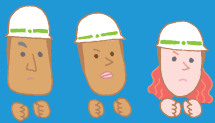


災害多言語情報

Thông tin đa ngôn ngữ về phòng tránh thiên tai dành cho người nước ngoài



Động đất 地震

Nhật Bản là quốc gia có nhiều động đất. Chúng ta hãy cùng tìm hiểu về phương pháp đảm bảo an toàn tính mạng và công tác chuẩn bị.

日本は地震が多い国です。命を守る方法を知り、準備しましょう。

1 Khi xảy ra động đất

Trước tiên là bảo vệ tính mạng của mình.

● Nếu đang ở trong tòa nhà thì...



① Đầu tiên là cúi thấp xuống

① まずひくく



② Bảo vệ đầu

② あたまをまもり



③ Không di chuyển

③ うごかない

● Nếu đang trong tòa nhà thì...

Tránh xa các bức tường bê tông, chú ý tới các mảnh vỡ hay đồ vật rơi từ trên xuống.

● Trong thang máy

Ấn tất cả các nút, ra khỏi tầng đầu tiên mà thang dừng lại. Không sử dụng thang máy khi thoát hiểm.

● Đang lái xe

Dừng xe ở lề đường bên trái. Không khóa xe, để nguyên chìa khóa ở đó và lánh nạn.

● Nếu ở gần biển thì...

Lập tức chạy tới địa điểm lánh nạn hay khu đồi cao. Chú ý sóng thần.

● Nếu ở gần mỏm núi hay nơi có dòng nước xiết thì

Lập tức rời khỏi mỏm núi hay khu vực có nước. Chú ý tới lở đất, lở đá

1 大きな地震が起きたとき

まずは自分の命を守る。

● 建物の中にいたら

● 外にいたら

ブロック塀などから離れ、ガラス破片や落下物に注意する。

● エレベーターの中

ボタンを全部押して、最初に停止した階でおりる。エレベーターを避難に使わない。

● 車の運転中

道路の左側に停車する。ドアをロックせず、車に鍵をつけたまま避難する。

● 海に近くにいるとき

津波が起こる可能性がある。すぐに指定された避難場所や高台に逃げる。

● 崖の近く、渓流にいるとき

すぐに崖や渓流から離れる。がけ崩れや土石流に注意する。

2 Sau khi đã hết rung lắc

● Đảm bảo an toàn

Mở cửa ra vào hay cửa sổ để đảm bảo có lối thoát ra ngoài. Kiểm soát lửa.

● Khi ở một nơi khác bên ngoài

Không quá cố gắng để vội vã về nhà. Đường xá và ga tàu rất đông đúc nên hãy chờ ở nơi an toàn.

2 揺れがおさまったら

● 安全の確保

玄関や窓を開けて出口を確保する。火の始末をする。

● 外出先にいるとき

無理に急いで家に帰らない。道や駅などは混雑するので、安全な場所で待つ。

3 Thu thập thông tin, kiểm tra xem có an toàn hay không

Ngay sau khi mới xuất hiện động đất thì điện thoại có thể sẽ khó thông. Đừng tin tưởng ở những tin đồn, hãy tìm kiếm thông tin đúng đắn.

● Internet, SNS (Mạng xã hội)

Xác nhận thông tin mới nhất bằng các bản tin, v...v.
Kênh NHK World (Phát bằng 18 ngôn ngữ).
<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/>



● Đường dây “171” chuyên cung cấp thông tin thiên tai thảm họa

Có thể ghi âm, nghe tin nhắn để kiểm tra xem gia đình hay bè bạn có an toàn hay không.

4 Địa điểm lánh nạn

- Khi không có những mối nguy như hỏa hoạn hay sụp đổ, hãy sinh hoạt tại nhà của mình.
 - Có thể nhận được nước uống hay đồ ăn tại địa điểm lánh nạn.
 - Có thể lấy được những thông tin cần thiết tại địa điểm lánh nạn.
- ※ Hãy xác nhận trước về địa điểm tập trung, lánh nạn với các thành viên trong gia đình.

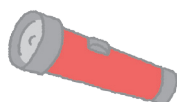
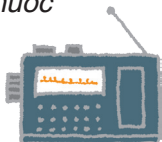
4 避難所

- 火災や倒壊の危険がないときは、自宅で生活する。
 - 避難所では、水や食べ物をもらうことができる。
 - 避難所では、必要な情報を得られる。
- ※事前に、家族で落ち合う避難所を確認しておく。



5 Đồ đạc mang theo

Tiền (tiền lẻ), sổ sao kê ngân hàng, con dấu cá nhân, hộ chiếu, thẻ cư trú, bảo hiểm, bật lửa, diêm, đèn pin, điện thoại di động, pin dự phòng, pin khô, đài, thuốc



5 持ち出し用の荷物

お金 (小銭)、通帳、印鑑、パスポート、在留カード、保険証、ライター、マッチ、ヘッドライト、携帯電話、モバイルバッテリー、乾電池、ラジオ、薬

6 Những thứ luôn chuẩn bị sẵn ở nhà

※ Chuẩn bị ít nhất phần của 3 ngày những vật phẩm sau.
Nước (1 ngày 3l), đồ ăn (đồ hộp, thức ăn tiết trùng, bánh kẹo, v...v), toilet tiện lợi, bàn chải đánh răng, bếp ga cá nhân, bình ga cá nhân, băng vệ sinh, túi nylon, màng bọc thực phẩm, miếng dán giữ ấm, v...v



6 家にいつも準備しておくもの

※ 3日分より多く準備する。
水 (1日3リットル)、食べ物 (缶詰、レトルト食品、菓子など) 携帯トイレ、歯ブラシ、カセットコンロ、ガスボンベ、生理用品、ビニール袋、キッチン用ラップ、使い捨てカイロ等



公益財団法人 かながわ国際交流財団
Phát hành : Kanagawa Kokusai Koryu Zaidan

TEL:045-620-4466 e-mail : tabunka@kifjp.org

Tagengo Navi Kanagawa

「多言語ナビかながわ」

<http://www.kifjp.org/kmlc>