

# Vorkehrungen fuer die Katastrophe

Vorkommen von  
Erdbeben, Flut,  
Eruption

**Selbsthilfe**

Familienvorbereitung

**Kommunale Hilfe**

Vorbereitung der lokalen Gemeinschaft

**Oeffentliche Hilfe**

Vorbereitung einer oeffentlichen Einrichtung

**Selbsthilfe**

**Bereite dich auf die Katastrophe vor**

- Bereite dich auf eine Evakuierung vor und packe einen Notfall-Rucksack.
- Treffe Massnahmen, um das Umfallen von Moebeln und Gegenständen zu verhindern.
- Informiere dich ueber die Evakuierungsstelle und ueberpruefe die Kontakt-Methode mit der Familie.



**Kommunale Hilfe**

**Kooperiere mit den Nachbarn**

- Mache auf Gefahren im Katastrophenfall aufmerksam und bereite dich auf den Ernstfall vor durch Teilnahme an lokalen Katastropheneuebungen.
- Wenn du eine Gefahr erkennst nache die Nachbarschaft darauf aufmerksam und helfe bei den Massnahmen die Gefahr zu bannen.
- Bei einer Katastrophe Sorge dich auch um die Sicherheit deiner Nachbarschaft.

**Oeffentliche Hilfe**

**Polizei, Praefektur, Feuerwehr, und die Nation arbeiten zusammen, um Gegenmassnahmen gegen Katastrophen zu fordern**



- Die Polizei fuehrt Rettungsmassnahmen von Einheiten wie der Bereitschaftspolizei durch.
- Die Polizei wird mit jeder oeffentlichen Behoerde bei der Bewaeltigung von Katastrophen zusammenarbeiten.
- Oeffentliche Stellen allein koennen Schaeden nicht verhienden. Selbsthilfe und gegenseitige Hilfe machen Gebiete resistent. Selbsthilfe und gegenseitige Hilfe koennen Katastrophenschaeden minimieren.



**Gunma Praefekturpolizei**

TEL. 027-243-0110



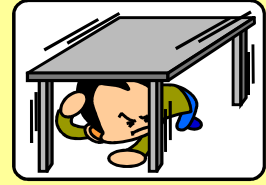
Wenn du ein **Erdbeben** fuehlst oder eine **Erdbeben-Warnung** hoerst

Warne auch die Leute um dich herum durch Rufen

# Keine Panik! Denke an deine Sicherheit!

## Zu Haus...

- Schuetze deinen Kopf und evakuere an einen sicheren Ort. (z.B. unter einen Tisch)
- Renne nicht nach draussen.
- Versuch nicht ein Feuer zu loeschen.



## In Einrichtungen mit vielen Menschen...

- Befolge die Anweisungen des Personals.
- Stuerze nicht zu den Ausgaengen.



## Im Freien...

- Huete dich vor dem Fallen von Mauern.
- Achte auch auf fallende Schilder und Glasscherben.



## Waehrend der Fahrt...

- Bleib ruhig! Fahre an den Strassenrand und halte an.
- Schalte die Warnblinkanlage ein und mache andere Fahrer aufmerksam.
- Keine Notbremsung Verringere deine Geschwindigkeit allmaehlich.



## Im Zug oder Bus...

- Einen Riemen oder Handlauf festhalten

## Aufzug...

- Wenn der Aufzug haelt versuche herauszukommen.

## Check-liste fuer den Notfall

【※ Aus den Daten der Wetteragentur】

Wasser Nahrungsmittel		Katastrophen-Vorkehrung Vorraete		Taegliche Notwendigkeiten		Erste Hilfe Artikel		Wertgegenstaende	
Wasser		Taschenlampe		Handtuch, Seife		Salben		Sparbuch	
getrocknetes Brot		Streichhoelzer Feuerzeug		Papier-Handtuecher WC-Papier		Medikamente, die sie regelmaessig einnehmen		Krankenversicherungs karte	
Instant food		Schutzhelm		Plastikuete		Mittel gegen Erkaeltung		Fuehrerschein	
Konserven		Tragbares Radio		Oberbekleidung		Bandage		Bargeld	
		Kapuze		Unterwaesche		Einwegwindeln			
		Handschuhe		Schreibgeraete					
		Seil		Eine Decke					
		Pfeife		Schlafsack					
		Reservebatterien							

※ Notieren Sie weitere Artikel die fuer Sie wichtig sind und pruefen Sie, was Sie worbereitet haben.

Evakuierungsstelle		Polizeistation	
Treffpunkt		Feuerwache	
Notfall Kontakt		Regierungsstelle	