

SỔ TAY HƯỚNG DẪN PHÒNG CHỐNG THÂM HỌA DÀNH CHO CƯ DÂN NGƯỜI NƯỚC NGOÀI

(Phiên bản tiếng Việt)



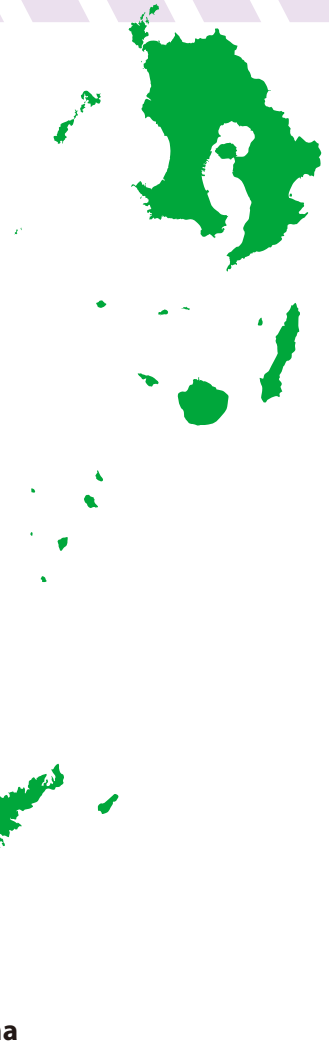
Lời nói đầu

- ◇ Để bảo vệ bản thân trước thảm họa thiên tai thì suy nghĩ “tự bảo vệ mình” là điều quan trọng nhất.
- ◇ Thêm nữa, sinh sống ở một quốc gia không phải quê hương của mình, ai cũng sẽ phải đối mặt với rất nhiều khó khăn. Vì vậy, việc xây dựng mối quan hệ với những người xung quanh cũng rất quan trọng.
- ◇ Trong cuốn sổ tay này, chúng tôi sẽ cung cấp những thông tin cần thiết và cơ bản về hoạt động phòng bị trước thiên tai và cách tạo dựng mối quan hệ với hàng xóm xung quanh v.v.
- ◇ Chúng tôi rất mong cuốn sổ tay này có thể giúp các bạn chuẩn bị thật tốt trong công tác phòng chống thảm họa.

Pháp nhân đoàn thể công ích HIỆP HỘI GIAO LƯU QUỐC TẾ TỈNH KAGOSHIMA

Giới thiệu về tỉnh Kagoshima

- ◇ Tỉnh Kagoshima là tỉnh nằm ở cực nam của đảo Kyushu, được bao quanh bởi Thái Bình Dương và biển Hoa Đông. Trải dài 600 km từ bắc đến nam, Kagoshima tự hào là vùng đất được thiên nhiên ban tặng rất nhiều đảo và quần đảo xinh đẹp như Tanegashima, Yakushima, Amami v.v.
- ◇ Dây núi lửa Kirishima trải dài theo hướng bắc - nam, nằm giữa vùng trung tâm tỉnh, tạo nên một địa hình đặc trưng với 11 ngọn núi lửa. Nhờ vậy, Kagoshima được thừa hưởng nguồn suối nước nóng tự nhiên vô cùng phong phú. Ngoài ra, hầu hết các lớp địa chất trong tỉnh được bao phủ bởi lớp shirasu dày – lớp đất đặc biệt được tạo ra từ tro núi lửa.
- ◇ Khí hậu Kagoshima nằm trong khu vực ôn đới và cận nhiệt đới, có nền nhiệt độ trung bình cao hơn so với các địa phương khác trong cả nước. Do vậy, Kagoshima luôn được thiên nhiên ưu đãi với một khí hậu ôn hòa, ấm áp.



Những thảm họa thiên tai chính tại tỉnh Kagoshima

- ◇ Bão
Kagoshima là khu vực có rất nhiều bão, thường bắt đầu từ tháng 7 đến tháng 9 hàng năm. Khi có bão thường đi kèm mưa to gió lớn.
- ◇ Lũ lụt
Thường xảy ra vào mùa mưa và mùa bão. Mưa lớn tạo ra lũ gây thiệt hại nhà cửa, đường xá, sạt lở núi. Ngoài ra, nước sông dâng cao còn gây phá hủy cầu, đường v.v.
- ◇ Núi lửa
Sakurajima là ngọn núi lửa nổi tiếng nhất tại Kagoshima. Khi núi lửa phun trào, bụi tro núi lửa và đá vụn có thể bay lên không trung và rơi xuống. Nếu để tro núi lửa rơi vào mắt có thể gây ngứa và tổn thương cho mắt.
- ◇ Động đất
Nơi đây cũng thường xuyên xảy ra động đất. Khi mặt đất rung chuyển có thể gây ra các thiệt hại như đổ vỡ đồ đạc, hư hại nhà cửa v.v.

Những vật dụng cần chuẩn bị trong trường hợp xảy ra thảm họa

Chuẩn bị trước trước ①vật dụng khẩn cấp, ②đồ tích trữ khẩn cấp để phòng bị trong trường hợp xảy ra thảm họa.

Lưu ý: Hãy kiểm tra hạn sử dụng của thực phẩm tích trữ và mua đồ mới thay thế cho đồ hết hạn.

Vật dụng khẩn cấp (khi đi sơ tán)

- | | | | | | |
|--|---|---|---|---|--|
| 
<input type="checkbox"/> Nước uống | 
<input type="checkbox"/> Thực phẩm | 
<input type="checkbox"/> Thuốc (thuốc thường dùng hàng ngày) | 
<input type="checkbox"/> Tiền mặt | 
<input type="checkbox"/> Thẻ rút tiền | 
<input type="checkbox"/> Hộ chiếu |
| 
<input type="checkbox"/> Thẻ lưu trú | 
<input type="checkbox"/> Số ngân hàng | 
<input type="checkbox"/> Con dấu | 
<input type="checkbox"/> Bản copy thẻ bảo hiểm | 
<input type="checkbox"/> Quần áo | 
<input type="checkbox"/> Đồ lót |
| 
<input type="checkbox"/> Khăn vải | 
<input type="checkbox"/> Khăn giấy khô | 
<input type="checkbox"/> Khăn giấy ướt | 
<input type="checkbox"/> Bộ bàn chải đánh răng | 
<input type="checkbox"/> Băng vệ sinh | 
<input type="checkbox"/> Găng tay |
| 
<input type="checkbox"/> Túi nilon | 
<input type="checkbox"/> Kính râm | 
<input type="checkbox"/> Đèn pin | 
<input type="checkbox"/> Pin, thiết bị sạc | 
<input type="checkbox"/> Đai cắt-sét cắm tay | 
<input type="checkbox"/> Mũ (mũ bảo hiểm v.v) |

Đồ tích trữ khẩn cấp (đồ luôn chuẩn bị sẵn trong nhà)

- | | | | |
|--|--|---|--|
| 
<input type="checkbox"/> Nước uống | 
<input type="checkbox"/> Thực phẩm | 
<input type="checkbox"/> Đũa, đĩa, cốc giấy dùng một lần | 
<input type="checkbox"/> Màng bọc thực phẩm, giấy bạc |
| 
<input type="checkbox"/> Bếp ga mini | 
<input type="checkbox"/> Giấy vệ sinh | 
<input type="checkbox"/> Chăn | 
<input type="checkbox"/> Giấy báo |



Lưu ý: Những đồ dùng cần thiết ở mỗi người sẽ khác nhau. Vì thế, hãy tự chuẩn bị những thứ cần thiết phù hợp với nhu cầu và hoàn cảnh của bản thân và gia đình mình.

Ví dụ: gia đình có trẻ nhỏ: tã, sữa bột, bình sữa, đồ ăn dặm v.v.

Tra cứu nơi/ địa điểm sơ tán (nơi lánh nạn khi xảy ra thảm họa)



Trong trường hợp sắp xảy ra thảm họa, hoặc khi đã xảy ra thảm họa thì nơi sơ tán là nơi những người gặp nguy hiểm hoặc bị thiệt hại nhà cửa, có thể sơ tán đến sinh hoạt tạm thời trong một thời gian nhất định.

Tại Nhật, nơi sơ tán thường là trường học, nhà thi đấu thể dục thể thao, nhà văn hóa v.v. Chúng ta có thể kiểm tra địa điểm sơ tán ở bản đồ cảnh báo nguy cơ (hazard map) do chính quyền địa phương xây dựng (tham khảo trang 5). Khi nhận được thông tin sơ tán từ chính quyền địa phương, hãy nhanh chóng sơ tán đến nơi sơ tán gần nhất.

Ký hiệu chỉ dẫn nơi sơ tán

ひなんじょ きごう
避難所の記号



ひなんじょ
Nơi sơ tán / 避難所



緊急ひなんぼしよ
緊急避難場所



津波ひなんぼしよ
津波避難場所

Tìm hiểu về nơi sơ tán

Nơi sơ tán là nơi mà bất kỳ ai cũng có quyền sử dụng (bao gồm cả người Nhật, người nước ngoài, khách du lịch v.v) và được sử dụng miễn phí. Tại nơi sơ tán, mọi người sẽ được cấp phát miễn phí những đồ thiết yếu như đồ uống, thực phẩm, chăn đắp. Tại đây, bạn cũng có thể liên hệ để biết được thông tin thảm họa, thông tin cần thiết cho sinh hoạt v.v.



Quy định tại nơi sơ tán và những điểm cần lưu ý

- ◇ Làm thủ tục đăng ký tại quầy tiếp đón. Điền các thông tin cá nhân cần thiết như họ tên tại quầy tiếp đón.
- ◇ Tại đây cũng sẽ có nhiều người cùng đến để sơ tán và sinh hoạt tập thể. Vì thế, hãy chú ý để tránh gây ảnh hưởng tới người khác.
- ◇ Sử dụng nhà vệ sinh sạch sẽ. Tuân thủ các quy định về phân loại rác.
- ◇ Tại nơi sơ tán có thể sẽ được phát đồ uống, đồ ăn, chăn đắp v.v. Nhưng chủng loại, số lượng, và thời gian phân phát v.v sẽ tuân theo quy định của nơi sơ tán. Vì vậy, hãy đọc kỹ các quy định để nắm bắt thông tin.
- ◇ Mang theo đồ dùng cá nhân cần thiết.
- ◇ Có thể có nơi sơ tán yêu cầu phải cởi giày trước khi vào.
- ◇ Không nói chuyện lớn tiếng.
- ◇ Không sử dụng lửa trong tòa nhà sơ tán.
- ◇ Nếu cảm thấy lo lắng hoặc có gì không hiểu, hãy hỏi những người xung quanh hoặc nhân viên phụ trách để được giúp đỡ.
- ◇ Chú ý thực hiện các biện pháp phòng ngừa lây lan các bệnh truyền nhiễm và luôn ý thức bảo vệ sức khỏe của bản thân.

Xây dựng mối quan hệ với hàng xóm người Nhật

Khi xảy ra thảm họa thì việc giúp đỡ lẫn nhau, hợp tác với mọi người xung quanh là điều rất quan trọng. Hãy cùng xây dựng mối quan hệ với hàng xóm xung quanh ngay từ hôm nay để có thể giúp đỡ lẫn nhau phòng khi xảy ra khó khăn, hoạn nạn.



- ◇ Chào hỏi và giao lưu với hàng xóm, người dân sống xung quanh.
- ◇ Tham gia các lễ hội do địa phương tổ chức.
- ◇ Tham gia các hoạt động dọn dẹp vệ sinh, sự kiện để giao lưu, kết bạn với người dân địa phương.

- ◇ Tham gia các buổi tập huấn phòng chống thảm họa tại địa phương
- ◇ Tập huấn phòng chống thảm họa là hoạt động tập luyện để người dân có thể tự bảo vệ tính mạng của mình khi xảy ra thảm họa.



Giới thiệu về “Quầy tư vấn tổng hợp dành cho người nước ngoài tỉnh Kagoshima”

“Quầy tư vấn tổng hợp dành cho người nước ngoài” là bộ phận chuyên tư vấn và hỗ trợ cho người nước ngoài khi gặp khó khăn trong nhiều lĩnh vực như tư cách lưu trú, lao động, việc làm, y tế, phúc lợi, giáo dục, nuôi dạy con, thảm họa v.v.

○ Địa chỉ tư vấn :

Tầng 1, tòa nhà Trung tâm giao lưu cư dân Kagoshima

〒892-0816, 14-50 Yamashita-cho, thành phố Kagoshima, tỉnh Kagoshima

TEL : **070 — 7662 — 4541**

e-mail : kiasoudan@gmail.com



facebook : 

○ Thời gian làm việc : từ thứ 3 đến chủ nhật

(Trường hợp thứ 2 trùng với ngày nghỉ lễ thì Quầy tư vấn sẽ mở cửa thứ 2 và nghỉ bù vào ngày làm việc tiếp theo)

○ Ngôn ngữ tư vấn: Tư vấn viên có thể tư vấn trực tiếp bằng tiếng Nhật, tiếng Anh, tiếng Việt

Các ngôn ngữ khác bao gồm tiếng Trung, tiếng Tagalog, tiếng Hàn, tiếng Indonesia, tiếng Nepal, tiếng Khơ - me, tiếng Thái, tiếng Myanmar, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Malaysia, tiếng Pháp, tiếng Nga, tiếng Đức, tiếng Ý, tiếng Mông Cổ, tiếng Shinhala, tiếng Hindi, tiếng Bengal: Quầy tư vấn sẽ thông qua tổng đài phiên dịch đa ngôn ngữ để dịch qua điện thoại.

Thu thập thông tin

Bản đồ cảnh báo nguy cơ (hazard map)

Bản đồ cảnh báo nguy cơ là bản đồ do chính quyền địa phương xây dựng để cung cấp thông tin về nơi sơ tán, nơi có nguy cơ xảy ra thảm họa thiên tai, thông tin về bệnh viện v.v cho người dân. Bạn có thể nhận bản đồ từ chính quyền địa phương hoặc xem trực tiếp từ trang web của chính quyền địa phương.

Hãy tìm hiểu và xác nhận trước hướng đi và cách di chuyển đến nơi sơ tán để tự bảo vệ mình khi xảy ra thảm họa thiên tai.



Các trang web và phần mềm hữu ích

- ◇ Các phần mềm cung cấp thông tin thảm họa bằng nhiều ngôn ngữ
- ◇ Trang web cung cấp thông tin hữu ích như dự báo thời tiết Cơ quan khí tượng Nhật Bản (14 ngôn ngữ)
<https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>

Cổng thông tin phòng chống thiên tai tỉnh Kagoshima
http://www.bousai.pref.kagoshima.jp/pub_web/portal-top/



Safety Tips



NHK World-Japan



Voice Tra (ボイストラ)

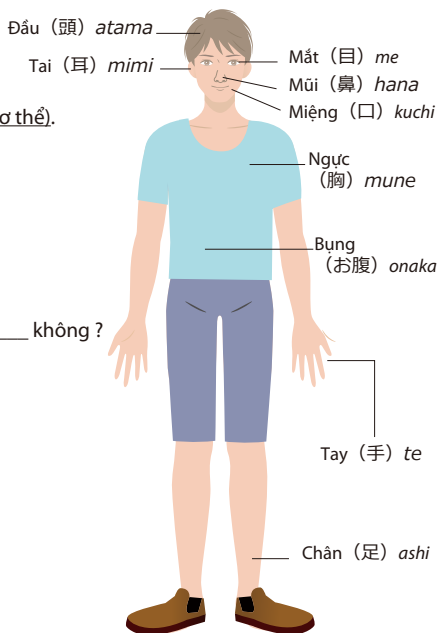


- Cập nhật thông tin mới nhất qua ti vi, đài, internet v.v
Xác nhận thông tin trên website của chính quyền địa phương nơi cư trú.

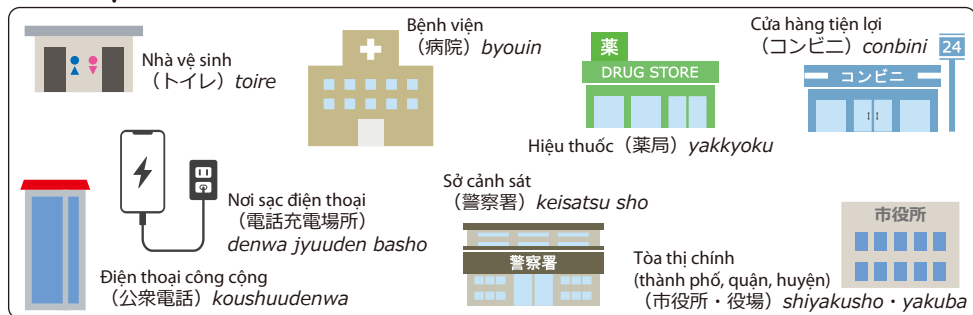
Một số câu tiếng Nhật dùng trong trường hợp khẩn cấp

Dưới đây là một số câu tiếng Nhật có thể phải sử dụng trong trường hợp khẩn cấp như thảm họa thiên tai. Hãy cùng học và ghi nhớ để phòng khi khẩn cấp có thể sử dụng được.

- ^{たす} 助けてください。Cứu/giúp tôi với!
- けがをしました。Tôi bị thương.
- ^{からだ なまえ いた} (体の名前) が痛いです。Tôi bị đau ở (tên bộ phận cơ thể).
- ^{きゅうきゅうしゃ よ} 救急車を呼んでください。Xin hãy gọi xe cấp cứu giúp tôi.
- ^{かじ} 火事です。Cháy!
- ^{しょうぼうしゃ よ} 消防車を呼んでください。Xin hãy gọi xe cứu hỏa giúp tôi.
- ^{ばしょ} ここは (場所) です。Tôi đang ở (tên địa điểm).
- ^ご (～語) が分かりますか？ Anh/chị có thể nói tiếng _____ không？
- ^{ばしょ} (場所) はどこですか？ (Tên địa điểm) là ở đâu ạ？
- ^{ひなんじょ} 避難所はどこですか？ Nơi sơ tán ở đâu ạ？
- ^{ひなんじょ い} 避難所へ行きたいです。Tôi muốn đi đến nơi sơ tán.



Tên các địa điểm



Hãy ghi chép lại địa chỉ liên lạc và những thông tin quan trọng!

- Điều này rất cần thiết khi xảy ra thảm họa hay khi phải đi sơ tán.
- Hãy ghi chép lại các thông tin như họ và tên, quốc tịch, số hộ chiếu, số điện thoại liên lạc v.v.
→ Xem thêm tại trang 14

Những điểm cần chú ý khi có bão

Đặc trưng của bão

- ◇ Trong thời gian từ tháng 7 đến tháng 10, thường xuất hiện nhiều cơn bão tiếp cận hoặc đổ bộ trực tiếp vào lãnh thổ Nhật Bản, gây ra mưa lớn, lũ lụt, gió giật mạnh, triều cường v.v. Đặc biệt, ở Nhật có nhiều núi với độ dốc lớn, nhiều sông ngòi nên khi xảy ra mưa lớn do bão hay front thời tiết, dễ gây sạt lở núi, lở đất đá, ngập sông, đe dọa đến tính mạng của con người.
- ◇ Những thiệt hại do bão gây ra không chỉ gây thiệt hại về người mà còn tác động lớn đến cơ sở hạ tầng như mất điện, mất nước v.v.



Phải làm gì khi bão về?



- ◇ Khi có mưa lớn hay có bão, không đi đến những nơi nguy hiểm như bờ biển, sông có mực nước dâng cao, vách núi, đầm nước v.v. Hãy tham khảo bản đồ cảnh báo nguy cơ do chính quyền địa phương cung cấp để xác nhận con đường an toàn đến nơi sơ tán.
- ◇ Trước khi trời mưa, gió lớn hãy đóng cửa sổ, cửa chớp, cố định đồ đạc bên ngoài để không bị gió cuốn bay hoặc cất vào trong nhà v.v. Để đảm bảo sự an toàn cho bản thân, không làm các công việc ngoài trời khi mưa to, gió lớn.
- ◇ Khi chuẩn bị cho tình huống phải đi sơ tán, hãy kiểm tra lại vật dụng cần mang theo và xác nhận thông tin về nơi sơ tán.
- ◇ Khi đi sơ tán, hãy bình tĩnh hành động và hợp tác, giúp đỡ những người xung quanh.



Cách xem bản đồ dự báo thời tiết

- ◇ Thông tin dự báo thời tiết được cập nhật theo tần suất 3 tiếng một lần và có thể dự báo trước 24 tiếng trước khi bão về. Thông tin dự báo trong vòng 5 ngày tới được cập nhật cứ 6 tiếng một lần. Nội dung dự báo thời tiết cung cấp các thông tin như vị trí trung tâm cơn bão tại từng thời điểm dự báo (tâm bão và bán kính phạm vi ảnh hưởng), hướng đi, tốc độ, áp suất trung tâm, tốc độ gió mạnh nhất, tốc độ gió tức thời, phạm vi ảnh hưởng của gió v.v.
- ◇ Tại Nhật, các cơn bão sẽ được Cơ quan khí tượng đánh số thứ tự theo thời gian xuất hiện. Cơn bão đến sớm nhất năm sẽ được gọi là cơn bão số 1. Tuy nhiên, các cơn bão xuất hiện tại khu vực châu Á sẽ được đặt tên cụ thể dựa trên quy ước của các nước liên quan (tên của cơn bão sẽ được các nước thành viên luân phiên đề xuất).



Những điều cần chú ý khi xảy ra mưa lớn, lũ lụt, sạt lở đất



Đặc trưng của mưa lớn, lũ lụt, sạt lở đất

- ◇ Ở Nhật, mùa mưa thường kéo dài từ tháng 5 đến tháng 6, mùa bão từ tháng 7 đến tháng 10. Từ tháng 10 trở đi, thỉnh thoảng cũng xảy ra mưa lớn.
- ◇ Khi lượng mưa rất lớn đổ xuống trong một thời gian ngắn trên phạm vi rộng có thể gây ra vỡ đê, tràn sông và gây thiệt hại lớn như ngập, lũ lụt v.v.

- ◇ Tại những khu vực trũng, gần sông có thể bị ngập đến nóc nhà.
- ◇ Mưa lớn cũng có thể gây sạt lở núi, vách núi, sạt lở đất do lũ quét v.v.
- ◇ Khi cầu đường không thể lưu thông thì các tuyến đường cao tốc, đường sắt cũng có thể sẽ bị hạn chế lưu thông.

Phải làm gì khi xảy ra mưa lớn?



- ◇ Khi có mưa lớn hay có bão, mọi người hãy chú ý không đi đến những nơi nguy hiểm như bờ biển, sông có mực nước dâng cao, vách núi, đâm nước v.v. Hãy tham khảo bản đồ cảnh báo nguy cơ do chính quyền địa phương cung cấp để xác nhận con đường an toàn đến nơi sơ tán.
- ◇ Khi chuẩn bị trong trường hợp có thể phải đi sơ tán, hãy kiểm tra lại đồ cần mang theo và xác nhận trước địa điểm sơ tán.
- ◇ Khi đi sơ tán, hãy hợp tác và giúp đỡ những người xung quanh.



Các loại thảm họa do sạt lở đất (thiên tai trầm tích) và dấu hiệu báo trước










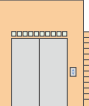


Sạt lở vách núi	Trượt lở đất	Lũ bùn đá
<ul style="list-style-type: none"> • Nước đổ ra ào ạt từ vách núi • Xuất hiện vết nứt ở sườn núi • Đá nhỏ lăn từ trên xuống • Nghe thấy âm thanh lạ như tiếng nứt rã cây từ vách núi 	<ul style="list-style-type: none"> • Nước giếng, nước đấm hồ trở nên đục đơn • Có vết nứt xuất hiện trên mặt đất • Có nước phun ra từ núi • Có vết nứt rạn trên nhà, tường • Nhà, tường, cây, cột điện bị nghiêng 	<ul style="list-style-type: none"> • Nghe thấy tiếng âm âm trên núi • Mưa kéo dài nhưng mực nước sông lại giảm • Nước sông tự nhiên đục, cây bắt đầu bị cuốn trôi về • Có mùi lạ như mùi đất bị phân hủy 

Những điểm cần chú ý khi xảy ra động đất

Đặc trưng của động đất

- ◇ Mặt đất đột ngột rung chuyển. Nếu như trận động đất lớn có thể sẽ không thể đứng vững.
- ◇ Nếu cảm thấy rung lắc, điều quan trọng nhất là không được hoảng loạn mà phải bình tĩnh hành động để bảo vệ bản thân mình.
- ◇ Sau khi xảy ra động đất lớn, có thể sẽ có dư chấn kèm theo.
- ◇ Có trường hợp xảy ra động đất kéo theo sóng thần.



Phải làm gì khi xảy ra động đất				
Khi ở trong tòa nhà				
	Nấp dưới gầm bàn, bảo vệ đầu.	Chuẩn bị sẵn cửa thoát hiểm.	Không hoảng loạn chạy đi tắt bếp.	Không vội vàng lao ra ngoài. Khi sơ tán, phải đi giầy.
Khi ở trong ô tô				
	Không vội vàng giảm tốc độ.	Đỗ xe vào lề đường bên trái và tắt động cơ.	Để chìa khóa cắm trên xe.	Xuống xe và đi sơ tán
Khi ở ngoài đường phố				
	Bảo vệ an toàn cho đầu. Chú ý kính cửa sổ, biển báo.	Khi đang ở thang máy, phải nhanh chóng ra khỏi thang máy và sử dụng cầu thang bộ.	Sơ tán đến nơi có không gian rộng. Tường và máy bán hàng tự động cũng có thể sẽ gây nguy hiểm.	Không đến gần khu vực có đường dây điện bị đứt gãy.



Tin báo động đất khẩn cấp

Tin báo động đất khẩn cấp là thông báo thường được đưa ra trước khi xảy ra rung chấn lớn. Các phương tiện truyền thông như ti vi, đài, điện thoại di động, đài phát thanh của địa phương sẽ đồng loạt phát đi cảnh báo. Ngoài ra còn có phần mềm cảnh báo động đất khẩn cấp.

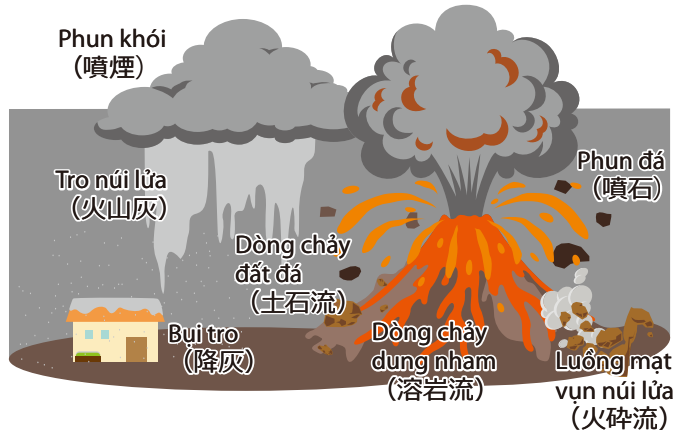
Kể từ khi có cảnh báo cho đến khi có rung chấn chỉ cách vài giây đến vài chục giây. Vì vậy, thường ngày hãy suy nghĩ trước những hành động có thể bảo vệ tính mạng của mình để kịp thời chuẩn bị và đối phó ngay sau khi nhận được tin báo.

Những điểm cần chú ý khi núi lửa phun trào

Tình hình núi lửa ở Kagoshima

- ◇ Trên toàn tỉnh Kagoshima có đến 11 ngọn núi lửa đang hoạt động, chiếm 10 % tổng số 110 ngọn núi lửa đang hoạt động trên toàn quốc. Trong đó núi Kirishima, Sakurajima, Satsuma Iojima, Kuchinoerabujima, Suwanosejima là 5 ngọn núi được Cơ quan khí tượng theo dõi hoạt động trong suốt 24 giờ/ ngày.
- ◇ Núi lửa Sakurajima là một trong những ngọn núi liên tục hoạt động mạnh. Khi núi lửa hoạt động sẽ phun ra tro bụi. Trong trường hợp núi lửa Sakurajima phun trào với quy mô lớn, các thông tin lánh nạn, dự báo phun tro sẽ được cập nhật liên tục trên tivi, đài. Khu vực bị ảnh hưởng bởi tro núi lửa khác nhau tùy theo hướng gió. Mùa hè thường có xu hướng phun về phía thành phố Kagoshima, mùa đông có xu hướng phun về hướng bán đảo Osumi.

Sự phun trào của núi lửa



Phải làm gì khi núi lửa phun tro?


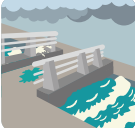





- ◇ Khi núi lửa hoạt động dữ dội, điều quan trọng nhất là phải sơ tán càng sớm càng tốt. Nếu đợi đến khi dòng nham thạch, đá vụn bắt đầu chảy hoặc phun ra mới bắt đầu sơ tán thì sẽ là quá muộn. Vì vậy, hãy liên tục cập nhật thông tin từ Cục khí tượng và nhanh chóng sơ tán khỏi nơi nguy hiểm.
- ◇ Khi tro núi lửa bay vào mắt, không được rụi mà phải nhanh chóng rửa mắt bằng nước sạch. Nếu như vẫn không thể lấy được bụi tro thì phải nhanh chóng đến phòng khám chuyên khoa mắt để được kiểm tra. Nếu như đeo kính áp tròng, hãy tháo kính để phòng ngừa tổn thương cho mắt.
- ◇ Trường hợp có những triệu chứng liên quan đến đường hô hấp do hít phải tro núi lửa, hãy đến các cơ quan y tế gần nhất để được khám chữa.
- ◇ Khi núi lửa phun tro có thể sẽ làm cho tầm nhìn bị hạn chế, phanh xe không hoạt động tốt. Vì vậy, để đảm bảo an toàn, nên hạn chế điều khiển các phương tiện giao thông như ô tô, xe đạp, xe máy.

Phải làm gì khi thời tiết chuyển biến xấu?

Bảng ước lượng thời gian phát sinh và các hành động để đối phó với thảm họa

(Bão, mưa lớn, lũ lụt, sạt lở đất)

Ước lượng thời gian phát sinh thảm họa	Tình trạng thời tiết, sông, núi	Cấp độ cảnh báo Thông tin thời tiết (do Cơ quan khí tượng cung cấp) Thông tin lánh nạn (do chính quyền quận, huyện, thành phố cung cấp)
Thời tiết chuẩn bị chuyển biến xấu	<ul style="list-style-type: none"> • Thông tin về mưa lớn, bão được cập nhật trên bản tin thời sự 	<p style="text-align: center;">1</p> Thông tin cảnh báo sớm
Thời tiết chuyển biến xấu	<ul style="list-style-type: none"> • Mưa và gió bắt đầu mạnh dần lên • Mưa bắt đầu ngấm dần vào mặt đất • Nước sông dâng dần lên 	<p style="text-align: center;">2</p> Thông tin “Chú ý mưa lớn” Thông tin “Chú ý lũ lụt” Hoàn thành việc chuẩn bị lánh nạn
Nguy cơ xảy ra thiên tai	<ul style="list-style-type: none"> • Mưa lớn • Đất đá bị sũng nước • Mực nước sông dâng cao 	<p style="text-align: center;">3</p> “Cảnh báo mưa lớn” “Cảnh báo lũ lụt” v.v Phát lệnh Sơ tán người cao tuổi v.v
Trước khi xảy ra thiên tai	<ul style="list-style-type: none"> • Đá nhỏ từ trên núi văng xuống • Nước đổ ra từ sườn núi • Nước sông sắp tràn bờ • Nghe thấy âm thanh lạ phát ra từ núi 	<p style="text-align: center;">4</p> Cảnh báo thảm họa sạt lở đất v.v” Phát lệnh Chỉ thị sơ tán Hoàn tất việc sơ tán
Xảy ra thiên tai	<ul style="list-style-type: none"> • Nước sông tràn • Lở núi • Đường bị đất đá vùi lấp 	<p style="text-align: center;">5</p> “Cảnh báo mưa lớn đặc biệt” v.v Phát lệnh Đảm bảo an toàn tính mạng khẩn cấp

Những việc cần chuẩn bị và hành động

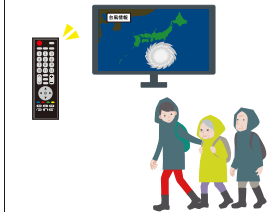
- Xác nhận lại các vật dụng đã chuẩn bị trong “túi khẩn cấp”.
- Chuẩn bị các loại thuốc uống hàng ngày.
- Khi sắp có bão, cắt các đồ có nguy cơ bị gió thổi bay vào trong nhà.



- Xác nhận thông tin thời tiết qua các phương tiện như tivi, internet v.v.
- Sạc pin điện thoại.
- Xác nhận trước nơi sơ tán và đường đi đến nơi sơ tán bằng “bản đồ cảnh báo nguy cơ”.



- Liên tục xác nhận thông tin thời tiết và thông tin lánh nạn qua tivi, internet v.v.
- Đối với những gia đình có người cao tuổi, con nhỏ, hoặc người có thể mất nhiều thời gian để đi đến nơi lánh nạn v.v, hãy bắt đầu sơ tán tới nơi an toàn.



- Sơ tán tới nơi an toàn.
- Nếu nhà ở kiên cố và an toàn thì có thể ở nhà mà không cần đi sơ tán.
- Khi đi sơ tán, hãy liên lạc về cho gia đình v.v.



- Ngay lập tức sơ tán tới địa điểm an toàn.
- Bảo vệ tính mạng của bản thân.



Từ tiếng Nhật sử dụng khi xảy ra thảm họa

避難所 (hinanjo) Nơi sơ tán			
給水車	給水車	kyusuisha	Xe cấp phát nước
被災者	被災者	hisaisha	Người bị ảnh hưởng, thiệt hại do thảm họa
食糧配給	食糧配給	shokuryohaikyū	Cấp phát lương thực
炊き出し	炊き出し	takidashi	Nấu và phát cơm
体育館	体育館	taiikukan	Nhà thể dục, thể thao
公民館	公民館	kouminkan	Nhà văn hóa
台風 (taifu) Bão			
台風進路	台風進路	taifu-no-shinro	Đường đi của bão
風速	風速	fusoku	Tốc độ gió
暴風域	暴風域	bohūiki	Khu vực bị ảnh hưởng bởi gió bão
高潮	高潮	takashio	Triều cường
洪水	洪水	kozui	Lũ lụt
土砂災害	土砂災害	doshasaigai	Sạt lở đất (thảm họa trầm tích)
河川の増水	河川の増水	kasen-no-zosui	Nước sông dâng cao
河川のはん濫	河川のはん濫	kasen-no-hanran	Tràn sông
危険水位	危険水位	kikensui	Mức nước nguy hiểm
浸水	浸水	shinsui	Ngập nước
地震 (jishin) Động đất			
震度	震度	shindo	Cường độ địa chấn
停電	停電	teiden	Mất điện
断水	断水	dansui	Mất nước
復旧	復旧	fukkyū	Phục hồi
緊急地震速報	緊急地震速報	kinkyū jishin sokuho	Tin báo động đất khẩn cấp
交通 (kotsu) Giao thông			
運休	運休	unkyū	Tạm ngừng hoạt động (xe buýt, tàu điện v.v)
欠航	欠航	kekko	Hủy chuyến (tàu, thuyền, máy bay)
不通	不通	futsu	Đường không thể lưu thông
通行止め	通行止め	tukodome	Ngừng lưu thông (phương tiện giao thông)
運転を見合わせる	運転を見合わせる	unten-o-miawaseru	Tạm thời dừng vận hành (phương tiện giao thông) để theo dõi tình hình
迂回路	迂回路	ukairo	Đường vòng
通行規制	通行規制	tsukokisei	Hạn chế lưu thông các phương tiện giao thông (do ảnh hưởng của thiên tai v.v)

“Ghi chép phòng ngừa thảm họa”

Giả sử không may xảy ra thảm họa, bạn sẽ làm cách nào để liên lạc với gia đình và bạn bè ở quê hương của bạn? Để phòng ngừa xảy ra những tình huống xấu nhất, chúng ta luôn phải có sự chuẩn bị kỹ lưỡng từ trước. Với những người có gia đình, hãy thảo luận và thống nhất trước với các thành viên về địa điểm tập trung trong trường hợp xảy ra thảm họa.





Hãy điền các thông tin vào bảng dưới đây và sử dụng trong trường hợp khẩn cấp.



<small>なまえ</small> 名前 / Họ tên	
<small>こくせき</small> 国籍 / Quốc tịch	
<small>けつえきがた</small> 血液型 / Nhóm máu	
<small>アレルギー</small> アレルギー / Dị ứng	
<small>の くすり</small> いつも飲んでいる薬 / Tư cách lưu trú	
<small>ざいりゅう ばんごう</small> 在留カード番号 / Số thẻ lưu trú	
<small>ぱすぽーと ばんごう</small> パスポート番号 / Số hộ chiếu	
<small>じゅうしょ</small> 住所 / Địa chỉ	
<small>でんわ ばんごう</small> 電話番号 / Số điện thoại	
<small>たいし かん りょうじ かん れんらくさき</small> 大使館 / 領事館 連絡先 Địa chỉ liên lạc của Đại sứ quán, Lãnh sự quán	
<small>がっこう しょくば れんらくさき</small> 学校 / 職場 連絡先 Số điện thoại liên lạc của trường học, cơ quan	
<small>かぞく れんらくさき かいがい</small> 家族の連絡先 (海外) Số điện thoại liên lạc của gia đình ở nước ngoài	
<small>し あ ゆうじん れんらくさき</small> 知り合い / 友人 連絡先 Số điện thoại liên lạc của người quen, người thân	
<small>かぞく あつ ところ</small> 家族の集まる所 / Địa điểm tập trung cùng gia đình	
<small>かごしまけんがいこくじんそうごうそうだんまどぐち</small> 鹿児島県外国人総合相談窓口 Quầy tư vấn tổng hợp dành cho người nước ngoài tỉnh Kagoshima	TEL 070-7662-4541 e-mail kiasoudan@gmail.com

Các số điện thoại liên lạc khẩn cấp khi bị thương, xảy ra cháy, gặp tai nạn v.v

<h2>119 – Số điện thoại gọi xe cứu hỏa, xe cấp cứu</h2> 	<h2>110 – Số điện thoại gọi cảnh sát</h2> 
<ul style="list-style-type: none">◇ Khi xảy ra cháy và muốn gọi xe cứu hỏa◇ Khi bị thương hay bị bệnh và muốn gọi xe cấp cứu.◇ Hãy gọi tới số điện thoại đường dây nóng 119.	<ul style="list-style-type: none">◇ Khi gặp tai nạn và muốn gọi cho cảnh sát.◇ Khi gặp phải vụ án và muốn báo cho cảnh sát.◇ Hãy gọi tới số điện thoại đường dây nóng 110.
<p>*Số điện thoại đường dây nóng 119 và 110 đều là số điện thoại gọi miễn phí. *Khi gọi điện thoại hãy cố gắng giữ bình tĩnh, không hoảng loạn.</p>	

Sổ tay hướng dẫn phòng ngừa thiên tai dành cho cư dân người nước ngoài
(Phiên bản tiếng Việt)
Phát hành tháng 8 năm 2022

【Đơn vị phát hành】 Pháp nhân đoàn thể công ích Hiệp hội giao lưu quốc tế tỉnh Kagoshima
Tầng 1, tòa nhà Trung tâm giao lưu cư dân Kagoshima
〒892-0816, 14-50 Yamashita-cho, thành phố Kagoshima, tỉnh Kagoshima
TEL: 099-221-6620
URL: <https://www.kiaweb.or.jp/>