

दैवी प्रकोप आउँदा, आवश्यक तयारी भयो त ?

さいがい そな だいじょうぶ 災害への備えは大丈夫？

सुरक्षित स्थानमा जाने <भाग्न> लाग्दा,
तुरुन्त बोकेर हिड्न सकिने झोला भित्र समेटेर राख्ने गरौं ।

避難する<逃げる>ときに、すぐに持ち出すものをバックにまとめておきましょう。



- ① पानी (१ जना १ लिटरको बोतल)
- ② खानेकुरा (क्यानवाला रेडिमेड, चकलेट, बिस्कुट आदि)
- ③ हाते रेडियो, मोबाइल ब्याट्री, ड्राइसेल
- ④ कट्टु, मोजा
- ⑤ टावल
- ⑥ लाइट (सलाई)
- ⑦ प्लास्टिक झोला
- ⑧ हाते पञ्जा
- ⑨ झरीमा आवश्यक सामान (छाता, बर्साती)
- ⑩ नगद रकम, बैंकको पासबुक, इन्कान छाप
- ⑪ पासपोर्ट, रेजिडेन्ट कार्ड, स्वास्थ्य बीमा कार्ड
- ⑫ परिवार तथा साथी आदि फोन नम्बरको मेमो
- ⑬ टर्च लाइट *दुबै हात स्वतन्त्र हुने हेड लाइट उपयोगी
- ⑭ इमर्जेन्सी सेट
- ⑮ नियमित खानेगरेका औषधीहरू
- ⑯ दाँत माइन्ने, मुख भित्र सफा गर्न मिल्ने
वेट टिस्यु पेपर (पानी नहुँदा उपयोगी)
- ⑰ महिनावारी हूँदाका सामानहरू

दैवी प्रकोप आउँदा, धारा बन्द हुन्छ र खानेकुरा जोडमेल गर्न सकिन्न ।
घरमा, ३ दिनदेखि १ हप्ता जतिलाई पुग्ने पानी वा खानेकुरा राखिराख्ने गरौं ।
(पिउने पानी, २~३ लिटरxपरिवार सदस्य सङ्ख्याx१ हप्ताको लागि)
さいがい さいがい さいがい さいがい さいがい
災害がおきたときは、水が止まり、食べものが手に入りにくくなります。
いえ いえ いえ いえ いえ
家に水や食べものを3日~1週間くらいおいておきましょう。(のみみ水は、
かぞくにんすうぶん しゅうかんぶん
2~3リットルx家族人数分x1週間分)

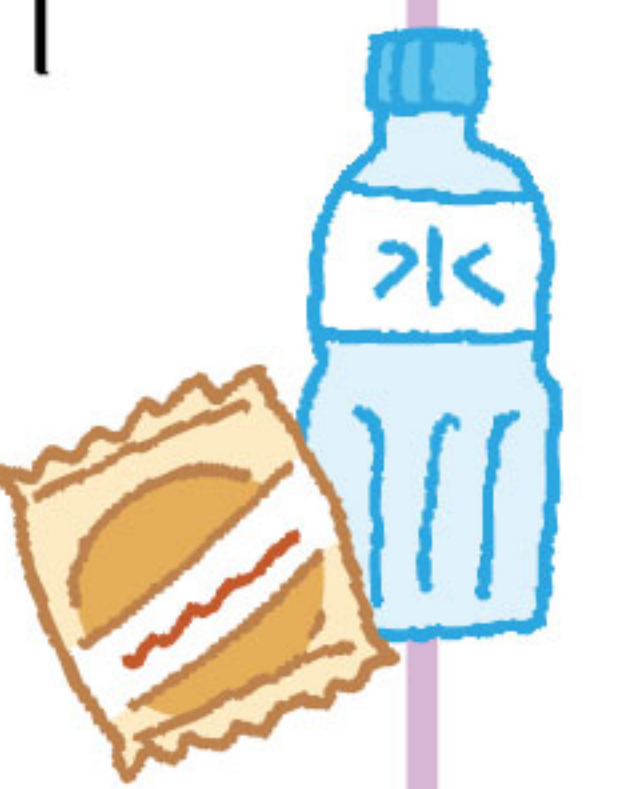


नजिकको शरणस्थल <भाग्ने ठाउँ> को अवस्थितिको निश्चय गरिराखौं ।
ちか ひなんじょ に ばしよ かくにん
近くの避難所<逃げるところ>の場所を確認しておきましょう。

शरणस्थलमा, पानी, खानेकुरा प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

आवश्यक जानकारी थाहा पाउन सकिन्छ ।

ひなんじょ みず た びつよう じょうほう し
避難所では、水、食べものをもらうことができます。必要な情報を知ることができます。



INFO KANAGAWA (नेपाली भाषा) www.kifjp.org/infokanagawa

दैवी प्रकोप आउँदा, महत्वपूर्ण जानकारी साथै, दैनिक जीवनका आवश्यक जानकारीका साथै,
जनजीवनका जानकारीलाई मेलबाट थाहा दिलाइन्छ । यसको लागि दर्ता आवश्यक हुन्छ ।

さいがい びつよう じょうほう せいかつじょうほう し とうろく びつよう
災害のときに必要な情報のほか、生活情報をメールでお知らせします。登録が必要です。



多言語支援センターかながわ



公益財団法人 かながわ国際交流財団
Kanagawa International Foundation

URL: www.kifjp.org

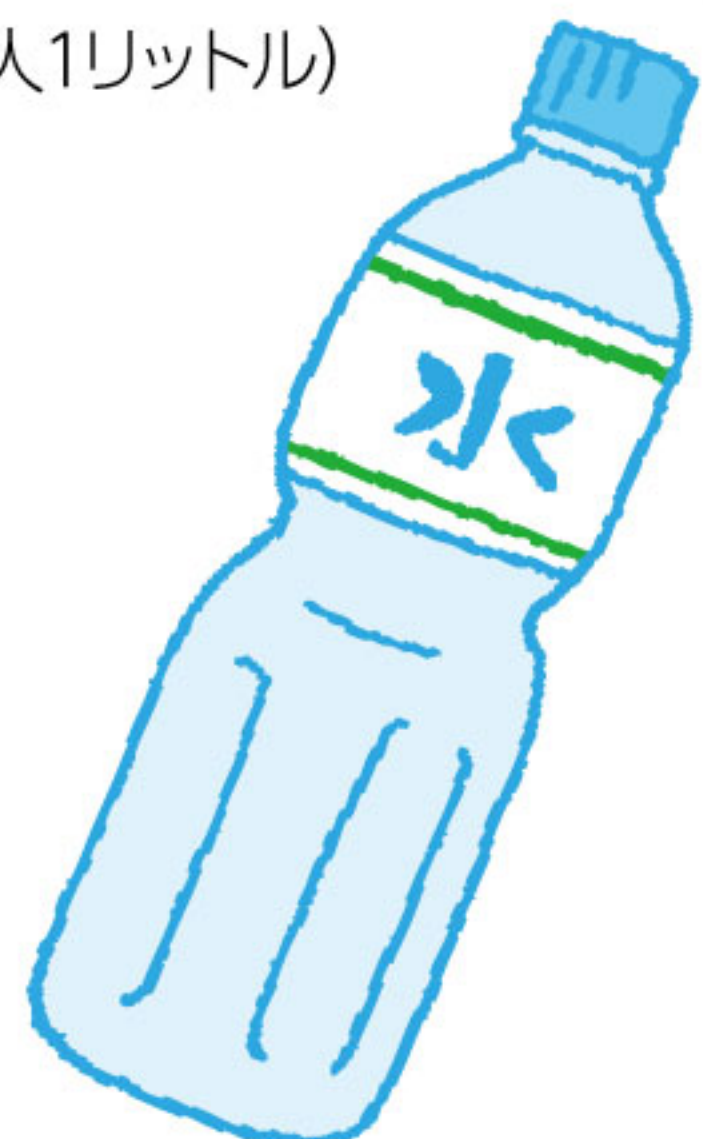
दैवी प्रकोप आउँदा आवश्यक सामानको तयारी चेकलिस्ट

さいがい
災害への備え
そな
チェックリスト

तयार गरेको सामान चेक गरौं !

準備したものを
チェックしましょう！

- ① पानी
(१ जना १ लिटरको बोटल)
水 (1人1リットル)



- ② खानेकरा
(क्यानवाला रेडिमेड,
चकलेट, बिस्कुट आदि)
食べもの (缶詰、チョコレート、ビスケットなど)



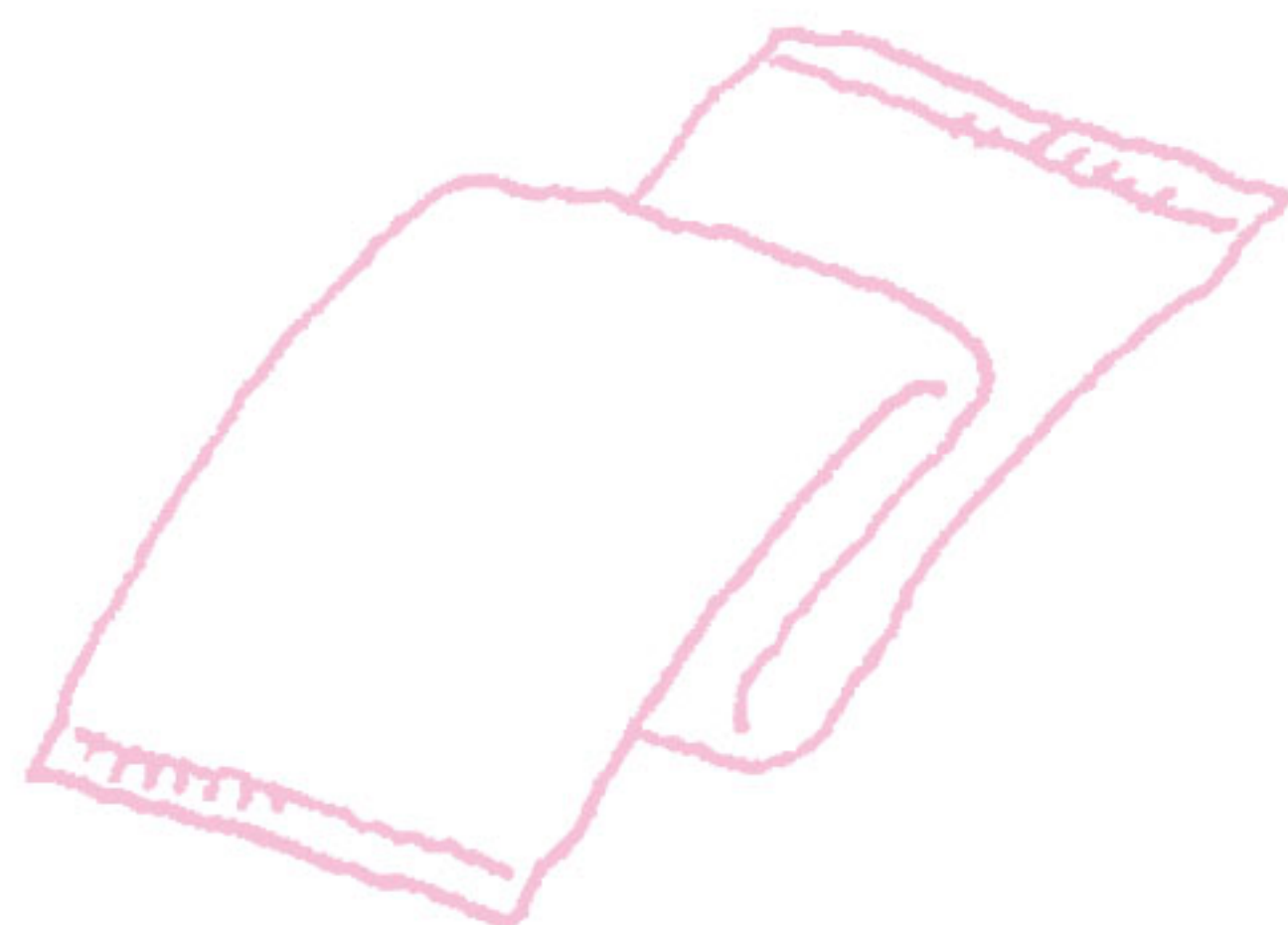
- ③ हाते रेडियो,
मोबाइल ब्याट्री, ड्राइसेल
携帯ラジオ、
モバイルバッテリー、乾電池



- ④ कटुटु, मोजा
下着、靴下



- ⑤ टावल
タオル



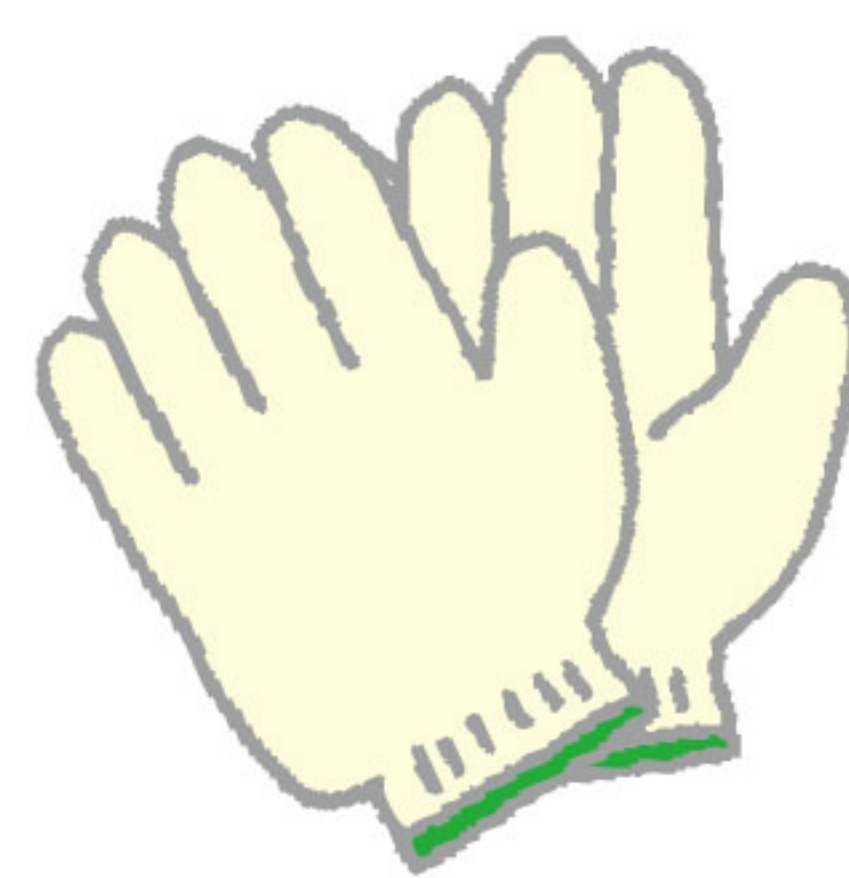
- ⑥ लाइटर (सलाई)
ライター (マッチ)



- ⑦ प्लास्टिक झोला
ビニール袋



- ⑧ हाते पञ्जा
手袋



- ⑨ झरीमा आवश्यक सामान
(छाता, बर्साती)
雨具 (傘、レインコート)



- ⑩ नगद रकम,
बैंकको पासबुक,
इन्कान छाप
現金、通帳、印鑑



- ⑪ पासपोर्ट, रेजिडेन्ट कार्ड,
स्वास्थ्य बीमा कार्ड
パスポート、在留カード、保険証



- ⑫ परिवार तथा साथी आदि
फोन नम्बरको मेमो
家族や友達など連絡先のメモ



- ⑬ टर्च लाइट
*दुबै हात स्वतन्त्र हुने
हेड लाइट उपयोगी
ライト
※両手が使えるヘッドライトが便利



- ⑭ इमर्जेन्सी सेट
救急セット



- ⑮ नियमित खानेगेरेका
औषधीहरू
常備薬



- ⑯ दाँत माइने,
मुख भित्र सफा गर्न
मिल्ने वेट टिस्यु पेपर
(पानी नहुँदा उपयोगी)
歯ブラシ、口腔用ウェットティッシュ
(水がない時に便利)



- ⑰ महिनावारी
हूँदाका सामानहरू
生理用品



दुधेबालक भएकाले /赤ちゃんがいる人

- ① पाउडर दुध
粉ミルク



- ② दुध पिलाउने बोटल
ほ乳ビン



- ③ डायपर तथा
दिसा पुछ्ने
おむつ、おしりふき



अरु पनि आवश्यक समान छ भन्ने लागेमा लेखेर राख्नुहोस् ।

ほかに必要と思うものがあれば書いておきましょう。

