

(ポイント)

● 4月25日に実施した緊急事態発生時の安否確認メール訓練にご参加いただき、ありがとうございました。

在ネパール大使館の注意喚起（安全情報20-37）

緊急事態発生時の安否確認メール訓練への参加に対するお礼

1 4月25日に実施した、緊急事態発生時の安否確認メール訓練にご参加いただき、ありがとうございました。多くの方からメールを頂くことが出来、皆様の日頃からの危機管理意識の高さを実感し、大変有益な訓練となりました。実際に緊急事態が発生した際にも当館から安否確認のためのメールを发出させていただくところ、何卒ご協力のほどよろしくお願い致します。

2 地震、台風等の自然災害やテロはいつ何時発生するか分かりません。その為、日頃から有事の事態に備えておくことが重要です。皆様におかれましては、既に新型コロナウイルスの影響で生活に多大な支障をきたされていることと存じますが、引き続き緊急事態発生時に備えていただければと思います。

3 皆様から頂いたコメントの中から、ネパール大地震時の体験談及び日頃から心掛けていることについて以下のとおり、一部抜粋させていただきます。今後の有事の際の対策のために有益と思われるので、是非ご一読願います。

(1) ネパール大地震時の体験談

- ・ 途上国の建物は脆弱な為、少しの余震でも崩壊の可能性が大きく、屋外に出る必要がありました。余震が続く1間程は安心の為、屋外の駐車場に寝ていました。パスポート、現金、クレジットカード、コンピューター、スマホ、充電器、タオル、スナック菓子、水、薄手上着などの荷物を1つのリュックと1つのポシェットにまとめおき、身軽にいつでも持ち出せるようにしていました。
- ・ 地震の時には家族全員カトマンズにいました。娘は補習校で勉強中、私と息子、その他ネパール人家族は家にいましたが補習校から遠かったため、迎えに行くのに手間取りました。
- ・ 地震発生時も滞在していましたが、3日間ほど電気がなく、シャワーも浴びることができず、大変でした。買い占めなどの様子が見られなかった分、日本よりも安心して過ごせました。
- ・ 2015年の地震の時も、プルチョークにいましたが、頑丈な家に住んでいましたので、倒壊の心配はありませんでした。困ったのは、水でしょうか？以後いつも、水はためておくことにしています。
- ・ 地震のときはチトワンにいました。賃貸で住んでいる部屋など特に被害はありません

んでした。近所のネパール人の方々がひどくおびえていたのをよく覚えています。地震対策として、緊急持ち出し袋を準備しています（3日分の食料や水、救急キットなど）。そして避難場所を近くの学校のグラウンドと決めています。

（2）日頃から実践していること・心掛けていること

- ・ 緊急時の家族の集合場所を決めています。
- ・ すぐ避難出来るように動ける服装で寝ています。
- ・ 自宅の避難経路の確認。
- ・ 非常持ち出し袋を用意しています。
- ・ 一階建ての家に住むようにしています。
- ・ 避難バッグを用意しています。
- ・ 飲料水、非常食の備蓄、避難バッグを用意しています。
- ・ 防災グッズを用意してあります。キャンプ用のガス、お米、水、インスタント食品、ビスケット、ブランケット等々。
- ・ 食料品、水の数日程度分備蓄を実施しています。
- ・ 多少の食料、水などの備蓄に心がけていますし、情報取得のため大家さんを始め近所の人と連絡を取るようになっています。
- ・ 対策として特別な事は出来ていないのですが、地震時は近隣住民の方と共にテントで避難生活をする事もあり、支援等協力してする事もあったので、そのことの為だけではありませんが、普段から近隣の方とのコミュニケーションは取るように心掛けています。
- ・ 地震が起こった時は、玄関ドアを少し開けます。枠がゆがみ、ドアが開けられなくなることを防ぐためです。
- ・ 食料・燃料のストックを心掛けています。
- ・ 平時の対策として、水、ガス、食料品等の生活必需品の備蓄、懐中電灯やヘルメット等の防災グッズの常備を行っています。
- ・ ネパールでは万が一の災害に備えて、子どもらの通うブリティッシュスクール近くに住居を構え、何かあった時に夫が迅速に子どもらを迎えに行ける体制をとっています。また家に水と食料1週間分の備蓄をしています。
- ・ 飲料水、備蓄食料1週間分、安否を伝える友人を決める、持ち出す荷物を出口近くに置く、をしています。
- ・ 在ネパール日本大使館 発行の「しおり」掲載の緊急時連絡先一覧のコピーを常時携帯し、避難袋の常備携帯ラジオを購入しました。
- ・ 火の元を止め、机の下にもぐるなどして初期対応しています。常に2週間以上の食料、飲料水を備蓄しています。
- ・ 食料のストックや高さの高い家具を置かないなどの準備をしています。
- ・ 地震の時はたまたま日本に一時帰国中でした。普段から緊急持ち出しのものを小さなスーツケースひとつにまとめて置いてあります。

・水，ガス，日持ちする食品は多めに備蓄しています。インバーター，ろうそく，自転車等，当時役立ったもの自宅は置いています。

※ この情報は，お知り合いや旅行者等にもお知らせください。

※ 在留邦人で在留届を提出されていない方がおられましたら，大使館へ在留届を提出するようおすすめ願います。

オンライン在留届HP：<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/RRnet/index.html>

※ 近く帰国・離任を予定されている方，または既に帰国されている方は速やかに大使館までご連絡下さい。

※ このメールは，在留届にて届けられたメールアドレス及びたびレジに登録されたメールアドレスに自動的に配信されております。自動配信を希望されない方は，帰国届を提出していただくか，たびレジへの登録をご自身で停止していただく必要があります。

「たびレジ」簡易登録をされた方でメールの配信を停止されたい方は，以下のURLから停止手続きをお願いいたします。

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

大使館代表電話 4426680

※ 閉館時(休館日や夜間など)には，上記電話から緊急電話対応者に転送されます。