

# 爆弾または爆破による非常事態

## Bombing or Explosion Emergencies

A bombing or an explosion can occur in any place. Bombs are used to cause fear and harm.

Plan ahead to help limit the effects of a bombing:

- Know your work, school and community disaster plans.
- Have a plan for getting out of the area and contacting family.
- Know of different places to receive medical care.

**If you suspect someone is going to set off a bomb or a bomb is nearby:**

- Leave the area right away.
- Consider personal safety at all times.
  - ▶ Follow your work, school, community and family disaster plans for leaving the building and the area.
  - ▶ Help others who are hurt or need help leaving the area.
  - ▶ Stay away from damaged buildings to avoid falling debris.
- Call 911 after you have safely left the area if police, fire and emergency squads have not arrived.
- Go to a hospital or clinic away from the event, if you need medical care, but your injuries are not serious.
- Follow directions from state and local officials.
- Be alert for additional threats.

爆弾または爆発による事故はどこでも起こります。恐怖を煽ったり殺傷するために爆弾は利用されます。

爆弾による被害を抑えるための備えをします。

- 職場、学校、地域の災害対策計画を学んでおく。
- 被災地からの脱出方法と家族への連絡方法を決めておく。
- 診療を受けられる複数の施設を確認しておく。

**誰かが爆弾を爆破させようとしている、または爆弾が近くにあると思われる場合**

- 直ちにその場を離れてください。
- 常時、身の安全を考慮してください。
  - ▶ 建物やその場を離れるのに職場、学校、地域、および家庭の災害対策計画に従ってください。
  - ▶ その場を離れる際、ケガ人や要介助者を助けてください。
  - ▶ 落下物を避けるために、損壊した建物には近づかないでください。
- 警察、消防隊、緊急隊がまだ到着していない場合、現場から安全に避難したら911に電話して緊急連絡をしてください。
- 診療が必要でもケガの程度が深刻でなければ、現場から遠い場所にある病院や診療所へ行くようにしてください。
- 州または地域の指示に従ってください。
- その他の危険に対しても十分に備えてください。

### Seek medical care right away if you have:

- A head injury
- Broken bones
- Burns
- Bleeding that you cannot stop
- Eye injuries
- Trouble breathing
- Trouble walking or using an arm or leg
- Stomach, back or chest pain
- Vomiting or diarrhea

### Less Serious Injuries

After a disaster, hospital and doctor offices are very busy treating life threatening injuries. Serious injuries are treated first and then minor injuries are treated. If your injuries are not serious, go to a clinic or hospital farther away from the event. This may take more travel time but you will get faster care. Less serious injuries may include:

- A cough
- A rash or burning skin
- An injury to a joint such as the ankle, wrist or shoulder
- Hearing problems
- Injuries that:
  - Become more painful
  - Have redness
  - Have swelling
  - Do not improve after 48 hours

### 以下の症状がある場合は直ちに診療を受けてください。

- 頭部のケガ
- 骨折
- 火傷
- 出血が止まらない
- 眼の負傷
- 呼吸困難
- 歩行困難、または手や足をうまく動かすことができない
- 腹部、背中、胸部の痛み
- 嘔吐や下痢

### 被害の程度が軽度な場合

災害発生時、病院や医療施設は人命に関わる負傷を負った人を治療するために混乱しています。重傷者が優先的に治療され、軽傷者はその後になります。被害の程度が深刻でなければ、現場から遠い場所にある病院や診療所へ行くようにしてください。移動距離が長くても、治療を早く受けられることがあります。次のような症状なら被害の深刻度は軽度といえます。

- せき
- 皮膚の発疹や炎症
- 足首、手首、または肩など関節のけが
- 難聴
- その他、以下のような場合
  - 痛みがひどくなる
  - 赤みが出る
  - 腫れる
  - 48時間経過しても症状が改善しない

## Limited Information

After a disaster, hospital staff often cannot answer the phones and track each person they are treating. They may not be able to provide information right away about loved ones. Having a communication plan and telephone numbers for your family will help you locate family members during a disaster. An out of town contact may be the best contact person during an emergency since a local contact may also be involved in the event or local phone services may not be working. The American Red Cross can also help you locate a missing loved one during a disaster.

## 情報の制限

災害発生後、病院の職員は電話に出たり、治療中の患者が誰かを把握できない場合がよくあります。あなたの大切な人であっても、情報を速やかに提供できない場合があります。連絡方法が決められており、ご家族の電話番号を準備されていると、災害時にご家族の所在を見つけるのに役立ちます。災害時には、近くの地域では同じ災害にまきこまれていたり、電話回線がまひしていたりする可能性があるため、少し離れた街の人を連絡先にする方がよいでしょう。災害時にあなたの大切な人を探すために、米国赤十字社も支援しています。