

คุณเตรียมพร้อมรับมือกับภัยพิบัติแล้วหรือยัง?

さいがい そな だいじょうぶ 災害への備えは大丈夫?

ควรเตรียมจัดกระเป๋าที่สามารถหิ้วออกไปได้ทันทีเวลาจะอพยพ <หนี>

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 水 (1人1リットル)
② 食糧 (缶詰、チョコレート、ビスケットなど)
③ 携帯ラジオ、モバイルバッテリー、乾電池
④ 下着、靴下
⑤ タオル
⑥ ライター (マッチ)
⑦ 手袋
⑧ ニーロン袋
⑨ 雨具 (傘、レインコート)
⑩ 現金、通帳、印鑑
⑪ パスポート、在留カード、保険証
⑫ 家族や友達など連絡先のメモ
⑬ ライト ※両手が使えるヘッドライトが便利
⑭ 救急セット
⑮ 常備薬
⑯ 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 生理用品

1 粉ミルク
2 ほ乳ビン
3 おむつ、おしりふき

- ① น้ำ (คนละ 1 ลิตร)
- ② อาหาร (อาหารกระป๋อง, ซอกโกแลต, บิสกิต ฯลฯ)
- ③ วิทยุเคลื่อนที่, พาวเวอร์แบงก์, ถ่านไฟฉาย
- ④ ชุดชั้นใน, ถุงเท้า
- ⑤ ผ้าเช็ดตัว ⑥ ไฟแช็ก (ไม่ขีดไฟ)
- ⑦ ถุงพลาสติก ⑧ ถุงมือ
- ⑨ อุปกรณ์กันฝน (ร่ม, เสื้อกันฝน)
- ⑩ เงินสด, สมุดบัญชีธนาคาร, ตราประทับข้อ
- ⑪ พาสปอร์ต, บัตรไฉววิการ์ต (บัตรพำนัก), บัตรประจำตัวผู้ประกันสุขภาพ
- ⑫ บ้านพักที่อยู่หรือเบอร์โทรศัพท์ของครอบครัวหรือเพื่อน ฯลฯ
- ⑬ ไฟฉาย ※ไฟฉายแบบสวมที่ศีรษะให้สามารถใช้มือทั้งสองข้างได้จะสะดวกมาก
- ⑭ ชุดปฐมพยาบาล
- ⑮ ยาลาสมัญประจำบ้าน
- ⑯ แปรงสีฟัน, ทิชชูเปียกสำหรับใช้ในช่องปาก (สะดวกเวลาไม่มีน้ำใช้)
- ⑰ ผ้าอนามัย

เมื่อเกิดภัยพิบัติ น้ำจะหยุดไหล อาหารก็จะหาซื้อได้ยากขึ้น ควรเตรียมน้ำและอาหารไว้ที่บ้านในปริมาณที่อยู่ที่ประมาณ 3 วัน - 1 สัปดาห์ (น้ำดื่ม 2-3 ลิตร × จำนวนคนในครอบครัว × 1 สัปดาห์)

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。
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。(のみ水は、2~3リットル×家族人数分×1週間分)



ควรตรวจเช็คตำแหน่งที่ตั้งศูนย์พักพิง <สถานที่ที่จะหนีไป>
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。

ที่ศูนย์พักพิง สามารถรับน้ำและอาหาร และสามารถรับรู้ข้อมูลข่าวสารที่จำเป็นได้
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 (ภาษาญี่ปุ่นง่ายๆ) (やさしい日本語) ---> www.kifjp.org/infokanagawa

นอกจากข้อมูลข่าวสารเวลาเกิดภัยพิบัติแล้ว
ยังแจ้งข้อมูลข่าวสารในการดำเนินชีวิตประจำวันด้วย ต้องลงทะเบียน

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。

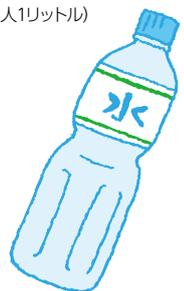
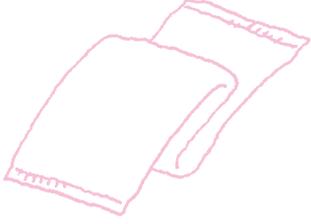
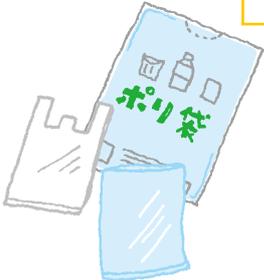
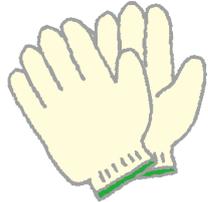
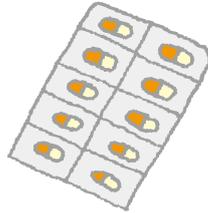


ตารางรายการสำหรับเช็คเพื่อเตรียมพร้อมรับมือภัยพิบัติ

さいがい 災害への備え チェックリスト

ควรตรวจสอบเช็คสิ่งของที่เตรียมไว้!

✓ 準備したものを
チェックしましょう!

<p>① น้ำ (คนละ 1 ลิตร) 水 (1人1リットル)</p>  <input type="checkbox"/>	<p>② อาหาร (อาหารกระป๋อง, ซอกโกแลต, บิสกิต ฯลฯ) 食べもの (缶詰、チョコレート、ビスケットなど)</p>  <input type="checkbox"/>	<p>③ วิทยุเคลื่อนที่, พาวเวอร์แบงก์, ถ่านไฟฉาย 携帯ラジオ、 モバイルバッテリー、乾電池</p>  <input type="checkbox"/>	<p>④ ชุดชั้นใน, ถุงเท้า 下着、靴下</p>  <input type="checkbox"/>
<p>⑤ ผ้าเช็ดตัว タオル</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑥ ไฟแช็ก (ไม่ใช่ไฟ) ライター (マッチ)</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑦ ถุงพลาสติก ビニール袋</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑧ ถุงมือ 手袋</p>  <input type="checkbox"/>
<p>⑨ อุปกรณ์กันฝน (ร่ม, เสื้อกันฝน) 雨具 (傘、レインコート)</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑩ เงินสด, สมุดบัญชีธนาคาร, ตราประทับชื่อ 現金、通帳、印鑑</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑪ พาสปอร์ต, บัตรไฉวิการ์ด (บัตรพำนัก), บัตรประจำตัวผู้ประกันสุขภาพ パスポート、在留カード、保険証</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑫ บันทึกรายชื่อหรือเบอร์โทรศัพท์ ของครอบครัวหรือเพื่อน ฯลฯ 家族や友達など連絡先のメモ</p>  <input type="checkbox"/>
<p>⑬ ไฟฉาย ※ไฟฉายแบบสวมที่ศีรษะ ให้สามารถไข่มือทั้งสองข้าง ได้จะสะดวกมาก ライト ※両手が使えるヘッドライトが便利</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑭ ชุดปฐมพยาบาล 救急セット</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑮ ยาสามัญประจำบ้าน 常備薬</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑯ แปรงสีฟัน, ทิชชูเปียกสำหรับใช้ในช่องปาก (สะดวกเวลาไม่มีน้ำใช้) 歯ブラシ、口腔用ウェットティッシュ (水がない時に便利)</p>  <input type="checkbox"/>
<p>⑰ ผ้าอนามัย 生理用品</p>  <input type="checkbox"/>	<p>ผู้ที่มีเด็กอ่อน / 赤ちゃんがいる人</p>		
<p>① นมผง 粉ミルク</p>  <input type="checkbox"/>	<p>② ขวดนม ほ乳ビン</p>  <input type="checkbox"/>	<p>③ ผ้าอ้อมสำเร็จรูป, ทิชชูเปียกสำหรับเช็ดก้น おむつ、おしりふき</p>  <input type="checkbox"/>	

ควรเขียนรายการสิ่งที่คุณคิดว่าจำเป็นนอกเหนือจากนี้

ほかに必要と思うものがあれば書いておきましょう。

.....

.....