

【やさしい日本語】

6月1日号 2-3ページ

◎自転車に乗る ときの きまり

Q 自転車は歩道を走ることができますか。

A いいえ、車道の左端を走ってください。
歩道は、歩く人や走る人のための道です。

*このようなときは、自転車に乗っている人も歩道を走ることができます。

- ① 右のサインがあるとき
- ② あなたが12歳までの子どもや70歳以上の
お年寄り のとき
- ③ 体にしょうがいがあるため、車道を走ることが
むずかしい とき



Q 道路にあるこの青いマークは何ですか。

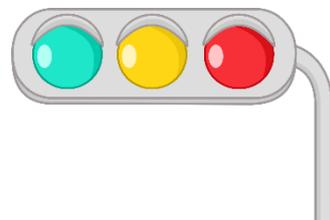


A これは「矢羽根マーク」です。
矢羽根マークがあるときは、右の写真のように、自転車は矢羽根マークの上を走ってください。



Q 信号はどのように見ればよいですか。

A 自転車に乗っているときは、自動車の信号を見てください。



*自転車を降りて押しているときは、歩行者の信号を見てください。



◎水害のときに準備すること



○6月 から 10月 まで は、大雨 や 台風 が 多い ので、洪水 や 土砂くずれ が よく 起こります。

○危ない と 感じた ときは、早めに 行動 してください。

○危険 の レベル は 5つ あります。

レベル	どれくらい 危険 か	どうすれば よいか
1	これから 気象 状況 が 悪くなる かも しれません。	・テレビ や インターネット で 天気 予報 を 見て ください。
2	気象 状況 が 悪く なって います。	・逃げる 場所 と 道 を 調べて ください。 ・スマートフォン の 充電 を 十分に して ください。
3	川 の 水 が 急に 増えまし た。災害 が 起こる かも しれ ません。	・逃げる ために 時間 が かかる 人は、逃げて ください。 ・その他 の 人は、逃げる 準備 を 始めて くだ さい。
4	災害 が 起こりそう です。	・みんな すぐに 逃げて ください。
5	災害 が 起こりました。 または これから すぐに 起こります。	・命 を 守る 行動 を してください。 ・逃げる ことができない 人 は、建物 の 中 の 高い ところ に いて ください。

○盛岡市 防災 マップ<<ハザードマップ>>で 家 や 学校 の ある ところ について 調べる ことが できます。



○正しい 情報 を 手に入れる 方法

テレビ (NHK) のデータ放送	NHK を 見ている ときに、リモコンの dボタン を 押すと、 いろいろな 情報を 調べる ことが できます。
Yahoo! 防災速報アプリ	大雨 の 予報 や、今 いる ところ がどれくらい 危ない か、 調べる ことが できます。
*盛岡市 の ホームページ や Twitter でも、情報 を お知らせ します。	



◎Traffic rules for bicycles

Q Can a bicycle run on the sidewalk?

A Not under normal circumstance. Bicycles should run on the left edge of the roadway. The sidewalk is for pedestrians and joggers.

*Exception

In the case of 1 to 3, the person riding the bicycle can run on the sidewalk.

*Bicycles can run on sidewalk when:

- 1) There is a traffic sign (as shown on the right) on the side of the road.
- 2) Children younger than 13 years old, and those who are 70 years or older.
- 3) People who have physical disability and difficulty to ride a bicycle on the roadway.



Q What is this blue mark on the road?



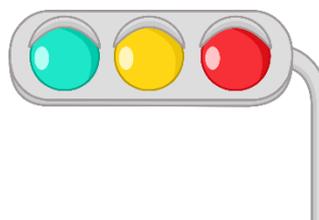
A It's a "Yabane Mark."

Yabane means arrow mark in English. These are the signs of bicycle lanes. Like the boy on the right, bicycles should be ridden through this part of the road.



Q Which traffic lights should I see when riding on a bicycle?

A When you are riding on a bicycle, look at the traffic lights for vehicles.



When you aren't riding on a bicycle (When you're pushing a bicycle and walking), look at the traffic lights for pedestrians.



◎Be aware of flood/sediment disaster



- From June to October, there are many heavy rains and typhoons, which sometimes cause floods and landslides.
- If you feel any danger, please act as soon as possible.
- There are five warning levels:

Level	Situation	What to do
1	The weather conditions may get worse.	<ul style="list-style-type: none"> • Watch the information carefully on TV and the Internet.
2	The weather conditions are getting worse.	<ul style="list-style-type: none"> • Make your evacuation plan - the place and the way to escape. • Fully charge your smartphone.
3	The water in the river has suddenly increased. A disaster may occur.	<ul style="list-style-type: none"> • Those who may require longer to evacuate, start evacuating. • For others, prepare to evacuate.
4	A disaster will occur soon.	<ul style="list-style-type: none"> • Everybody evacuates.
5	A disaster has been occurring or is about to occur.	<ul style="list-style-type: none"> • Secure safety immediately. • If you cannot evacuate, stay in a high place in the building.

- Please refer to Morioka Hazard Map to check for hazards that may occur where your home, work place, and school stand.



- How to get the reliable information

TV (NHK) data information	If you press the “d” button on the remote controller while watching NHK, you can check various information.
Yahoo! disaster prevention bulletin app	You can see the heavy rain forecast and find out if you are in danger.
	
*Morioka City homepage and Twitter also provide disaster information.	

◎自行车的交通规则

Q 自行车可以在人行道上行驶吗？

A 否。自行车应在车道的左边缘跑。
人行道是走路和跑步的人的道路。

*例外

在以下 1 到 3 的情况下，骑自行车的人可以在人行道上行驶。

- 1) 有行驶右边的交通标志的时候
- 2) 如果您不到 13 岁，或者 70 岁或以上时
- 3) 如果您有身体残疾，并且很难在车道上骑自行车时



Q 这条路上的蓝色标记是什么？



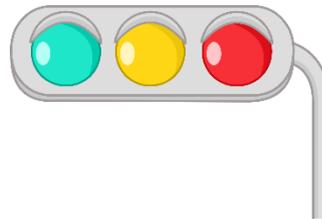
A 这是“箭翼标记”。

如有该标记时，正如右图的男生，
自行车应该在该标记上行驶。



Q 骑自行车时我应该看到哪些交通信号灯？

A 当您骑自行车时，请确认车辆的交通信号灯。



当您不骑自行车时（当您推动自行车和行走时），
请确认行人的交通信号灯。



◎以防万一，做好水灾的准备

○从六月到十月，有许多大雨和台风，有时会导致洪水和滑坡。

○如果您感到任何危险，请尽快采取行动。

○危险的级别可以分为以下五个等级。



警戒等级	危险程度	该怎么办
1	天气状况也许会恶化。	<ul style="list-style-type: none"> 获取电视或互联网上的信息。
2	天气情况恶化。	<ul style="list-style-type: none"> 查询避难地点及到避难地点的路线。 充分充电您的智能手机。
3	<ul style="list-style-type: none"> 河中的水激增了。 也许会发生灾难。 	<ul style="list-style-type: none"> 避难时需要时间的人开始避难。 对于其他人，开始准备避难。
4	灾难将很快发生。	<ul style="list-style-type: none"> 所有人尽快避难。
5	灾难已经发生或即将发生。	<ul style="list-style-type: none"> 请采取保护生命的行动。 不能避难的人，请留在建筑物中的高处。

○使用盛冈市防灾地图，您可以查询自己的房屋，工作场所或学校所在地的地方存在什么样的危险。



○如何获取正确的信息

电视 (NHK) 数据信息	如果您在观看 NHK 时按遥控器上的 “D” 按钮，则可以查询各种信息。
Yahoo! 防灾速报应用程序	您可以看到大雨预测，并查询现在您所在的地方的危险程度。
* 在盛冈市官网和 Twitter 上也将会播报信息。	

