

Khi thảm họa xảy ra,
bạn sẽ ứng phó thế nào?

Hướng dẫn ứng phó thảm họa của Thành Phố Hino dành cho người nước ngoài



Bản tiếng Việt



tiếng Trung



tiếng Việt



tiếng Anh

Những thảm họa xảy ra ở thành phố Hino

Cho đến giờ, bạn đã từng trải qua cơn bão hay động đất nào chưa? Nhật Bản là quốc gia xảy ra nhiều thiên tai và ngay cả ở thành phố Hino cũng vậy. Để đảm bảo an toàn cho tính mạng của bản thân thì việc chuẩn bị trước để ứng phó với thảm họa là điều vô cùng quan trọng. Hãy cùng nhau chuẩn bị ngay từ hôm nay.

Bão lớn/mưa lớn

một số cách nhận biết khi nào chúng tới.



Gió thổi mạnh.

Cây đổ.
Đồ vật bay tứ tung.



Mưa rơi nhiều.

Mức nước sông dâng cao, tràn lên bờ. [Lũ lụt]
Nước ngập vào trong nhà. [Ngập lụt]



Sạt lở đất.

Nhà cửa bị phá hủy.

Tháng 10 năm 2019, Bão lớn đã đổ bộ vào thành phố Hino.



Mức nước sông Asakawa đã dâng cao.



Cầu Hino đã bị hỏng.

Động đất

có thể đột ngột xảy ra bất cứ khi nào, ngay cả hiện tại.



Rung lắc mạnh.
Đồ đạc trong nhà rơi, đổ.



Nhà cửa sẽ bị phá hủy.
Hỏa hoạn xảy ra.



Sạt lở đất.

Cùng nhau xem Bản đồ phòng chống thảm họa/ Bản đồ cảnh báo nguy hiểm

Ở thành phố Hino thì Bản đồ phòng chống thảm họa, bản đồ cảnh báo nguy hiểm được viết bằng nhiều ngôn ngữ như tiếng Anh, tiếng Hàn, tiếng Trung giản thể, tiếng Trung phồn thể, tiếng Việt.



Bản đồ phòng chống thảm họa

chỉ ra những nơi có thể lánh nạn khi có động đất.

Bản đồ cảnh báo khu vực xảy ra lũ lụt

chỉ ra những khu vực có thể gặp nguy hiểm khi nước dâng cao trong lúc xảy ra bão, mưa lớn hay những nơi chúng ta có thể đến lánh nạn.

Bản đồ cảnh báo khu vực sạt lở đất

chỉ ra những khu vực nguy hiểm có thể bị sạt lở đất khi xảy ra bão, mưa lớn, động đất.

Hãy xác nhận nơi mình đang sống.

- Hãy xác nhận khu vực nguy hiểm, nơi có thể xảy ra ngập lụt và sạt lở đất.

Tìm kiếm nơi sơ tán gần nhất.

- Khi lũ lụt xảy ra thì không sử dụng nơi sơ tán gần sông hồ. Chỉ sử dụng nơi đó làm nơi sơ tán khi có động đất.
- Tìm hiểu những con đường để đi đến nơi sơ tán. Hãy chọn con đường an toàn nhất.



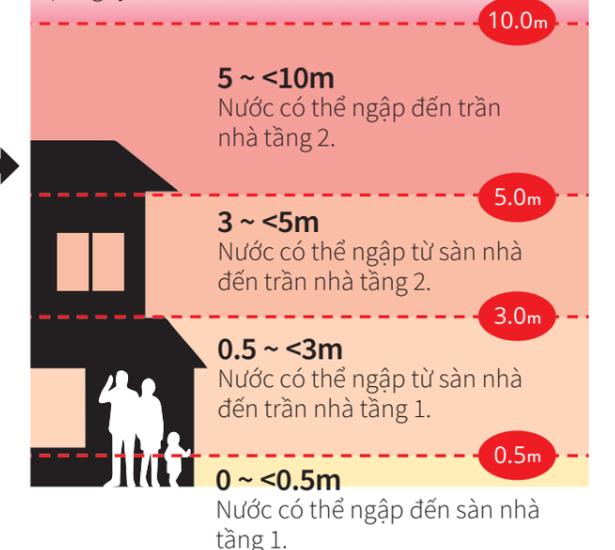
Một phần của bản đồ cảnh báo nguy hiểm

Các ký hiệu quan trọng trong bản đồ phòng chống thảm họa/ bản đồ cảnh báo khu vực nguy hiểm

	Nơi sơ tán	Là nơi an toàn có thể trú ẩn trong trường hợp xảy ra động đất dẫn tới nguy hiểm như nhà đổ, lũ lụt... Nơi có thể ở lại như trường học, nhà thể chất...
	Điểm lánh nạn	Là nơi có thể lánh nạn khi gặp nguy hiểm. Ví dụ như công viên hay sân bóng. Khu này thì không ở được.
	Khu vực được dự báo có khả năng ngập lụt	Là nơi được dự báo sẽ xảy ra lũ lụt khi có bão hay mưa lớn.
	Phương hướng sơ tán	Hướng chính xác để sơ tán. Tránh xa sông.
	Bệnh viện cứu điểm thảm họa	Là bệnh viện có vai trò quan trọng khi thảm họa xảy ra. Bệnh viện thành phố Hino
	Đường hầm	Là những con đường thấp xuyên qua phía dưới các tuyến đường sắt.
	Cảnh sát	Đồn cảnh sát.
	Khu vực cảnh báo lở đất (đặc biệt)	Những nơi có thể xảy ra sạt lở đất, khi xảy ra bão, mưa lớn hay động đất.

●Tiêu chuẩn và độ sâu của nước khi xảy ra ngập lụt

Hãy xác nhận ngôi nhà của bạn đang thuộc khu vực có màu sắc như thế nào trên bản đồ cảnh báo khu vực nguy hiểm.

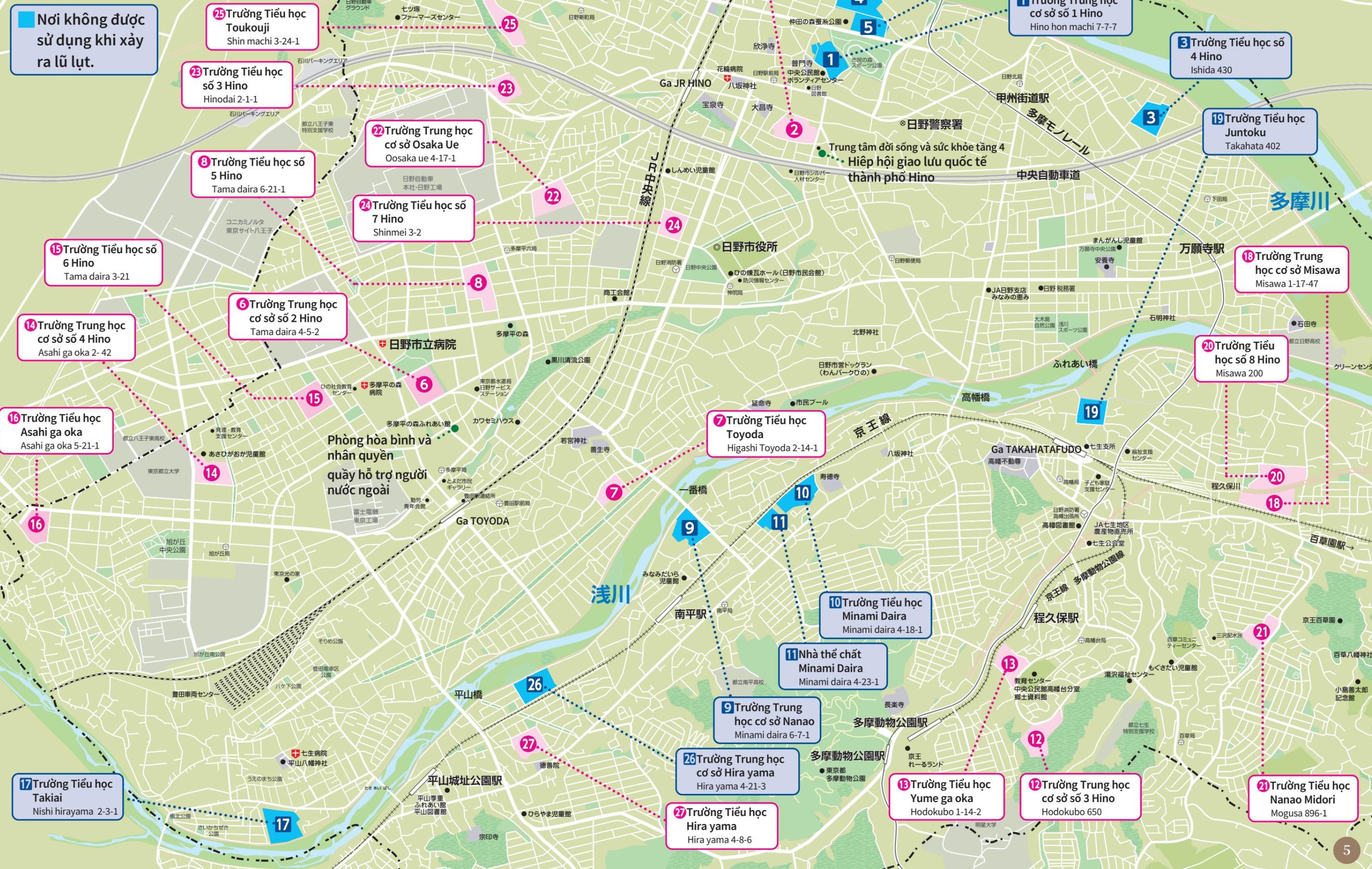


Khu vực cảnh báo sạt lở đất (hay còn gọi là vùng màu vàng).
 Khu vực cảnh báo đặc biệt về sạt lở đất (hay còn gọi là vùng đỏ).

Nơi sơ tán của bạn ở đâu?

Bản đồ chỉ định nơi sơ tán của thành phố Hino

Nơi không được sử dụng khi xảy ra lũ lụt.

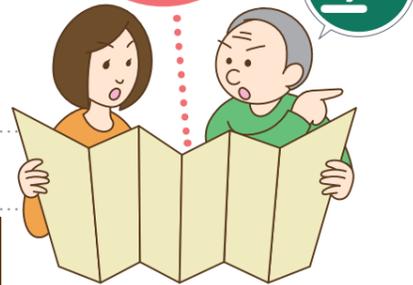


Khi xảy ra bão, mưa lớn

Nếu bão hay mưa lớn tới gần

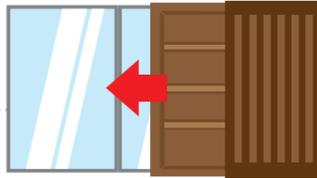
- Xem bản đồ cảnh báo khu vực nguy hiểm. → p.3

Xác nhận xem nơi bạn đang sống có an toàn không?
Nếu nơi bạn sống thuộc khu vực an toàn thì hãy trú ẩn tại nhà.
Nếu thuộc khu vực nguy hiểm thì hãy đến nơi sơ tán.



- Theo dõi dự báo thời tiết. → p.16

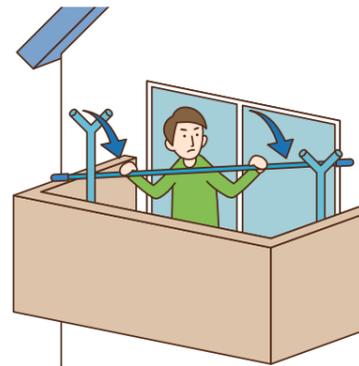
- Giữ cho chậu cây, cây treo quần áo, xe đạp...không bị bay mất.



- Đóng cửa chớp hay cửa cuốn lại.

- Hãy chuẩn bị đồ dùng thiết yếu cần thiết phòng trường hợp bị cắt điện, cắt nước. → p.14

→ p.14



- Chuẩn bị đến nơi sơ tán. → p.15

- Trước khi bão đổ bộ về thì xe buýt hoặc tàu điện có thể bị dừng tạm thời.

Thông tin sơ tán

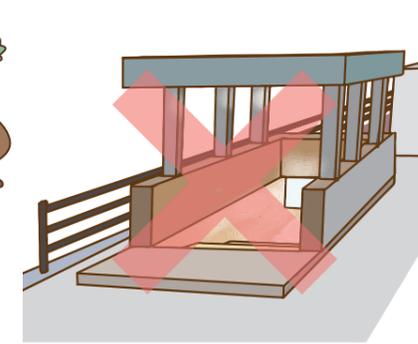
Được thông báo qua website, Line của thành phố Hino, mail đa ngôn ngữ thông tin khí tượng thảm họa, đài phát thanh hoặc xe tuyên truyền. → p.16

Cấp độ	Thông tin sơ tán của Thành phố Hino	Ứng phó như thế nào?	Thông tin thời tiết, phòng chống thiên tai do cơ quan khí tượng ban hành
5	Đảm bảo an toàn khẩn cấp	Khi thảm họa xảy ra. Hãy nhanh chóng chạy lên tầng 2 hoặc tòa nhà cao tầng gần nhất.	Cảnh báo đặc biệt về mưa lớn.
4	Chỉ thị Sơ tán	Những người đang ở khu vực nguy hiểm hãy đi đến nơi an toàn. Ví dụ như nơi lánh nạn, tầng 2 của tòa nhà hoặc các tòa nhà cao tầng...	Thông tin cảnh báo thảm họa lở đất.
3	Sơ tán người cao tuổi	Vì việc sơ tán có thể mất thời gian nên ưu tiên sơ tán người cao tuổi, người khuyết tật, người nước ngoài...đến nơi lánh nạn trước.	Cảnh báo mưa lớn. Cảnh báo lũ lụt.
2		Xác nhận đường thoát hiểm và nơi lánh nạn.	Thông báo chú ý mưa lớn, chú ý ngập lụt.
1		Thu thập thông tin về thảm họa.	

Khi bão hay mưa lớn tới



Không đi ra ngoài để xem tình hình.
Không đến những nơi gần sông, hồ.



Không đi đến các tòa nhà hay con đường dưới lòng đất.



Tránh xa cửa sổ và ở trong nhà.

Khi đi sơ tán, lánh nạn

cùng đi sơ tán với những người ở cùng khu vực nguy hiểm.



Hãy sơ tán cùng với những người ở gần đó vào lúc trời sáng.



Những con đường ngập nước thì ẩn chứa nguy hiểm nên hãy sử dụng gậy vừa xác nhận vừa đi.



Mang giày thể thao có dây buộc, không đi giày cao cổ.

Khi đi ra ngoài gặp nguy hiểm

(Khi có cảnh báo cấp 5 hoặc Đảm bảo an toàn khẩn cấp)
Hãy sơ tán đến các tòa nhà an toàn gần nơi ở hoặc di chuyển đến chỗ cao của tòa nhà mình sống.

Không đi đến các nơi sơ tán quá xa.

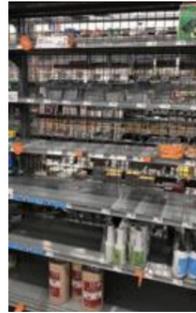
Thư, email thông báo khẩn cấp

Nếu sông Tama và sông Asakawa trở lên nguy hiểm thì bạn sẽ nhận được tin nhắn trên điện thoại (không cần phải đăng kí). Những người ở khu vực nguy hiểm hãy ngay lập tức sơ tán.

Khi xảy ra động đất

Nếu động đất xảy ra.

- Điện, ga, nước sẽ bị ngắt.
- Nhà vệ sinh sẽ không sử dụng được.
- Điện thoại có thể sẽ không liên lạc được.
- Tàu điện, xe bus sẽ bị dừng.
- Cửa hàng có thể sẽ hết thức ăn.

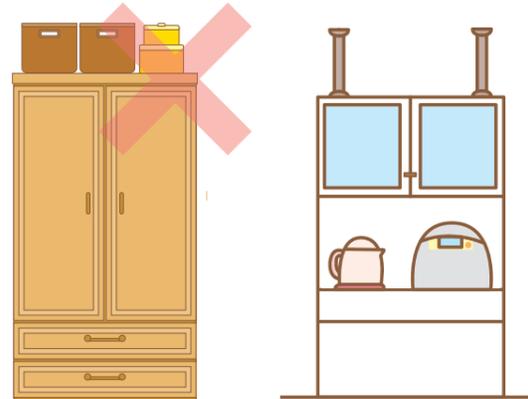


Những thứ cần chuẩn bị.

- An toàn ở trong nhà.
 - Không để đồ vật ở những nơi cao, gần cửa ra vào và hành lang.
 - Giữ cố định những vật dụng trong nhà bằng dụng cụ.



Đề phòng té ngã (đa ngôn ngữ)



- Chuẩn bị trước nước uống và thức ăn. → p.14

Độ mạnh của rung lắc [độ địa chấn]

Độ địa chấn	Cách cảm nhận sự rung chuyển	Tình hình xung quanh
Độ địa chấn cấp 7	Không thể cử động. Cũng có thể bị hất bay ra xa.	Những tòa nhà bằng bê tông cũ phần lớn sẽ bị sập.
Độ địa chấn cấp 6 mạnh	Không thể đứng và cử động được.	Những tòa nhà bằng gỗ cũ phần lớn sẽ bị sập.
Độ địa chấn cấp 6	Khó có thể đứng vững.	Cửa kính sẽ bị vỡ. Vật dụng trong nhà sẽ di chuyển.
Độ địa chấn cấp 5 mạnh	Nếu không bám lấy vào đồ vật thì việc di chuyển sẽ gặp khó khăn.	Không thể lái xe. Đồ đạc trong nhà, tường bao quanh nhà cũng có khả năng sẽ bị đổ ngã.
Độ địa chấn cấp 5	Có cảm nhận muốn bám lấy vào cái gì đó.	Dụng cụ ăn uống và sách trên kệ sẽ rơi xuống.
Độ địa chấn cấp 4	Nếu đi bộ thì sẽ cảm nhận được rung lắc.	Đèn chiếu sáng sẽ bị rung lắc mạnh.
Độ địa chấn cấp 1-3	Cũng có thể sẽ không cảm nhận được rung lắc.	Đèn chiếu sáng sẽ bị rung lắc.

Tin cảnh báo động đất

Trường hợp động đất có độ địa chấn từ cấp 5 trở lên thì trước khi động đất xảy ra (trước từ vài giây đến vài chục giây) sẽ có thông báo đến. Thông qua điện thoại thông minh và tivi thì sẽ nắm bắt được thông tin động đất và ngay lập tức hãy bảo vệ an toàn cho bản thân.

Khi xảy ra động đất

Ở trong nhà

- Hãy bảo vệ đầu trước những đồ vật gần đó.
- Hãy nấp dưới bàn.
- Không được chạy ra ngoài ngay lập tức. Nếu chạy ra ngoài thì sẽ nguy hiểm.
- Khi động đất từ cấp 5 trở lên thì ga sẽ tự động ngắt. Việc tắt lửa trên bếp ga khi có rung lắc thì sau khi hết rung lắc sẽ hạn chế được hỏa hạn xảy ra.



Khi ở bên ngoài

- Vì những thứ như là tường nhà, biển hiệu cửa kính sẽ rơi xuống nên hãy bảo vệ đầu bằng những thứ có sẵn trong tay như túi xách, balô,...
- Hãy chạy vào những bãi đất trống hay những tòa nhà an toàn ở gần đó.
- Hãy tránh xa các hàng rào bằng bê tông, máy bán hàng tự động.



Khi ở trong tòa nhà cao tầng

- Không sử dụng thang máy.

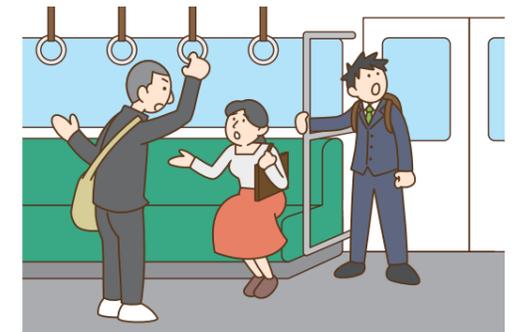
Nếu đang ở trong thang máy thì hãy ấn tất cả các nút, nếu cửa mở ra thì hãy ngay lập tức chạy ra khỏi thang máy.



- Hãy tìm cửa thoát hiểm khẩn cấp.

Khi đang ở trong xe điện, xe bus

- Hãy lắng nghe thông báo trong xe.
- Hỏi mọi người xung quanh.



Khi đang lái xe

- Hãy dừng xe vào bên trái lề đường.
- Hãy chờ ở trong xe cho đến khi hết rung lắc.
- Khi chạy ra khỏi xe thì chìa khóa xe hãy để ở trong xe.



Sau khi hết rung lắc

- Tắt bếp ga, tắt lò sưởi.
- Nếu hỏa hoạn xảy ra thì hãy dập lửa bằng những dụng cụ như bình chữa cháy.
- Xác nhận sự an toàn của mọi người trong gia đình.
- Mở cửa ra vào, cửa sổ. Tạo lối thoát để chạy ra ngoài.
- Tìm hiểu về thông tin thiên tai, thông tin tị nạn.
- Xác nhận sự an toàn trong và ngoài nhà.

Khi ngọn lửa cao vượt qua khói đầu thì hãy mau chạy đi.



Cửa ra vào, cửa sổ không mở ra được.

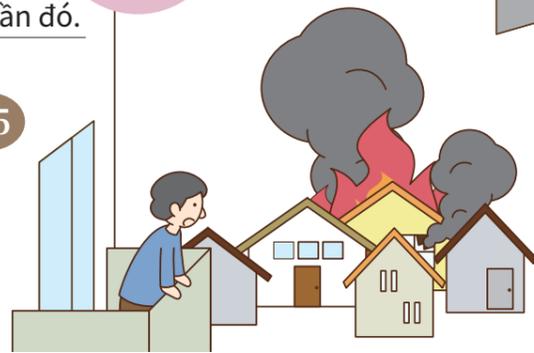


Tạo lối thoát để chạy ra ngoài.

Chú ý hỏa hoạn ở xung quanh.

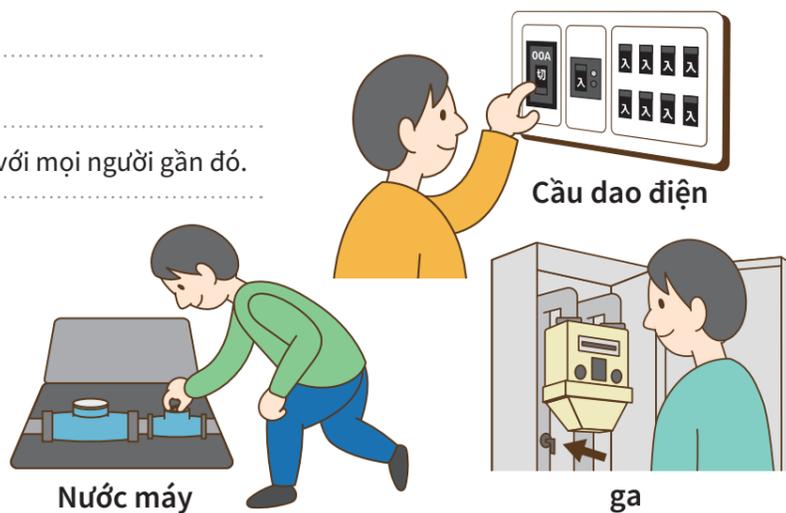
- Khi an toàn ⇒ hãy ở trong nhà.
- Khi nguy hiểm ⇒ hãy chạy đến nơi sơ tán gần đó.

p.4 p.5



Khi đi sơ tán

- Hãy ngắt cầu dao điện.
- Khóa các van ga và nước.
- Vừa bảo vệ đầu vừa chạy cùng với mọi người gần đó.
- Không sử dụng xe ô tô.



Nước máy

ga

Chú ý dư chấn!

Sau những trận động đất lớn thì sẽ kéo theo nhiều trận động đất sẽ xảy ra sau đó.

Khi việc trở về nhà gặp khó khăn

- Tàu điện, xe bus sẽ không chạy. Giao thông bị tắc nghẽn ⇒ không thể lập tức trở về nhà được. Điều này vô cùng nguy hiểm.
- Khi đang ở trường học hay công ty thì hãy ở lại tại đó.
- Khi đang đi ra ngoài thì có thể lưu trú lâu ở những tòa nhà của thành phố.



Cơ sở lưu trú tạm thời Là nơi có chuẩn bị sẵn đồ ăn, nước uống, chăn,...

- Người đi bộ trở về nhà thì có thể nghỉ tại cửa hàng tiện lợi, nhà hàng gia đình, trạm xăng.

Trạm hỗ trợ trở về nhà sau thiên tai Có thể sử dụng nhà vệ sinh, lấy nước máy và tiếp nhận thông tin.

Những điều bình thường cần lưu ý

Ở trong cuộc sống hàng ngày

Thảo luận trong gia đình.

- Hãy cùng nhau xác nhận bản đồ cảnh báo khu vực nguy hiểm ở nơi bạn đang sống. Nếu nơi bạn sống thuộc khu vực an toàn thì hãy trú ẩn tại nhà, còn nếu trong khu vực nguy hiểm hãy đi đến nơi sơ tán gần nhất.
- Hãy quyết định trước nơi tập hợp, phương pháp liên lạc với nhau.

Tham gia những buổi thực tập lánh nạn.

Những buổi tập này thường diễn ra tại thành phố Hino, Sở cứu hỏa Hino, Tổ nhân dân tự quản, trường học hay các công ty. Thực tập sử dụng bình cứu hỏa và AED (máy khử rung tim bên ngoài tự động.)



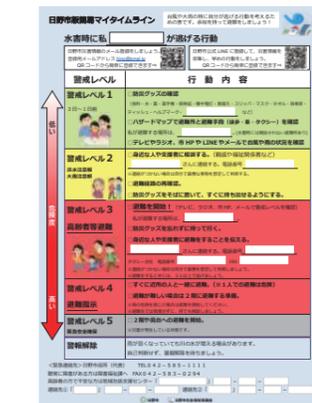
Hãy chào hỏi hàng xóm xung quanh.

Bạn có biết tên và khuôn mặt của những người hàng xóm không?

Hãy cùng nhau lập trước kế hoạch của bản thân.

● Kế hoạch bản thân:

Bảng kế hoạch của bản thân khi có thảm họa xảy ra thì nên đi sơ tán như thế nào. Bảng kế hoạch này sẽ giúp chúng ta không bị hoảng loạn khi thảm họa xảy ra.



Bản lập kế hoạch sơ tán của thành phố Hino (chỉ có bản tiếng Nhật)

Những điều quan trọng không được quên

Trước khi dọn dẹp đồ rơi vỡ do động đất, hãy chụp lại ảnh hiện trường trước. Vì khi cần sự chi viện, giúp đỡ thì bạn cần đưa ra được hình ảnh chứng minh.

Nơi sơ tán là nơi như thế này



Vào năm 2019, cơn bão số 19 xảy ra ở thành phố Hino đã có hơn 8600 người được sơ tán



Nơi sơ tán là

- Nơi bạn sơ tán đến khi ở nhà gặp nguy hiểm.
- Có thể là trường học hay nhà thể chất của thành phố.
- Nơi có thể lưu trú lại.
- Sử dụng miễn phí.
- Người nước ngoài cũng có thể sử dụng.
- Có thể mang theo vật nuôi. Hãy cho chúng vào lồng và mang kèm theo thức ăn.
- Có không gian quan tâm, chăm sóc. Người già, người tàn tật, trẻ nhỏ, người ngoại quốc đều có thể sử dụng.
- Có thể biết các thông tin về khu vực.
- Khi có thảm họa lớn xảy ra, bạn có thể sử dụng điện thoại công cộng miễn phí.



Khi xảy ra mưa lớn thì có những khu vực sơ tán không được sử dụng. Hãy tìm hiểu, tra cứu trước.

→ p.4,5

Nơi không được sử dụng khi xảy ra lũ lụt.

Bạn có biết nơi sơ tán đang trong tình trạng đông đúc như thế nào?

→ p.16

Khi các trung tâm sơ tán ở gần đã đông người, hãy đi đến nơi khác.

Tài khoản LINE chính thức của thành phố Hino [Danh mục thảm họa và phòng chống thảm họa] (Chỉ có bản tiếng Nhật)

Mail thông tin đa ngôn ngữ về phòng chống thảm họa, thiên tai.

Trang chủ của thành phố Hino.

Hãy mang đồ ăn và vật dụng cá nhân đến nơi sơ tán.

Ở nơi sơ tán cũng có chuẩn bị trước nước, cơm đóng hộp, chăn màn. Tuy nhiên, số lượng người quá đông có thể không đủ.

Hãy chuẩn bị trước đồ ăn, thức uống đủ cho 3 ngày và cho sẵn vào túi dự phòng.

→ p.15



Nơi sơ tán là nơi có rất nhiều người cùng nhau chung sống.

Hãy tuân thủ quy định và giữ phép lịch sự



Đeo khẩu trang.

Cởi bỏ giày, dép.

Tuân thủ thời gian.



Chỉ nhận đủ phần của mình.

Xếp hàng.



Không nói to.



Sử dụng tai nghe.



Nhặt rác.

Điều cần chú ý

Ý thức về phòng chống tội phạm.



Những vật quan trọng thì hãy luôn mang theo bên mình.

Mọi người hãy cùng giúp đỡ lẫn nhau.



Giúp đỡ lẫn nhau

Hãy cùng nhau chuẩn bị cho việc đi sơ tán

Trường hợp trú ẩn tại nhà

Nếu nhà là nơi an toàn thì hãy ở lại tại nhà. Hãy đến nơi sơ tán và tìm hiểu những siêu thị mở cửa, thông tin khu vực mình sống.

Những thứ cần chuẩn bị sẵn ở trong nhà

Khi thảm họa xảy ra hãy ăn đồ ăn có trong tủ lạnh trước

Đồ ăn và đồ uống hãy chuẩn bị dư cho 7 ngày.

Nước uống	<input type="checkbox"/> 1 người 3 lít mỗi ngày (bao gồm nước uống và nước dùng để nấu ăn)	
Đồ ăn	<input type="checkbox"/> Cơm gói (loại cơm có thể cho nước nóng nấu chín trong túi) <input type="checkbox"/> Mì gói <input type="checkbox"/> Thực phẩm đóng gói <input type="checkbox"/> Đồ đóng hộp <input type="checkbox"/> Nước hoa quả <input type="checkbox"/> Bánh kẹo	

Các loại đồ dùng sinh hoạt

Đồ dùng hàng ngày	<input type="checkbox"/> Cốc giấy <input type="checkbox"/> Đĩa giấy <input type="checkbox"/> Đũa <input type="checkbox"/> Thìa <input type="checkbox"/> Màng bọc thực phẩm	
Vật dụng dùng trong phòng chống thiên tai	<input type="checkbox"/> Bếp ga, bình ga mini <input type="checkbox"/> Bình chứa nước <input type="checkbox"/> Đèn pin <input type="checkbox"/> Radio <input type="checkbox"/> Sạc pin, sạc dự phòng <input type="checkbox"/> Pin khô (pin con thỏ, pin AAA)	
Đồ dùng vệ sinh	<input type="checkbox"/> Túi nhựa đen 45l (phủ lên nhà vệ sinh kiểu tây) + chất làm đông, khử mùi <input type="checkbox"/> Bồn cầu di động <input type="checkbox"/> Giấy vệ sinh <input type="checkbox"/> Dung dịch khử trùng <input type="checkbox"/> Khăn ướt <input type="checkbox"/> Băng vệ sinh <input type="checkbox"/> Sản phẩm dùng cho người già và trẻ em <input type="checkbox"/> Thuốc thường hay uống	

Dự trữ hàng ngày



Khi ở nhà không có nước, hãy đến nhận ở những địa điểm sau

- **Nơi sơ tán chỉ định.** (chỉ ở trường tiểu học và trung học)
- **Trạm cấp nước** Có 5 trạm cấp nước. Địa điểm thì hãy xác nhận ở bản đồ phòng chống thảm họa. ký hiệu trạm cấp nước →
- **Giếng nước dùng cho nông nghiệp lẫn phòng chống thiên tai** Nước này không uống được.

Để chuẩn bị cho việc sinh hoạt nơi sơ tán

Hãy đến nơi sơ tán nếu ở nhà có thể sẽ xảy ra nguy hiểm.

Những thứ cần có trong ba lô sơ tán



- Mang đồ dùng và thức ăn đến nơi sơ tán.
- Chuẩn bị sẵn ba lô có chứa đồ sơ tán để lúc nào cũng có thể mang theo.
- Mỗi người đều nên chuẩn bị cho riêng mình.

Đồ ăn, thức uống	(dùng đủ cho khoảng 3 ngày) <input type="checkbox"/> Nước <input type="checkbox"/> Đồ ăn cần thiết (<input type="checkbox"/> Cơm gói (loại cơm có thể cho nước nóng nấu chín trong túi) <input type="checkbox"/> Lương khô <input type="checkbox"/> Bánh xốp <input type="checkbox"/> Đồ đóng gói <input type="checkbox"/> Đồ đóng hộp <input type="checkbox"/> Bánh kẹo	
Đồ dùng phòng chống thiên tai	<input type="checkbox"/> Đèn pin <input type="checkbox"/> Radio cầm tay <input type="checkbox"/> Pin khô (pin con thỏ, pin AAA) <input type="checkbox"/> Cục sạc pin · Pin dự phòng	
Đồ dùng vệ sinh	<input type="checkbox"/> Thuốc hay dùng <input type="checkbox"/> Sổ khám bệnh <input type="checkbox"/> Khẩu trang <input type="checkbox"/> Dung dịch khử khuẩn <input type="checkbox"/> Băng cá nhân <input type="checkbox"/> Nhiệt kế <input type="checkbox"/> Đồ dùng đánh răng <input type="checkbox"/> Cốc <input type="checkbox"/> Nước súc miệng <input type="checkbox"/> Giấy khử khuẩn <input type="checkbox"/> Xà phòng <input type="checkbox"/> Băng vệ sinh <input type="checkbox"/> Bồn cầu di động <input type="checkbox"/> Giấy vệ sinh	
Trang phục	<input type="checkbox"/> Đồ lót <input type="checkbox"/> Khăn mặt <input type="checkbox"/> Găng tay <input type="checkbox"/> Tất <input type="checkbox"/> Áo mưa	
Những đồ quan trọng	(Bản copy cũng được) <input type="checkbox"/> Hộ chiếu <input type="checkbox"/> Thẻ ngoại kiều <input type="checkbox"/> Thẻ bảo hiểm <input type="checkbox"/> Sổ ngân hàng <input type="checkbox"/> Con dấu <input type="checkbox"/> Tiền bạc	
Những cái khác	<input type="checkbox"/> Bút · sổ ghi chép <input type="checkbox"/> Túi ni lông <input type="checkbox"/> Tấm thảm ngồi <input type="checkbox"/> Tấm thảm nhôm <input type="checkbox"/> Giấy báo <input type="checkbox"/> Túi ngủ <input type="checkbox"/> Mũ bảo hiểm <input type="checkbox"/> Còi <input type="checkbox"/> Dép lê <input type="checkbox"/> Đũa <input type="checkbox"/> Thìa <input type="checkbox"/> Đĩa giấy <input type="checkbox"/> Cốc giấy <input type="checkbox"/> Màng bọc thực phẩm	
Hãy ghi chép những đồ dùng mà bạn hay sử dụng	(<input type="checkbox"/>) (<input type="checkbox"/>) (<input type="checkbox"/>) (<input type="checkbox"/>) (<input type="checkbox"/>) (<input type="checkbox"/>)	

Thu thập những thông tin chính xác

Khi thảm họa xảy ra, những thông tin giả, không chính thống có rất nhiều. Hãy chú ý và thu thập những thông tin chính xác.

Những nguồn thông tin có thể thu thập ở thành phố Hino.

Trang chủ của thành phố

<https://www.city.hino.lg.jp/>



Trang LINE chính thức của thành phố Hino



Mail thông tin về dự báo thời tiết và phòng chống thiên tai đa ngôn ngữ



Tiếng Anh

Tiếng Trung giản thể

Tiếng Trung phồn thể

Tiếng Hàn Quốc

hãy đăng kí

Mail nhận thông tin phòng chống thảm họa



Phát sóng khẩn cấp (Đài phát thanh phòng chống thiên tai)

→ Sẽ truyền đạt thông tin thiên tai từ các loa phát thanh gần đó. Nếu không nghe thấy bạn có thể gọi điện.

☎042-581-1500

Trụ sở chính thành phố Hino

☎042-585-1111

Twitter thông tin liên quan đến phòng chống thảm họa của thành phố Hino



Có thể cập nhật các thông tin miễn phí trên toàn quốc.

Website của cục khí tượng thủy văn

Có 15 ngôn ngữ như tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Việt.

- Trang thông tin phòng chống thiên tai: có thể xác nhận và thu thập thông tin động đất, sự di chuyển của đám mây hay những cơn bão ở từng khu vực
- Trang [KIKIKURU] (phân bố độ nguy hiểm): mức độ nguy hiểm của ngập lụt, sạt lở đất, lũ lụt sẽ được chia làm 5 cấp và đánh dấu bằng màu sắc trên bản đồ.



Ứng dụng chính thức của đài NHK dành cho điện thoại di động

Tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Việt, tiếng Bồ Đào Nha.

- Thông báo thông tin động đất, sóng thần bằng 4 ngôn ngữ đến điện thoại thông minh.
- Tin tức của NHK thì bạn có thể tiếp nhận bằng 19 ngôn ngữ.



▲iOS

▲Android

Safety tips

Có 15 ngôn ngữ như tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Việt

- Bạn có thể nhận được thông tin về thảm họa và cách sơ tán.
- Trang thẻ giao tiếp (コミュニケーションカード) là tập hợp 4 thứ tiếng (tiếng Anh, Trung, Hàn, Nhật) về những câu hỏi thông dụng khi thảm họa xảy ra.



▲iOS

▲Android

Ứng dụng phòng chống thiên tai của Tokyo

Tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn.

Có thể học rất nhiều kiến thức về phòng chống thảm họa.



▲iOS

▲Android

Xác nhận sự an toàn của gia đình và người thân

Khi xảy ra thảm họa, có rất nhiều người sử dụng điện thoại cùng một lúc, do đó có thể xảy ra trường hợp không kết nối được. Vậy phương pháp để xác nhận người thân có được an toàn hay không như sau:

Lời nhắn dùng trong lúc xảy ra thiên tai **web171**

<https://www.web171.jp/>

Sử dụng điện thoại và máy tính. Đăng kí và xác nhận tin nhắn của bạn trên trang web. Có hướng dẫn sử dụng bằng tiếng Anh, tiếng Trung và tiếng Hàn.



Quay số tin nhắn dùng trong lúc xảy ra thiên tai

① ⑦ ①

Sử dụng điện thoại di động, điện thoại bàn hay điện thoại công cộng. Nghe và ghi âm tin nhắn bằng âm thanh. Ngôn ngữ hướng dẫn là tiếng Nhật

Để ghi âm

① ⑦ ① → ①

Số điện thoại của bản thân

→ Nhấn phím ① để ghi âm

Cách nghe tin nhắn

① ⑦ ① → ②

Số điện thoại của bản thân

→ Nhấn phím ① để nghe

00000-JAPAN

Khi thảm họa lớn xảy ra bạn có thể sử dụng wifi miễn phí. Chỉ có thể sử dụng ở khu vực xảy ra thảm họa.

Mở cài đặt Wifi trên điện thoại và kết nối đến 「00000JAPAN」

(chỉ xuất hiện khi có thảm họa lớn xảy ra, không cần mật khẩu.)

Cách sử dụng điện thoại công cộng

Trường hợp khẩn cấp không cần tiền

Nhấc máy



→ Gọi đến số ① ① ⑨ khi gọi xe cấp cứu hay hỏa hoạn

→ Gọi đến ① ① ⑦ khi cần liên lạc với cảnh sát

Trường hợp bình thường

Nhấc máy



→ Nhét đồng xu 10 yên hoặc 100 yên → Nhấn số điện thoại cần gọi

Ghi nhớ một số từ vựng dùng trong thảm họa

Những từ hay nghe trên các bản tin khi xảy ra thảm họa, tuy khó nhưng vì hữu ích trong việc bảo vệ tính mạng của bản thân nên hãy cùng nhau khi nhớ.

Mưa lớn trên diện rộng	Thông thường mưa lớn sẽ rơi nhiều ở cùng một nơi, kéo dài trong nhiều giờ có thể dẫn đến ngập lụt và sạt lở đất.
Mưa lớn, mưa đột ngột	Đột ngột xảy ra mưa lớn ở một vùng nhỏ trong vài chục phút, nước sông dâng cao. Có thể gây ra ngập lụt.
Rãnh áp thấp nhiệt đới gây mưa	Những đám mây mang mưa to sẽ liên tục hình thành ở cùng một nơi trong vài giờ. Sau đó sẽ lan rộng theo chiều ngang như một đường thẳng. Gây ra lũ lụt và sạt lở đất...
Mức cảnh báo	Mức độ nguy hiểm gây ra do lũ lụt. Được chia làm 5 cấp độ từ 1 đến 5.
Chú ý ↓ Cảnh báo ↓ Cảnh báo đặc biệt	Chú ý - có thể xảy ra thảm họa. Khi thảm họa xảy ra và có thể gặp nguy hiểm, bạn sẽ nhận được thông báo chú ý: chú ý mưa lớn, chú ý ngập lụt... Cảnh báo - hãy thận trọng vì có thể xảy ra thảm họa lớn. So với cấp độ chú ý thì cấp độ cảnh báo sẽ nguy hiểm hơn. Sự kêu gọi sẽ mạnh mẽ hơn. Cảnh báo đặc biệt - So với mức độ cảnh báo thì cấp độ này sẽ phát ra khi thảm họa rất lớn sắp đến gần. Như là thảm họa chưa từng xảy ra cho đến bây giờ. Ví dụ như là cảnh báo đặc biệt thảm họa mưa lớn (災害大雨特別警報), cảnh báo đặc biệt về giông bão (暴風特別警報).
Thông báo về mưa lớn trong thời gian ngắn kỉ lục	Thông tin cho biết đó là trận mưa lớn sẽ rơi trong khoảng thời gian ngắn. Ví dụ lượng mưa trong khoảng 1 tháng rơi bằng trong 1 ngày. Khi đó cảnh báo về mưa lớn sẽ được đưa ra.
Cường độ động đất và độ địa chấn	Cường độ động đất : sức mạnh của trận động đất. Độ địa chấn : độ lớn của rung động trong cơn địa chấn.
Tâm chấn	Nơi xảy ra trận động đất.
Sóng thần	Khi xảy ra động đất ở trên biển, có thể xảy ra một đợt sóng rất lớn (sóng thần). Sóng thần có thể đến nhiều lần, sóng rất mạnh có thể cuốn trôi nhà cửa. Những nơi gần sông và biển thì sẽ nguy hiểm nên hãy ngay lập tức chạy đến nơi cao để lánh nạn.

Ngoài ra, một số từ vựng tiếng nhật về thảm họa được giải thích trong cuốn sách này

- Bão, Mưa lớn, Động đất → p.2
- Độ sâu ngập nước → p.3
- Lũ, ngập lụt, sạt lở đất, đá → p.2
- Đảm bảo an toàn khẩn cấp, chỉ thị sơ tán, sơ tán cho người cao tuổi → p.6
- Bản đồ phòng chống thảm họa, bản đồ cảnh báo lũ lụt, bản đồ khu vực sạt lở đất. → p.3
- Bản tin động đất khắp cấp → p.8
- Nơi sơ tán, Điểm lánh nạn → p.3
- Dư chấn → p.10
- Khu vực có khả năng ngập lụt, khu vực có cảnh báo đặc biệt thảm họa sạt lở đất → p.3

Thẻ đăng kí của người lánh nạn

(dành cho người nước ngoài)

Số đăng kí

Phần thành phố sẽ ghi	Không gian sử dụng	(Nhà thể chất) (số khu vực) ()	()
		(Phòng học) (số khu vực) ()	()

↓ Hãy điền vào bảng dưới đây

Họ tên:		Giới tính: Nam • Nữ	Tuổi:
Tên thường gọi:			
Nơi sinh:			
Ngôn ngữ mẹ đẻ:		Ngôn ngữ có thể dùng:	
Tiếng Nhật:	Hiểu	• Nói chậm sẽ hiểu	• Không hiểu
Nguyện vọng:			
Địa chỉ:		Số điện thoại:	
Biển số xe (dành cho người đi xe):			
Vật nuôi: có • không	Chủng loại: Chó con • Mèo con		con
	Con vật khác()		con

*Hãy phô tô mỗi người một bản và để sẵn trong ba lô chuyên sử dụng khi đi sơ tán.

*Hãy đưa cho nhân viên tiếp tân ở nơi sơ tán.



Quyển sách này được xuất bản thông qua sự giúp đỡ của Hiệp hội chính quyền địa phương về quan hệ quốc tế



Biên tập : Hiệp hội giao lưu quốc tế thành phố Hino ☎042-586-9511 <https://hifa-info.org>

Phát hành : Ban kế hoạch thành phố Hino – phòng Hòa Bình và Nhân quyền.

Giám sát bởi : Ban tổng hợp Thành phố Hino- phòng An toàn và phòng chống thiên tai

Ngày phát hành : Tháng 01 Năm 2023

Nơi in : Công ty cổ phần in ấn Hinodai

★Bản kế hoạch • Biên tập • Dịch được đảm nhiệm bởi các tình nguyện viên thuộc Hiệp hội giao lưu quốc tế thành phố Hino



Bảng chỉ ngôn ngữ tiếng Nhật sử dụng khi gặp khó khăn



困ったときに 使える 日本語指差し ボード / Japanese language you can point at when in trouble / 手指交流多语言点板

<p>何が 起きたのですか？ What happened? 发生了什么？ Chuyện gì đã xảy ra?</p>	<p>地震 earthquake 地震 động đất</p>	<p>洪水 flood 洪水 lũ lụt</p>	<p>ここは 安全ですか？ Is it safe here? 这里安全吗？ Ở đây có an toàn không?</p>
<p>がけ崩れ landslide 山体滑坡 sạt lở</p>	<p>落雷 lightning strike 落雷 sét đánh</p>	<p>火事 fire 火灾 hỏa hoạn</p>	<p>事故 accident 事故 tai nạn</p>
<p>どこへ 行けば いいですか？ Where should I go? 该去哪里？ Tôi nên đi đến nơi nào thì được?</p>			<p>避難場所が あります。 There are evacuation areas. 有避难场所。 Có nơi sơ tán。</p>

<p>家が 壊れました。 My house was destroyed. 房屋被破坏了。 Nhà tôi đã bị đổ。</p> 	<p>家が 浸水しました。 My house was flooded. 家里冠水了。 Nhà tôi đã bị ngập lụt。</p> 	<p>どこへ 行けば いいですか？ Where should I go? 该去哪里？ Tôi nên đi đến nơi nào thì được?</p>	<p>避難所が あります。 There are evacuation shelters. 有避难所。 Có điểm sơ tán。</p> 
<p>この紙に 書いてください。 Please write on this paper. 请写在这张纸上。 Hãy viết vào tờ giấy này。</p> 		<p>どこへ 行けば いいですか？ Where should I go? 该去哪里？ Tôi nên đi đến nơi nào thì được?</p>	

<p>外国人も 使うことができますか？ Can foreigners use that? 外国人也可以使用吗？ Người nước ngoài cũng có thể sử dụng phải không?</p>	<p>お金が いらいますか？ Do I have to pay? 需要花钱吗？ Có phải trả tiền không?</p> 	<p>トイレは どこですか？ Where is a toilet? 厕所在哪里？ Nhà vệ sinh ở đâu?</p> 
<p>(英語、中国語、ベトナム語、〇〇語) を 話せる 人は いますか？ Does anyone speak (English, Chinese, Vietnamese, 〇〇 language)? 有会说 (英语、汉语、越南语、〇〇语) 的人吗？ Có ai có thể nói được Tiếng Anh, tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Việt... hay không?</p>	<p>Hello 你好</p>	<p>Wi-Fi を 使いたいです。 I would like to use Wi-Fi. 想用 Wi-Fi。 Tôi muốn dùng wifi。</p> 

<p>お医者さんは いますか？ Is there a doctor? 有医生吗？ Có bác sĩ không?</p> 	<p>体の 調子が 悪いです。 I am not feeling well. 身体不舒服。 Tôi cảm thấy không khỏe。</p> 	<p>携帯電話を 充電したいです。 I would like to charge my mobile phone. 想给手机充电。 Tôi muốn sạc điện thoại。</p> 
<p>授乳を したいです。どこで できますか？ I would like to breastfeed? Where can I do it? 可以在哪里喂奶？ Tôi muốn uống sữa, tôi có thể đến đâu?</p> 	<p>お祈りを したいです。どこで いいですか？ I would like to pray. Where can I do it? 想做祷告。有房间吗？ Tôi muốn cầu nguyện, tôi có thể đến đâu?</p> 	

<p>欲しい物があります。 I would like to have : 有想要一些东西。 Những đồ vật mong muốn。</p>	<p>食べられない物があります。 I can not eat : 不能吃的食物。 Đồ vật không thể ăn。</p>	<p>牛 beef 牛 thịt bò</p>	<p>豚 pork 猪 thịt lợn</p>	<p>鶏 chicken 鸡 gà</p>				
<p>水 water 水 nước</p>	<p>食べ物 food 食物 đồ ăn</p>	<p>薬 medicine 药品 thuốc</p>	<p>羊 lamb 羊 dê</p>	<p>魚 fish 鱼 cá</p>	<p>貝 shellfish 贝类 sò</p>	<p>小麦 wheat 小麦 lúa mì</p>	<p>卵 egg 鸡蛋 trứng</p>	<p>乳 milk 乳制品 sữa</p>
<p>ハラール食品 halal food 清真食品 thực phẩm halal</p>	<p>粉ミルク formula milk 奶粉 sữa bột</p>	<p>そば buckwheat 荞麦 mì soba</p>	<p>落花生 peanut 花生 lạc</p>	<p>えび shrimp 虾 tôm</p>	<p>かに crab 蟹 cua</p>	<p>アルコール alcohol 酒精 đồ có cồn</p>		
<p>毛布 blanket 毛毯 chăn</p>	<p>紙おむつ diaper 纸尿裤 bỉm</p>	<p>生理用品 sanitary 生理用品 đồ vệ sinh</p>	<p>Bảng chỉ đa ngôn ngữ của CLAIR Tại đây</p> 					