of alarm that can be used to alert others to your location, should be carried with you at all times.

평소에 호루라기나 부저 등 자신의 위치를 알릴 수 있는 도구와 피난카드를 몸에 지니고 다닙시다.

随时携带哨子或蜂鸣器等能够告知自己所处方位的报信工具以及避难卡。

A pessoa deve sempre ter consigo recursos como cartão de salvamento — com seu próprio nome e informações para contato — e um apito ou dispositivo de alarme que sirva para alertar outros indivíduos sobre sua localização.