

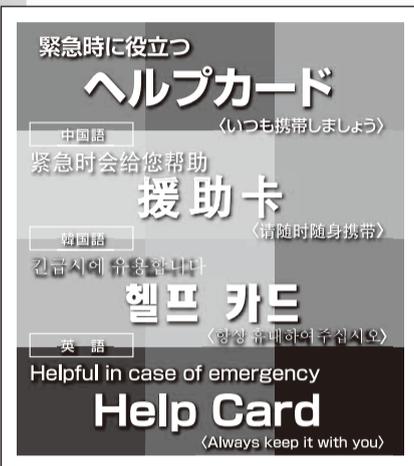
# 災害時に役立つヘルプカード(東京都生活文化局)

外国人観光客が、災害や急病・けが等に見舞われた際に、情報の入手方法や日本人に支援を求める際の会話集などがイラスト入りで分かりやすくまとめられている携帯サイズのカードです。店舗等でお配りすることでサービス向上が見込まれます。

以下のURLより言語別に入手可能です。  
(英語、中国語、韓国語、タガログ語、  
タイ語、タイ語、ネパール語、フランス語、  
ミャンマー語、スペイン語、ポルトガル語)

### 参考 WEB

外国人向け防災情報  
ヘルプカード



**119**

■火事・病急・けがは救急車・消防車  
24H受付・無料・英語対応

■遭遇火災・疾病・傷時時連絡救护车・消防車  
24小时受理・免费・英文服务

■ 화재・질병·부상 응급차·소방차  
24시간 접수·무료·영어 대응

■In the Event of Fire, Illness or Injury,  
Call the Ambulance/Fire Service  
Toll free.  
English speaking operator  
available 24/7

■事件・事故は警察  
24H受付・無料・複数言語対応可

■遭遇事件・事故時時連絡警務方  
24小时受理・免费・紧急联系方式  
多种语言接待

■ 사건·사고는 경찰  
24시간 접수·무료·다국어 대응

■In the Event of a Crime or Accident,  
Call the Police  
Toll free.  
Multilingual operators available 24/7

**110**

■地震が起きたとき ■发生地震时  
■ 지진이 발생한 때 ■In the Event of an Earthquake

① 흔들림을 느낀 경우 (0~2분)  
→책상 아래 등에 숨어서 머리를 보호한다. 기구·유리로부터 떨어진다.

② 흔들림이 진정되면 (2분~)  
→신발이나 슬리퍼를 신는다. 환경을 일어서 출구를 확보한다. 지체 정보를 얻는다. 가족의 안전 확인 (전원 다이얼의 활용)

③ In the event of a large quake (first 2 min)  
→Hide under a table, etc., and protect your head. Stay away from other furniture and glass.

④ After the quake has subsided (after first 2 min)  
→Put on shoes or other footwear. Make sure front door is safe to use to escape. Obtain relevant disaster information. →Confirm wellbeing of family members (use "Disaster Emergency Message Dial")

■災害用伝言ダイヤル  
■何为“灾时留言热线”  
■재해용 전언 다이얼이란  
■Disaster Emergency Message Dial

災害発生により被災地への通信が繋がりにくい状況になった場合に提供を開始する伝言板。  
电话留言板。灾害发生时与受灾地区的通讯产生不畅时启用。  
재해 발생에 의해 피해지역의 통신이 어려워진 상황으로 된 경우에 재공을 개시하는 전언판.  
This is a voice message board service provided in the event that a disaster has struck and regular communications are disrupted.

171  
http://www.tca.or.jp/information/disaster.html

■風水害が起きたとき ■风灾水害发生时  
■In the Event of Windstorms or Floods

①最新情報を入手する。②早めに避難する。

① 可随时收集到最新信息 ② 及早避难

東京都防災ホームページ 日本語 日文 http://www.bousai.metro.tokyo.jp/bousai/  
東京都防災主页 日本語 Japanese 1000026/1005953.html  
도쿄도 방재 홈페이지 英語 英文 http://www.bousai.metro.tokyo.jp/foreign/  
Tokyo Metropolitan Government 英語 English english/bousai/2000009/2002368.html

■危険を知らせる日本語を覚えよう! ■掌握告知危险状况的日语表达!  
■ 위험을 알려주는 일본어를 익히자! ■ Learn Some Important Japanese Phrases

逃げて! NIGETE! 危険! 危ない! ABUNAI! 避難して KUDASAI!  
Get away from here! Watch out! It's dangerous! Please evacuate (from here).

171  
録音方法 再生方法  
Record Playback

録音(30秒) 再生(提供期間終了まで)  
Record (30sec) Playback (Until the end of the offer period.)

\*図は日・英・中・韓版のもの。プリントアウト後に切って折りたたむと名刺サイズになります。

## お役立ちリンク集(災害時用)

### 台東区防災アプリ【4か国語対応】

一時滞在施設等の開設情報を入手でき、オフライン時でも現在地を表示し、目的地までの移動を補助します。また、台東区が発行している「帰宅困難者防災ガイド」等が確認できます。



[Android]



[iPhone]

### 観光庁災害時情報提供アプリ「Safety tips」【11か国語対応】

訪日外国人等へ向けて災害関連情報を発信しています。



[Android]



[iPhone]

### JNTO グローバルサイト【英語対応】

JNTO グローバルサイト  
日本政府観光局(JNTO)グローバルウェブサイトの Important Notice において災害時には関連リンクが設置されます。



### NHK ワールド JAPAN【英語対応】

NHK ワールド JAPAN  
地震や台風等、大規模災害時に英語による情報源として活用できます。



### 気象庁【11か国語対応】

気象庁 英語版  
気象庁が発表している気象・地震・津波・火山に関する情報を11か国で閲覧できます。



### 訪日外国人対応可能な医療機関リスト【5か国語対応】

jnto 医療機関  
外国語で診療対応ができる医療機関を、診療科や対応言語などで検索できます。



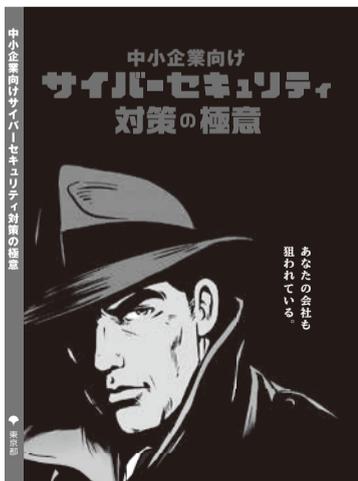
### JNTO(Japan Safe Travel) twitter【英語・中国語対応】

アカウント @JapanSafeTravel  
災害発生時に外国人旅行者が必要とする情報を発信します。

### 首相官邸(災害・危機管理情報) twitter【日本語のみ対応】

アカウント @Kantei\_Saigai  
首相官邸から災害・危機管理関連の政府活動情報が twitter で発信されています。

## 中小企業のサイバーセキュリティ対策



前々回のロンドン大会、また前回のリオ大会は、開催前後に様々なサイバーセキュリティインシデントが確認されました。東京2020大会においても、大会運営や開催都市に被害・影響を及ぼすことを目的としたDDoS攻撃や標的型攻撃等が急激に増加する可能性があります。

台東区は平成31年1月、東京商工会議所台東支部、区内4警察署とサイバーセキュリティに関する協定を締結し、相互に連携して、サイバーセキュリティに関する広報啓発活動等を実施していますが、今回は中小企業が行うべきサイバーセキュリティ対策が学べるガイドブックをご紹介します。

### 参考 WEB

### 中小企業向けサイバーセキュリティ対策の極意(東京都産業労働局)

サイバーセキュリティ対策の極意

様々な攻撃パターンや事故発生時の適切な初動等をまとめたガイドブックがダウンロードできます。



### ご相談窓口

### 情報セキュリティ安心相談窓口(IPA)

ウイルスおよび不正アクセスの技術的な相談に対してアドバイスが受けられる窓口。

03-5978-7509

受付時間: 10:00-12:00 13:30-17:00 (土日祝日・年末年始を除く)

### 警視庁サイバー犯罪対策課

専門の警察官が、サイバー犯罪に関わる相談や情報提供を電話で受け付けます。

03-3431-8109

受付時間: 8:30-17:15 (土日祝日・年末年始を除く)