

安全の手引き

令和7年2月1日
在ニュージーランド日本国大使館
(在クライストチャーチ領事事務所)

《目次》

I	序言	1
II	防犯の手引き	1
1	防犯の基本的な心構え	
2	最近の犯罪発生状況	
3	防犯のための具体的な注意事項	
4	交通事情と事故対策	
5	テロ・誘拐対策	
6	緊急連絡先	
III	在留邦人用緊急事態対処マニュアル	6
1	平素からの準備及び心備え	
2	緊急時の行動	
3	緊急事態に備えてのチェックリスト	
4	各種災害やテロに対する具体的心構え及び災害関連リンク	

I 序言

この手引きは、在留邦人の方々のみならず、日本からの旅行者や出張者の皆様がクライストチャーチでできる限り安全かつ快適な生活や旅行を楽しんで頂けることを願って作成したものです。少しでも皆様のお役に立つことができれば幸いです。

II 防犯の手引き

1 防犯の基本的な心構え

クライストチャーチは、生活環境に恵まれ、政情も安定し、外国人滞在者にとっても比較的安全な場所と言われていています。しかしながら、こうした平和な土地柄でも、毎年相当数の犯罪や事件が発生しており、時には邦人の皆様が被害に巻き込まれるケースもありますので、日本より治安が良いとは決して言えないのが現状です。

車の運転に不慣れな外国人旅行者による死亡事故などが発生しており、注意が必要です。

ご自宅においては、防犯カメラ、防犯ベルを設置するなどの自衛手段を講じる、或いは、日頃から隣人との交流を図るなどして安全対策を心がけてください。

また、深夜の一人歩きは、暴漢から襲われるなどの不測の事態を招く危険性を増大させますので、避けるべきです。

皆様、海外であることを忘れずに、油断せず、注意を怠らないよう心掛けてください。

2 最近の犯罪発生状況

(1) 犯罪発生件数

カンタベリー地域における2023年12月～2024年11月迄の1年間の主な犯罪発生件数は次のとおりです（年間犯罪発生総件数は11,336件で、対前年同期比1.2%増）。

ア 殺人	16件
イ 傷害	1,423件
ウ 強盗	99件
エ 窃盗・空き巣	1,918件
オ 性的虐待	216件

(2) 邦人の犯罪被害事案

ア アッシュバートンのキャンプ場に駐車していた車から、旅券が入ったバックを盗まれた。

イ クライストチャーチ市内でジョギング中にアジア人を狙ったと思われるヘイトクライム事件に遭い暴言、傷害を受けた。

ウ カンタベリー補習授業校近くの路上で邦人の車が車上狙いに遭った。

3 防犯のための具体的な注意事項

(1) 住居

ア 物件選択

(ア) 先ず物件を選択する際、夜間を含め、周辺住民の生活環境をよく観察することが重要。

(イ) 空き巣、窃盗事件などが発生しているので、物件見分時には戸締まりや施錠を確実にできるか、また、警報装置の有無などを確認する。

(ウ) 車庫の各出入口ドアに鍵が掛かるかを確認する。

イ 家屋侵入対策

- (ア) 不審者が訪れた際には、玄関ドアを開けずにドア越しに用件を聞く。
- (イ) 来訪者の身分、用件などをよく確認し、見知らぬ者を家の中に入れてないようにする。
- (ウ) 建物内部にあるドアも鍵を掛け、侵入を試みる者の障害物を可能な限り多く設置する。
- (エ) 外部から建物内部を観察できないように、カーテンなどを利用する。
- (オ) 定期的に樹木の剪定を行い、泥棒に隠れ場所を与えない。
- (カ) 庭に梯子や踏み台など、屋内への侵入を容易にするものを放置しない。
- (キ) 侵入されてしまった場合には、決して抵抗したりせず、まずは自らの生命を守ることを第一に考え、可能であれば、家から脱出、安全な場所に避難し、警察へ通報する。
- (ク) 可能な場合は、犬を飼うことも家庭の安全を守る上で役立ち、防犯上の効果がある。
- (ケ) 家の裏庭にいる場合でも、玄関のドア、窓及び車庫などは必ず施錠する。
- (コ) 窓を開ける場合でも、窓が全開しないようなロックを取り付ける（侵入者に窓を開けて入るスペースを与えないようにする）。

(2) 外出時

ア 空き巣など侵入盗犯対策

- (ア) 入口ドア、窓を強化し、二重の施錠などで自宅の安全対策を補強しておく。
- (イ) 屋外灯はできる限り明るくし、視界を遮る庭の樹木は枝をはらい、家の中からの見通しを良くしておく（心理的な犯罪抑止に効果あり）。
- (ウ) 家を留守にしたり就寝したりする際には施錠を確認する（夜間外出の際は、家の内外の電灯を必要最小限つけっ放しにして、在宅しているかのようにみせることも一案）。
- (エ) 高価な宝石、貴重品、財布などは鍵の掛かる場所に保管する。
- (オ) 長期間、家を空ける場合には、親しい友人、知人、隣人などに家及び郵便受けを見てもらい、留守と思われないよう工夫する。
- (カ) 家の中に侵入者がいる場合、可能であれば脱出し、安全な場所へ避難するとともに、警察へ通報する（自らの生命の安全を第一に考え、侵入者を捕まえようとしない）。
- (キ) 警報装置を設置する。

イ 車上狙い対策

- (ア) 短時間の駐車であっても、ドアを施錠する。また、ハンドル・ロック・バーを取り付けることは効果的。
- (イ) 車から離れる際には、車外から見えるところに物を放置しない（持ち運びができない物がある場合には、トランク内などの人目に触れない場所に移しておく）。
- (ウ) 長時間の路上駐車を避け、極力車庫に入れる。

ウ 旅行時における盗難対策

- (ア) 安全性が高いホテルなどの宿泊施設を必ず利用する（特に、バック・パッカーなどが利用する安い宿泊施設の共同部屋で被害に遭うケースが多い）。
- (イ) 手荷物などの所持品はたえず自己の管理下に置いて、目を離さないようにする。
- (ウ) 貴重品や当座に必要な額以上の現金を持ち歩かないようにする（身につけて歩くか、ホテルなどに貴重品を預ける）。

4 交通事情と事故対策

(1) 一般的な交通事情

ア 車の通行

左側通行（日本と同じ）

イ 道路事情

自動車の保有台数は増加している。市街地は混雑している場合が多く、特に朝夕の通勤時間帯は顕著である。

ウ 運転マナー

運転マナーは悪くはないが、乱暴な運転が少なくないほか、方向指示機を使用せず右左折する車もしばしば見受けられるので、交差点では十分注意する必要がある。

エ 自転車

クライストチャーチでは自転車を利用する者が多い。自転車は、必ずヘルメットを着用し、通常自動車の運転ルールに準じて道路を走ることになっている。

また、自転車の夜間の無灯火や信号無視などが目立つ上、電動スクーターも多いので、自動車を運転する際には、自転車や電動スクーターに注意する。

オ 歩行者

市街地の交差点においては歩行者用の信号があり、歩行者が横断する際には歩行者用信号機のボタンを押して待つ方式になっている。

(2) 車を運転する際の注意事項

ア 道路走行中の注意事項

(ア) クライストチャーチ市内・郊外ともに、日本に比べ道幅が広く急なカーブなどが少ないので、スピードを出して走っている車が多い。

(イ) 郊外へドライブする際、羊の群が公道を塞ぐ場合がある。このような場合、警笛を鳴らしたり、エンジンの空ふかせをしたりして道を開けさせてはならない。

(ウ) 特に冬場に郊外で運転する際、朝夕は道路が凍結している場合があるので慎重に道路状況を見つつ運転する必要がある。日中でも、日陰などは凍結している場所がある。

(エ) 郊外では、日本で言う一般道路であっても制限速度が100キロの道路が多いが、減速を指示する看板がなく、制限速度内で曲がりきれないカーブが多数あるので注意を要する。

(オ) 市内の住宅地域では、ロータリー式の交差点が多い。この交差点では、自分の進行方向右側から来る車に優先権がある。

イ 道路標識

スピード制限、進行方向標識などは日本と同じであるが、日本にはない特殊な標識もある（例えば、「GIVE WAY」と書かれた道路標識など。「GIVE WAY」とは、相手の車に対して優先権を与えなければならないという意味）。

ウ シート・ベルトの着用とチャイルド・シートの設置義務

運転手を含む前部座席のみならず、後部座席の同乗者も全てシートベルトの着用が義務づけられており、違反者は処罰される（15歳未満の同乗者がシートベルトを着用していない場合には、運転手が処罰されるが、その他の場合は、シートベルトを着用していない本人が罰せられる）。また、乳幼児を同乗させる場合には、必ずチャイルド・シートを設置しなければならない。

(3) 交通事故

ア 市内・郊外共に交通事故が多発しているが、特に郊外では、車の速度が速いため大事故になりやすい。

イ 一般的に、踏切で、遮断機や警報機が設置されている場合には一旦停車の義務はない（但し、遮断機のない踏切では一旦停車が義務づけられている）が、そのような踏切で

も希に列車との衝突事故が発生しているので、注意を要する。

ウ 交通事故の原因

(ア) 交通量の増加、スピードの超過、乱暴運転、飲酒運転などの交通ルール違反のほか、運転技術の未熟さなど

(イ) 邦人旅行者の場合は、上記に加え道路事情への不慣れなど

5 テロ・誘拐対策

(1) テロ

テロは、いつ、どこで発生するか予測することは困難です。そのため、どのような行動をすべきか事前に知っておくことは、ご自身やご家族の生命を守るためにも非常に重要です。不測の事態に巻き込まれないよう次の対応を心掛けてください。

ア 最新情報の入手に努める。

イ 一般に以下の場所がテロの標的になりやすいことを十分認識する。

- ・モスク、教会などの宗教関係施設
- ・学校、図書館、市役所などの公共施設
- ・公共交通機関
- ・政府関連施設（特に軍、警察、治安関係施設）
- ・その他、観光施設、観光地周辺の道路、コンサートや記念日・祝祭日などのイベント会場、レストラン、ホテル、ショッピングモール、スーパーマーケット、ナイトクラブ、映画館など人が多く集まる施設

ウ 上記の場所を訪れる際には、常に周囲の状況に注意を払い、不審な人物や状況を察知したならば速やかにその場を離れる、あるいは、できるだけ滞在時間を短くするなど注意するとともに、その場の状況に応じ、安全確保に十分注意を払う。

エ 現地当局から指示があれば必ずそれに従う。特に銃撃、爆弾等の事案に遭遇してしまった場合には、警察官等の指示をよく聞く。具体的には以下のとおり冷静に行動する。

(ア) 頑丈なもの陰に隠れる。

(イ) 周囲を確認し、可能であれば、銃撃音等から離れるよう、低い姿勢を保ちつつ速やかに安全な場所に避難する。閉鎖空間の場合、出入口に殺到すると将棋倒しなどの二次被害に遭うこともあるので注意する。

(ウ) 爆弾テロの場合、1回目の爆発後、避難口に殺到すると、犯人はそこを狙って2回目の爆破を発生させる可能性もあるので注意する。

(2) 誘拐

ニュージーランド国内では、これまで日本人が誘拐の被害に遭ったケースは報告されていませんが、海外においては、一般的に次のような問題意識、危機意識を持つておくことが必要です。

ア 特に以下の点に関心を持ちつつ、テレビや新聞、警察統計、渡航情報等に注意を払う。

- ・最新の治安情勢はどうなっているか。
- ・周囲で誘拐事件は発生していないか。
- ・日本人に対する脅威は高まっていないか。

イ 出勤時、退社時、帰宅時に周囲の状況に注意する。

ウ 家族等に退社時間、帰宅時間、外出時の行き先、期間等を知らせる。

エ 脅迫、不審電話、声かけ、尾行、監視等の「不審な兆候」があれば、不審者の人相や特徴、車種やナンバー等を記憶（記録）して警察に通報する。

- オ 見知らぬ人を不用意に自宅や事務所に入れない。
- カ 走行中、前を走る車が理由もなく突然減速し停車する場合、また、不審者（車）が近づいてきた場合、不用意に停車したり、窓を開けたりせず、安全を確認しつつ、その車を追い抜くか又は引き返す。
- キ 在宅中や車両乗車中でもドアの施錠を習慣付ける。
- ク 自宅や事務所、車に警報装置を備える。
- ケ 不幸にして誘拐事件の当事者になった場合、犯人を挑発したり刺激したりする言動は避ける。また、家族等が誘拐されたことを認知した場合、速やかに警察及び領事事務所に通報する。

6 緊急連絡先

日常から仲の良い知人、隣人などと緊急連絡体制をつくっておくことが必要です。公的機関の緊急連絡先は以下のとおりです。

(1) 警察、救急車、消防

緊急時及び事件の場合の電話番号： 1 1 1
事件発生後の通報： 1 0 5

(2) 救急医療、救急薬局

24 hour Surgery Pegasus Health（電話：03-365-7777）
401 Madras Street, Christchurch
（診察時間：毎日 24時間）

(3) 在クライストチャーチ領事事務所

Consular Office of Japan（電話：03-366-5680）
172 Hereford Street, Christchurch
（開館時間：月～金曜日 午前9時～午後12時半／午後1時半～午後5時）
（領事事務関係窓口時間 午前9時15分～12時15分／午後1時30分～4時）

(4) NZ政府機関 / 市庁舎など

緊急時には本部機能が一時的に移転している場合もあるので、場所については電話でご確認ください。

Christchurch Police Station（警察）（電話：105）
40 Lichfield Street, Christchurch
Christchurch City Council（市役所）（電話：03-941-8999）
53 Hereford Street, Christchurch
NZ Immigration Service（滞在許可）（電話：0508-558-855）

NZ Customs Department（税関）（電話：0800-428-786）
Ministry for Primary Industries Border Clearance Office（電話：0800-22-20-18）
30 Durey Rd, Christchurch Airport, Christchurch

Ⅲ 在留邦人用緊急事態対処マニュアル

1 平素の準備と心構え

地震、津波、山火事などの大規模災害を含む緊急事態は、思いがけない時と場所で発生するものです。緊急事態発生時には、現地当局の指示に従うとともに、各自の自助努力はもとより相互支援も必要です。また、緊急事態が発生した場合、どのように行動するかを具体的に考えておくことも重要です。

緊急事態の発生に備え、平素の準備について、以下のとおりまとめました。邦人の皆様におかれては、万一、緊急事態が発生した際、落ち着いて行動ができるよう、参考にしていただければ幸いです。

(1) 在留届及びたびレジ

当地に3か月以上滞在する邦人の皆様は、当事務所に在留届の提出が義務付けられています。既に提出された方には、緊急事態発生時、スムーズに安否確認を行えるよう、提出済みの在留届の現住所や携帯電話番号及び電子メールなどの届出内容を今一度確認の上、もし、変更が生じている場合には、遅滞なく変更届けを行ってください。

(在留届の変更届)

<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/residencereport/login>

3か月以内の滞在の方は、たびレジに登録していただければ、旅行期間中緊急事態発生など安全に関わる情報をメールにより入手することができます。なお、日本のご家族などにも、自らの滞在先（連絡先）を常に伝えておいて下さい。

(たびレジの登録)

<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/>

緊急事態発生時、当事務所からの安否確認や情報提供などの連絡は、基本的に在留届やたびレジに登録された電子メールにより行いますので、平素から、当事務所、大使館、外務省などから発出される領事メールが確実に届いているかを確認願います。

(2) 連絡体制の整備及び日頃の所在地の確認

緊急事態に備えて、企業内及び所属団体での緊急連絡網を作成し、緊急時の連絡方法を予め確認しておいてください。年に1回は各々の緊急連絡網が機能するかを確認するための訓練を行うことが望まれます。

また、家族や雇用主等には日頃から所在地を明確にしておくことが大切です。

(3) 一時避難場所の確認

緊急事態発生時、自宅などが危険と判断される場合を想定し、具体的にどこに避難するかを常日頃から家族や友人などとよく話し合っておき、その場所を予め決めておくことが重要です。特に、自分がどこにいるか（勤務先、学校、通勤・通学途中、自宅など）、どのような事態に巻き込まれているかなど、いくつかのケースを予め想定して、各々のケースに応じた一時避難場所を検討しておくことも必要です。

(4) 緊急時における情報入手方法の確認

緊急事態発生に際して自らの安全を確保するためには、直ちに被害状況を把握するため、正確な情報を入手することが不可欠です。特に、地震などの自然災害では、停電や電話・ネット回線の遮断なども十分に想定されますので、平時から以下の方法によって情報収集をできるかどうかを確認しておくことも重要です。

ア 緊急事態情報、地方自治体等が発出する情報・対策の入手

各種情報は、マスメディアによる報道によって各自で入手していただくのが最も効率的ですが、皆様の自宅地域の地方自治体による緊急事態情報や対策についても日頃から

確認しておく必要があります。カンタベリー地域の緊急事態については、カンタベリー CDEMのウェブサイト<http://www.cdemcanterbury.govt.nz>にまとめて掲載されますので、同サイトを参照してください。

イ 現地ラジオ放送やNHK国際放送（ラジオジャパン）の電波受信

平時から電池仕様のラジオ機器を予備の電池と共に常備しておき、各種放送の電波受信ができるかどうかを確認しておいてください。因みに、現地ラジオ及びNHKワールド・ラジオ日本の周波数は以下のとおりです。

(ア) 現地ラジオ

- Radio New Zealand National (RNZ)

クライストチャーチ：AM675KHz FM101.7MHz

アシュバートン：FM101.3MHz、ティマル：AM918KHz FM101.1MHz

- Plains FM96.9 (プレインズFM) : FM 96.9MHz

(日本語放送) 「Japanese Downunder」：毎月最終木曜日20:30～21:00

(イ) NHKワールド ラジオ日本（短波）

(日本語放送) 2000-2100 UTC : 12040 kHz

(英語放送) 1400-1425 UTC (月～金) 1400-1430 UTC (土、日) 11815 kHz

同ラジオ放送の最近の周波数上記のとおりですが、半年ごとに周波数に変更されますので注意が必要です。

2 緊急時の行動

(1) 自らの安全確保と情勢の把握

ア 緊急事態発生に際しては、全ての情報が遮断された場合でも、各自落ち着いた行動をとってください。

イ ご自身の安全確保を最優先に考え、安全な場所に避難してください。各自が周囲の被害状況を的確に把握するとともに、TV及びラジオなどの各種メディアやインターネット情報（カンタベリー地方Civil Defence Emergency Management (CDEM) : <http://www.cdemcanterbury.govt.nz>）あるいは付近の地方自治体や住民などからの正確な情報の収集に努め、決して危険な場所には近づかないようにしてください。

ウ 仮に家族や友人などの安否が心配される場合であっても、そのために自らを危険に晒すことは二次災害の原因にもなりかねません。その場合はできる限り警察、消防、地方自治体に支援を求めるなどして、絶対に無理をしないでください。

(2) 被災情報の通報、及び日本国内の家族などへの連絡

ご自身やご家族が被害に遭われた場合、速やかに111に通報するとともに、以下に記載した当事務所にご連絡ください。お知り合いの邦人が人命に関わる被害に遭われたとの情報に接した場合にも、当事務所までご連絡いただけますようお願いいたします。

- 在クライストチャーチ領事事務所：03-366-5680

※当事務所の電話が繋がらない場合には、以下の連絡先にご連絡願います。

- 在ニュージーランド日本国大使館（ウエリントン）：04-473-1540

- 在オークランド日本国総領事館：09-303-4106

(3) 安否確認

ア ご自身やご家族の安全を確保した後は、所属する会社や団体の緊急連絡網などをもとに連絡をとり、安否を迅速に確認するようお願いいたします。

イ 在留邦人団体におかれましては、被害がないことが判明した場合も含め安否確認の結

果を当事務所に御一報いただけますようお願いいたします。

(4) 日本国内の家族などへの連絡

日本国内の家族など関係者へも可能な限り速やかに連絡してください。

当事務所にも日本国内の家族など関係者から安否確認の照会が多数寄せられます。当事務所から発出する安否確認メール等への回答にもご協力をお願いいたします。

3 緊急事態に備えてのチェックリスト

緊急事態に際して必要なものは、以下が想定されますので、平時から準備しておいてください。

(1) 旅券の確認・身分証明書の携行

旅券は常に残存有効期間を確認するとともに、最終頁の「所持人記載欄」に必要事項を必ず記入しておいてください。また、新生児などで旅券を所持していない場合には、戸籍などの関係書類を入手次第、旅券を取得しておくことをお勧めします。その他、運転免許証などの身分証明書を常に携行するか、すぐに持ち出せるようにしておくことも重要です。

(2) 現金、貴重品、預金通帳などの有価証券やクレジットカードの保管

これらの貴重品類は旅券と同様にすぐに持ち出せるよう保管しておいてください。なお、現金は少なくとも家族全員が10日間程度生活できる程度の食料や最低限の生活物資を購入できるだけの金額を用意しておくことが推奨されています。

(3) 自家用車の整備

自家用車を所有している場合は、常に整備するとともに、燃料はタンクの半分になれば給油するなどして常に十分に確保しておいてください。車内には、懐中電灯、地図、ティッシュペーパーなどを常備しておくと便利です。また、自家用車を所有していない場合には、自家用車を所有している隣人と日頃から懇意に接し、必要な時には同乗させてもらえるよう平時から依頼しておくことをお勧めします。

(4) 避難袋（緊急時用品）の準備

平時から緊急時に必要な用品が入った避難袋を準備し、必要な時にすぐに持ち出せるようにしておいてください。特に、水の保存方法や緊急時用品の詳細については、<http://getready.govt.nz/prepared/household/supplies/> もご参照ください

ア 衣類・着替え類（含：防水・防寒着、履物（行動に便利で靴底の厚い頑丈なもの）、洗面道具（タオル、歯磨きセット、石けんなど））

イ 寝具（寝袋・テントなど）

ウ 飲料水（1日一人当たり3リットル×少なくとも3日以上分）と非常用備蓄食料（米、調味料、缶詰類、インスタント食品、粉ミルクなどの保存食料を家族全員が少なくとも3日～10日間程度生活できる程度の量。なお、停電に備えてカセット・コンロを用意しておくとう便利です）

エ 医薬品類（家庭用常備薬の他、常用薬、外傷薬、消毒用石けん、衛生綿、包帯、生理用品など）

オ その他緊急用品（電池仕様の携帯ラジオ、懐中電灯、予備電池、携帯電話用ポータブル充電器、ライター、ナイフ、缶切り、栓抜き、紙製の食器、割り箸、簡単な炊事用具、ヘルメット・防災頭巾（代替品として椅子用クッションでも可）、トイレット・ペーパー、大きめの蓋付きバケツ2個（緊急トイレ（大・小）用）、ダスト・マスクと作業用手袋（軍手）など）

4 各種災害やテロに対する具体的心構え及び各種災害関連リンク

(1) 地震に対する心構え

地震は何時起きるかわかりません。もしもの時のことを想定し、日頃から以下のことを実行するようにしてください。

ア 地震が発生した場合の行動

- ・揺れが始まったら即座に机やテーブルの下に身をかくす（その時、机やテーブルの脚をしっかり掴んでおく）。
- ・あわてて外へ飛び出さない。
- ・野外で大きな揺れを感じた際、建物の近くにいる場合は看板の落下、ビルの窓から割れたガラスの落下など、頭上にも注意する。
- ・車で走行中の場合は、運転席から見える周りの状況の変化に注意し、ブレーキがききにくくなったり、ハンドル操作が思うようにできなくなったりしたら、直ぐに車を道路脇に寄せ停車する（この場合、できる限り橋の上や下、ビル前・電線の近くに車を停車させることを避ける）。
- ・常日頃から避難方法・場所や医療機関などを確認しておく。また、携帯ラジオ、懐中電灯などの防災用品を普段から用意し点検しておく。

イ 地震の揺れがおさまってから

- ・テレビやラジオで地震や津波の情報を入手する（災害時は、未確認情報がデマとなり混乱を招く場合があるので、正しい情報を入手して行動するようにする）。
- ・割れたガラスの破片などから足を守るため、素早く靴を履き安全な場所に避難する。
- ・火の元など危険な箇所を点検する。もし出火した場合には、小規模な出火はやけどをしないよう注意しつつ消火器などで消火し、消火不可能な場合には素早くその場から避難し、消防当局に通報する。
- ・けが人がいないかを確認する。けが人がいて、医師などの専門家による手当が必要な場合、可能であれば、自家用車などで病院へ搬送するか、救急車の派遣を要請する。自家用車がない、又は電話が通じない場合には大声を出して隣人に救援を求める。
- ・自宅などの建物にひび割れ、損傷がないかを確認する。特に損傷がある煙突や壁には十分注意する。冬場の寒い時期には煙突にひび割れ、損傷がないかを確認した上で、暖炉を使用する。
- ・建物に損傷がある場合には、電気・水道・ガスの元栓を閉める。電気会社が点検に来るまで、電気・ガスを絶対に使用しない。
- ・下水管に損傷がないことが確認されるまで、トイレの水を流さない。用を足す際は、バケツや庭に掘った穴を利用する。
- ・長期間断水する場合には、トイレの貯水タンクの水を使用する（緊急時のことを考え日頃から洗剤などの薬品をなるべく使用しないようにする）。
- ・垂れ下がった電線に触ったり、近づいたりしない。
- ・緊急時は混雑を避けるため、電話の使用を必要最低限にする。
- ・クローゼット、戸棚から物が落下してこないことを確認し、扉を開ける。
- ・1人暮らしの近隣住人の無事を確認する。
- ・車で避難することは、渋滞にあたり救援活動や避難の妨げとなったりするおそれがあるので、持ち物を最小限にして、できる限り自転車又は徒歩で避難する。

- ・大地震のあと、余震がしばらく続く場合があるので注意する。

(2) 津波に対する心構え

津波は地震発生に伴い、突発的に襲ってきます。そのため、どのような行動をすべきか事前に知っておくことは、ご自分やご家族の生命を守るために非常に重要です。津波についての知識を深め備えてください。

- ・津波は、風波と違い波長（波の奥行き）が極めて長く、予報される津波の高さが低くても大きな被害をもたらすので油断せず、津波の予報があった際には直ちに避難する。到達地点の地形などによっては予報の数倍の高さになることがある。
- ・海岸や河口近くなどに様子を見に行かない。
- ・津波の前兆の一つである「引き波」が起きたら（海岸の海水が一斉に引いたら）、その後、津波が襲ってくると考え、直ちに高台などの安全な場所に避難する。
- ・海岸や河口付近にいて、強い地震を感じたときや弱い地震であっても長い時間ゆっくりとした揺れを感じたときは、直ちに高台などの安全な場所に避難する。
- ・ラジオ、テレビなどで正しい情報を入手し、冷静に行動する。
- ・地震を感じなくても、津波警報が発表された際は、直ちに海浜から離れ、高台などの安全な場所に避難する。
- ・津波は繰り返し襲ってくるので津波警報が解除されるまで気を緩めず、海岸などには絶対に近づかないようにする。
- ・海辺に滞在する際は、万一の場合に備えて、高い所に避難場所を探しておくことも必要。

(3) 山火事に対する心構え

山火事は、夏季に雨が少なく乾燥した天候が長く続いている際に発生しやすく、一旦発生すると気象状況により一気に火の手が広がる場合がありますので、いつでも避難できるようにしておくことが重要です。

- ・天候、風向きなどに注意し、山火事の最新情報を入手する。
- ・真夜中でも警察などより避難指示が出るため、持ち出す荷物（最低数日分）を準備しておく。
- ・避難所の情報を事前に確認しておく。
- ・自宅が焼失することも考え、貴重品は持ち出せるようまとめておく。
- ・停電になることがあるので、懐中電灯、携帯ラジオ、電池などを日頃から点検しておく。
- ・車で避難する場合は、近隣住民が一斉に避難するため、道路が封鎖、渋滞することがあるので、避難ルートを事前に確認しておく。

(4) 各種災害関連リンク

- ・Civil Defence Emergency Management (CDEM) : 災害対応等の危機管理組織
<https://www.civildefence.govt.nz/>
- ・カンタベリー地方CDEM
<https://www.cdemcanterbury.govt.nz/>
- ・地質災害情報サイト
<https://www.geonet.org.nz/>
- ・アメリカ政府 津波警報システム
<https://www.tsunami.gov/>