

# របៀបប្រើកាបូប សៀវភៅសំរួលពេលមានអសន្ត 「災害のときの便利ノート」の使い方》》》



1

ពេលមានគ្រោះអសន្តដើម្បីកុំអោយមានគ្រោះថ្នាក់កើតឡើង ជាធម្មតាគួរមានសៀវភៅកត់ត្រាជាប់ខ្លួន នៅកន្លែងសំខាន់ៗដូចតទៅ(កន្លែងភៀសខ្លួនដែលជិតជាងគេ)(ព័ត៌មានអំពីរូបខ្ញុំ) (លេខទូរស័ព្ទកន្លែងសំខាន់ៗ)ជាដើម។ មានទំព័រកំណត់ហេតុផ្ទាល់ខ្លួនដែលអាចកត់ត្រាសំគាល់អំពី កន្លែងសំខាន់ៗនៃក្រុមគ្រួសារនិង មិត្តភក្តិជាដើម។ បើសិនជាមិនបានដឹងពីកន្លែងភៀសខ្លួនពេលមានគ្រោះអសន្តលោកអ្នកអាចសួរអ្នកជិតខាង ឬក៏ សាលាក្រុងដែលរស់នៅ។



災害が起きたときに困らないように、普段から連絡先などをこのノートに書いておくと役に立ちます。「近くの避難所」「わたしのこと」「大事な連絡先」など、自分で書くページがあります。家族や友だちと内容を確認して書いておきましょう。  
避難所の場所がわからないときは、近所の人や市役所に聞いてみましょう。

2

ក្នុងកាបូបសៀវភៅកត់ត្រាសូមកុំភ្លេចដាក់ត្រៀមជាមួយនៅសៀវភៅ កំណត់ហេតុប្រចាំថ្ងៃនិងកាបូបលុយ និងកាន់ជាប់ជាមួយខ្លួនជាប្រចាំ ជាប់ជានិច្ច។ សៀវភៅកត់ត្រាសំរួលពេលមានអសន្ត បើធំពិបាក ដាក់ចូលក្នុងកាបូបសូមបត់តាមស្នាមបន្ទាត់អោយតូចទើបដាក់ចូល ជាការប្រសើរ។

ノートは手帳や財布などに入れて、いつも一緒に持ちましょう。折りたたまれていない場合は、線のとおり  
折って小さくたたんでから入れてください。



※この事業は、一般財団法人自治体国際化協会の助成により実施されています。