

외국인을 위한 방재 핸드북

~ 재해 발생에 대비합시다 ~



한국어



후쿠오카현

이 핸드북은 외국인이 일본에서 재해가 발생했을 때 어떻게 행동하면 좋을지 소개하는 책입니다.
 재해란 지진, 호우, 태풍, 산지토사재해, 화재 등이 있습니다.
 재해에 대비해서 이 핸드북을 읽어봅시다.

차례

재해가 일어나기 전

- 미리 해야할 일 . . . 1
- 미리 준비해 둘 물건 . . . 3



재해가 일어났을 때

- 대피의 흐름 . . . 4
- 지진에 대해서 . . . 6
- 호우·태풍에 대해서 . . . 10
- 화재에 대해서 . . . 12
- 방재 메모 . . . 15
- 재해 정보와 상담 . . . 16
- 중요한 일 . . . 18



미리 해야할 일

가족이나 친구와 회의를 합니다 .

대피할 장소와 연락할 방법을
모두와 이야기합니다 .

집안을 안전하게 합니다 .

- ①가구가 넘어지지 않도록 고정합니다 .
- ②통로나 출입구에는 물건을 두지 맙시다 .



대피 시에 필요한 물건을 준비합니다 .

※대피 시에 필요한 물건은 3 페이지를 확인하세요 .

대피소를 찾아보고 집까지의 지도를 만들어 봅시다 .

대피소는 학교 , 마을회관 , 시민센터 등 입니다 .

※지도 만들기는 2 페이지에 있습니다 .



대피소의 정보는 「후쿠오카현 대피소 · 대피정보」 에서 검색할 수 있습니다

<https://ken-bousai.pref.fukuoka.lg.jp/bousai/index.html?mode=0>



대피소

대피소에는 먹을 것이 있습니다 .

잠을 잘 장소가 있습니다 .

많은 사람과 함께 생활하게 됩니다 .

필요한 것은 가지고 갑니다 .

규칙을 기키고

주변 사람들과 서로 도움시다 .

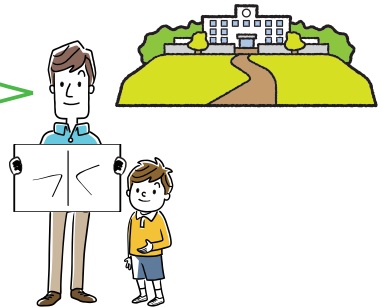


집에서부터 대피소까지의
지도를 만들어 봅시다.



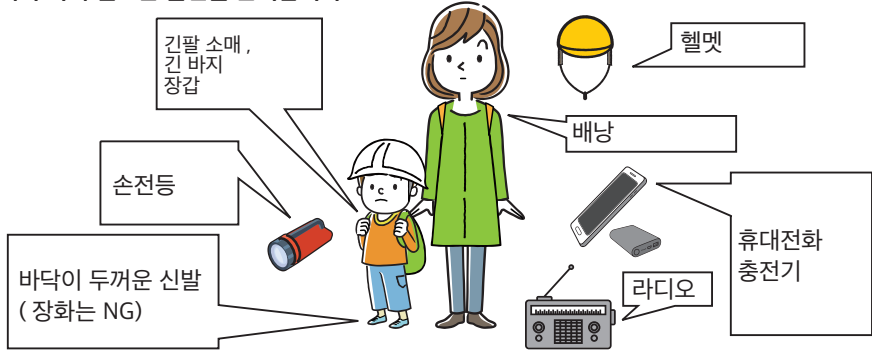
지도

- 살고 있는 동네의 대피 지도를 찾아봅시다.
- 실제로 걸어 봅시다.
- 대피소까지의 안전한 길을 확인해봅시다.



미리 준비해 둘 물건

대피 시에 필요한 물건을 준비합니다.






※대피 시에 필요한 물건은 위에 적힌 것 외에도 더 있습니다.

마실 물이나 음식 등은 3 일분 이상 을 준비해 둡시다.

식량	식수 식량 (그대로 먹을 수 있는 것)	옷	옷, 속옷 수건 우산, 비옷 추울 때 입을 옷
약	비상용 약 평상 시에 먹는 약	생필품	휴지 건전지 담요 필기도구 (볼펜, 연필, 메모지) 비닐 봉지 슬리퍼
소중한 물건	돈, 현금카드, 통장, 도장 건강보험증, 신분증 (ID) 여권		

가족, 친구, 본인의 상황에 따라 아래에 있는 물건을 준비해 둡시다.

임산부가 있는 경우	고령자가 있는 경우
생리용품, 거즈, 깨끗한 천 신생아 용품, 산모수첩 등 	 간호용품, 틀니 어른용 기저귀 상비약 등
아기가 있는 경우  분유 (액체분유), 젖병 기저귀, 산모수첩 등	

대피의 흐름

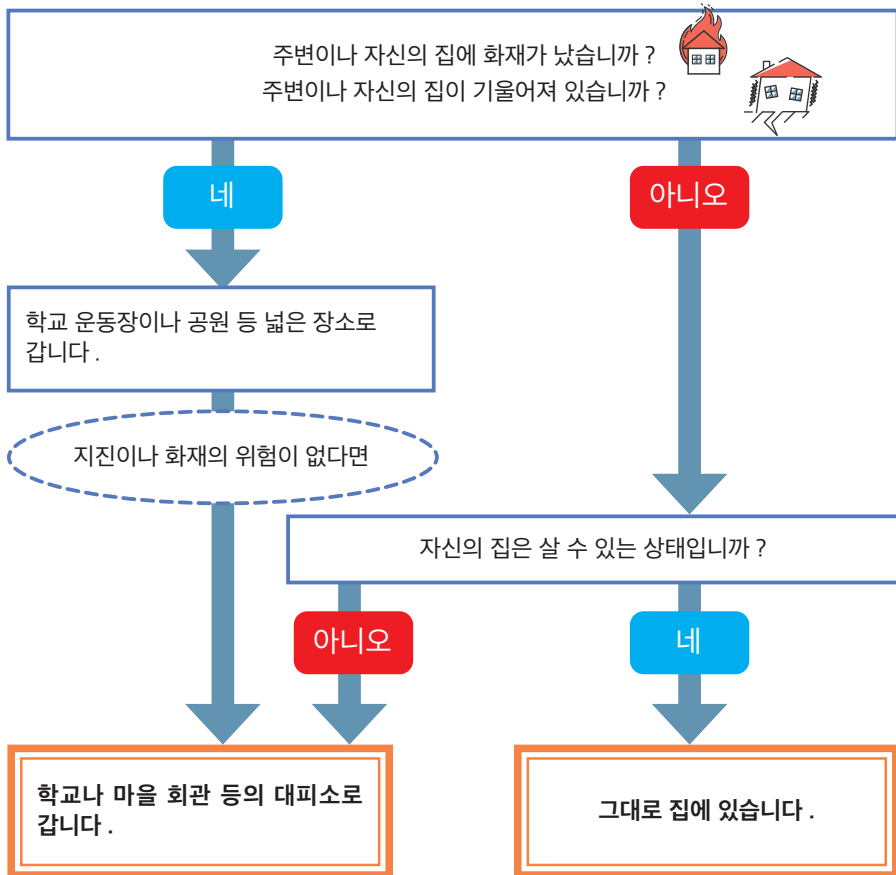
재해 시에 자택에 있을 경우 아래의 순서도를 참고로 행동합니다.

지진

지진발생

자신의 안전을 최우선으로 생각해 행동합니다.

※텔레비전이나 휴대전화로부터 긴급지진속보 알림이 울립니다.



※지진에 대해서는 6~9 페이지를 확인하세요.

호우 · 태풍

호우가 내리거나, 태풍이 가까이 오고 있습니다.
먼저 뉴스나 인터넷으로 기상정보를 확인합니다.

살고 있는 동네에 경보 등의 기상정보가 발표되었습니까?

네

대피에 관한 정보
(경계 레벨 3,4,5)는 발표
되었습니까?

아니오

계속해서 기상정보를 확인합니다.
빠르게 대피할 준비를 해 둡시다.

네

대피소까지 가는 것은 위험합니까?
예) 이미 집 안에 물이 들어와 있습니다.
밤이라 주변이 잘 보이지 않습니다

네



집이나 가까운 건물 2층 이상의
더 안전한 장소로 대피하고 구조를
기다립시다.

아니오



대피소 등
안전한 장소로 대피합니다.

※호우 · 태풍은 10,11 페이지를 확인하세요.
※경계레벨은 11 페이지를 확인하세요.

지진에 대해서

지진이란

일본은 지진이 많은 나라입니다.

언제 어디에서 일어날 지 모릅니다.

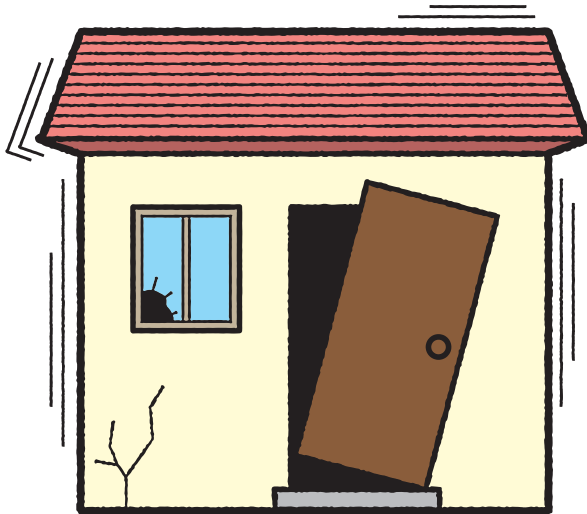
지진 후에 반복되는 지진이 일어날 수 있습니다.

수도, 전기, 가스가 멈출 수 있습니다.

바다 근처에서는 쓰나미 (지진해일) 가 올 수도 있습니다.

지면이 크게 흔들려서 집이나 건물이 부서질 수 있습니다.

지진이 일어나도 침착하게 행동합니다.



일본에서는 숫자로 흔들림의 크기를 나타냅니다.

	<p>[진도 0] 사람은 흔들림을 느끼지 못한다</p>		<p>[진도 5 약] 많은 사람이 몸의 안전을 지키려고 한다. 일부 사람은 행동에 지장을 느낀다.</p>
	<p>[진도 1] 실내에 있는 사람 일부가 조금 흔들림을 느낀다</p>		<p>[진도 5 강] 대단한 공포심을 느낀다. 행동에 지장을 느낀다.</p>
	<p>[진도 2] 실내에 있는 많은 사람이 흔들림을 느낀다. 자고 있는 사람 일부가 깬다.</p>		<p>[진도 6 약] 서 있을 것이 힘들다</p>
	<p>[진도 3] 실내에 있는 대부분의 사람이 흔들림을 느낀다. 공포심을 느끼는 사람도 있다.</p>		<p>[진도 6 강] 서 있을 수가 없고, 기지 않고는 움직일 수가 없다.</p>
	<p>[진도 4] 상당한 공포심이 생기고, 일부 사람은 몸의 안전을 지키려고 한다. 자고 있는 대부분의 사람이 잠에서 깬다..</p>		<p>[진도 7] 흔들림에 현혹되어서, 자신의 의사로는 행동할 수 없다.</p>

충무성 소방청 방재메뉴얼 - 진재대책계발자료 -

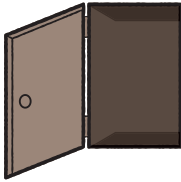
지진이 일어나면

방 안

책상이나 창문에서 떨어져서 테이블이나 책상 밑으로 피합니다.



문을 열어서 출구를 확보합니다.



대피 시에 필요한 물건을 가지고 나갑니다.
※대피 시에 필요한 물건은 3페이지를 확인하세요.



백화점, 마트 등 가게 안

직원의 지시에 따릅니다.



흔들림이 멈추면 가스불을 끕니다.



다치지 않도록 신발을 신습니다.



주변의 안전을 확인하고 밖으로 나갑니다.



엘레베이터 안

자동으로 멈추지 않을 때는 모든 층의 버튼을 눌러 문이 열리면 바로 내립니다.



전철이나 버스 안

급하게 밖으로 뛰어나가지 말고
직원의 지시에 따릅니다.



자동차를 운전하고 있을 때

길 왼편에 차를 멈추고, 엔진을 끕니다.
열쇠를 둔 채로 대피합니다.



바다 근처

쓰나미 (지진해일)이 올 수도 있으니,
바다에서 멀고 높은 곳으로 대피합니
다.



산 근처

산이나 벼랑이 무너질 수가 있으므로
안전한 장소로 대피합니다.



건물 근처

건물이 무너지거나
물건이 떨어질 수 있으므로 건물에서 떨어집니다.



호우 · 태풍에 대해서

호우 · 태풍이란

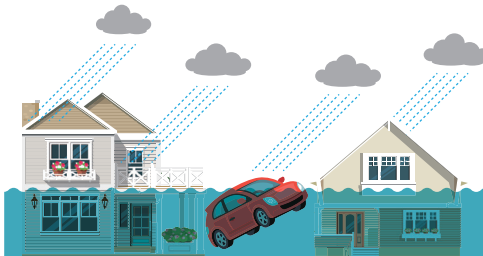
호우

호우는 평소보다 많은 비가 내리는 것입니다.
장마 (6~7 월) 때나 태풍 때에는 많은 비가 내립니다.
강의 물이 불어서 넘칠 수가 있습니다.
길이 물로 넘치고 집 안에 물이 들어올 수도 있습니다.
벼랑이 무너질 수도 있습니다.

태풍

태풍은 7~9 월에 옵니다.
폭우가 내리고, 강풍이 불니다.
강의 물이 불어서 넘칠 수가 있습니다.
바다가 거칠어지고 파도가 높아질 수 있습니다.
전철, 버스, 지하철 등이 멈출 수 있습니다.
강풍으로 간판이나 지붕 등이 날아올 수 있습니다.

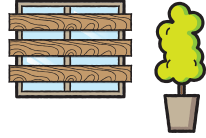
※호우 · 태풍은 예측할 수 있습니다.
평소에도 텔레비전이나 인터넷으로 기상정보를 확인해 둡시다.



호우·태풍이 왔을 때는

텔레비전이나 인터넷으로 뉴스를 확인합니다.
집 주변을 정리합니다.

바람에 날아갈 것 같은 물건은 건물 안에 들어 놓습니다.
창문이나 덧문은 잠가둡니다.



대피 시에 필요한 물건을 준비합니다.

※대피 시에 필요한 물건은 3 페이지를 확인하세요.



위험한 장소에 가까이 가서는 안됩니다.

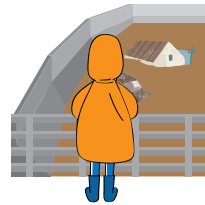
강, 바다, 산 근처는 위험합니다.

산지토사재해가 일어날 수도 있습니다.

호우, 태풍으로 땅이 부드러워집니다.

벼랑이 무너질 수도 있습니다.

벼랑에 가까운 곳에 살고 있는 사람은 빠르게 대피합니다.



< 경계레벨과 해야할 일 >

경계레벨	해야할 일
1	많은 비가 내리 수도 있습니다. 텔레비전이나 인터넷으로 뉴스를 자주 확인하십시오.
2	대피할 준비를 하십시오. 대피 지도 등을 확인하십시오.
3	건강한 사람은 대피할 준비를 하십시오. 고령자·임산부 등은 대피해 주십시오.
4	안전한 장소로 모두 대피해 주십시오.
5	생명이 위험합니다. 생명을 지키기위한 행동을 해 주십시오.

화재에 대해서

화재가 일어 났다면



1. 「불이야!」 큰 소리로 주변 사람에게 알립니다.

주택용 화재 경보기
연기나 열을 감지하고 경보음이 울립니다.

2.119 (소방서) 에 전화를 합니다.(무료)

119 신고 방법

- ① 「화재가 났어요」
- ② 「〇구〇〇초메〇번〇호
〇〇맨션입니다.
〇〇마을회관 옆입니다」
- ③ 「〇〇가 불에 타고 있어요」
- ④ 「제 이름은 〇〇입니다
전화번호는 〇〇〇 - 〇〇〇〇입니다」



3. 소화기나 물로 불을 끕니다.
소화기가 없을 때는 쿠션으로 불을 끄거나
젖은 수건이나 시트로 덮어서 불을 끕니다.

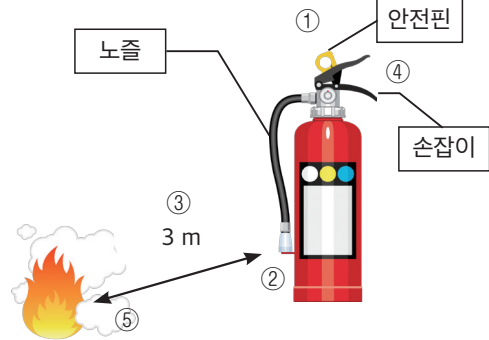


기름이 들어 있는 냄비, 석유 난로,
전기기구에는 물을 사용하면 안됩니다!



소화기 사용법

- ① 안전핀을 뽑는다.
- ② 노즐 끝을 잡는다.
- ③ 3 m 정도 떨어진다.
- ④ 손잡이를 움켜쥘다.
- ⑤ 불을 향해 분사한다.



4. 불이 꺼지지 않았을 때는 대피합니다.
대피할 때에는 연기를 마시지 않도록 합니다.



연기에는 위험한 가스가 들어있습니다!

젖은 손수건이나 수건을 입과 코에 대고
낮은 자세로 대피합니다.



맨션이나 백화점 등 높은 건물에서는 계단으로 대피합니다.
엘레베이터는 절대 사용하지 않습니다.

5. 밖으로 대피한 후 절대 안으로 돌아가면 안됩니다!

화재를 막기 위해서는

집 주변에 타기 쉬운 물건을
두지 않습니다.



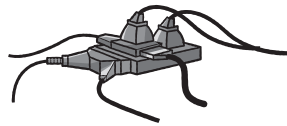
주방을 비울 때에는
가스불을 끕니다.



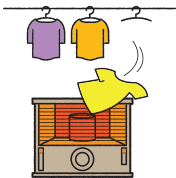
담배를 다 피운 후에는
불을 끕니다.



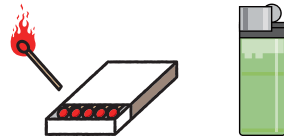
하나의 콘센트에 많은
전기기구를 연결해서 사용하면 안됩니다.



난로 가까이에 타기 쉬운 물건을
두지 않습니다.

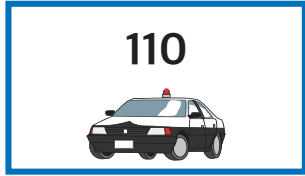
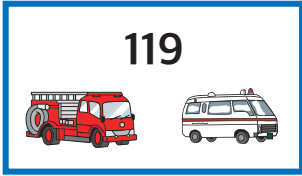


아이의 손에 닿는 곳에 성냥이나
라이터를 두면 안됩니다.



방재 메모

~ 스스로 작성하고 보관합시다 ~



내 정보

이름		휴대전화번호
국적	여권번호	재류카드 번호
일본 주소		

가족 · 친구 · 지인 회사 동료 · 학교 관련 연락처	이름	전화번호

연락처	전화번호	연락처	전화번호
가스회사		대사관 · 영사관	
전기		병원	

대피소	
· 지진일 때	· 호우 · 태풍일 때

재해 정보와 상담

FUKUOKA IS OPEN 센터

0120-279-906 (무료)

접수 시간: 10:00~17:00

운영 요일: 평일, 셋째 주 일요일, 넷째 주 토요일 (공휴일 및 연말연시 휴무)

대응 가능 언어

일본어, 영어, 중국어, 한국어, 베트남어, 네팔어, 인도네시아어, 타갈로그어, 태국어, 말레이어, 스페인어, 프랑스어, 독일어, 이탈리아어, 러시아어, 포르투갈어, 미얀마어, 크메르어, 몽골어, 싱할라어, 힌디어, 벵골어, 우르두어, 우크라이나어



Voice Tra

외국어로 번역해 주는 음성번역어플리케이션입니다.
다운로드는 각 어플리케이션 스토어에서 할 수 있습니다.
<https://voicetra.nict.go.jp/>

기상청 홈페이지

지진이나 호우, 태풍 등의 기상정보를 확인할 수 있습니다.

<https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>



NHK 월드 JAPAN

일본의 최신 재해 뉴스를 볼 수 있습니다.

<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/>

LOVE FM

외국어로 정보 발신하는 FM라디오 방송입니다.

지진이나 태풍, 호우 정보를 다언어로 알려드립니다.

후쿠오카 76.1MHz 후쿠오카니시 82.5MHz

기타큐슈 82.7MHz

재해 시에는 시정촌에서 주민에게 발신하는 정보(예:대피소의 개설정보)도 있습니다.
살고 있는 동네의 홈페이지도 확인해 보십시오.

방재 앱 사용 방법

- ‘후쿠오카 방재 알리미 MAMORU-Kun’은 후쿠오카현 방재 앱입니다.
- 태풍·호우 등의 정보와 지진·해일의 정보를 알려드립니다.
- 또한 가까운 대피소의 위치를 지도로 볼 수 있습니다.

일본어, 영어, 중국어(간체·번체), 한국어, 베트남어로 ‘MAMORU-Kun’을 볼 수 있습니다.

앱은 아래에서 다운로드 받을 수 있습니다.



(App Store)



(Google Play)



지금 있는 곳의 방재 정보를
알 수 있습니다



대피소 위치를 지도로
알 수 있습니다



재해 시 취해야 할 행동을
그림으로 알 수 있습니다

중요한 일



- 재해 시에는 서로 돕습니다.
- 근처 주민과 인사를 나누어
당신을 기억할 수 있게 합니다.
- 당신은 혼자가 아닙니다.
곤란할 때는 서로 도움시다.

2026년3월 개정

후쿠오카현
후쿠오카시 하카타구 히가시공원 7번 7호
(국제국 국제정책과)
TEL : 092-643-3201 FAX : 092-643-3224
(방재위험관리국 방재기획과)
TEL:092-643-3112 FAX:092-643-3117