

Kế Hoạch Lánh Nạn Cho Gia Đình

Bắt đầu

Trời ơi có động đất! Nhà cửa đột nhiên rung dữ dội!

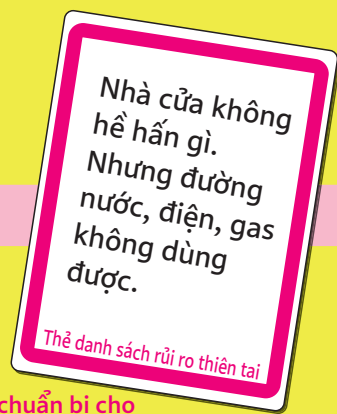
Thiên tai xảy ra



Để chuẩn bị cho tình huống này

Nên làm gì?

Lời khuyên 1



Để chuẩn bị cho tình huống này

Nên làm gì?

Lời khuyên 2



Để chuẩn bị cho tình huống này

Nên làm gì?

Lời khuyên 3



Để chuẩn bị cho tình huống này

Nên làm gì?

Lời khuyên 4



Để chuẩn bị cho tình huống này

Nên làm gì?

Lời khuyên 5



Để chuẩn bị cho tình huống này

Nên làm gì?

Lời khuyên 6

Mốc thời gian

1 Đối sách đảm bảo nhà cửa an toàn

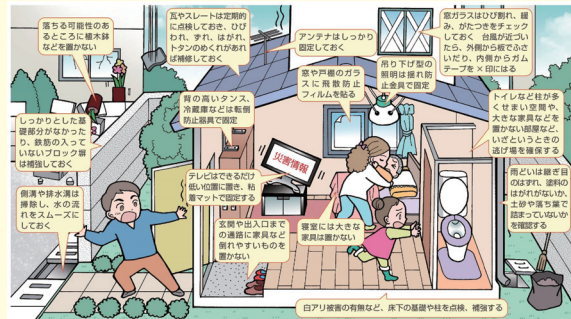
Để đảm bảo an toàn cho bản thân thì điều quan trọng đầu tiên là phải đảm bảo an toàn cho nhà cửa. Đặc biệt những người sống ở chung cư, hãy thực hiện các đối sách đảm bảo an toàn bên trong nhà.

[Đảm bảo an toàn bên trong nhà]

- ☐ Phòng kính vỡ bị bắn ra khắp nơi
- ☐ Cố định nội thất, vật dụng
- ☐ Không để nội thất, vật dụng trên những lối đi ra khỏi nhà

[Đảm bảo an toàn bên ngoài nhà]

- ☐ Kiểm tra mái ngói, tấm lợp ngói
- ☐ Cố định chắc chắn ăng ten
- ☐ Gia cố tường nhà, hàng rào
- ☐ Làm sạch máng xối và miệng cống thoát nước
- ☐ Không đặt chậu cây ở nơi có khả năng rơi đổ



Nguồn: "Hướng dẫn phòng chống thiên tai cho cư dân Osaka", thành phố Osaka

Lưu ý

- Để chống bị thương bởi giẫm phải mảnh kính vỡ, hãy để sẵn giày/dép ở nơi gần, dễ lấy.
- Hãy chuẩn bị sẵn đèn pin để vãn di chuyển được trong tình huống bị cúp điện.

3 Cách liên hệ với người trong nhà

[Tổng đài tin nhắn khi có thiên tai 171]

Khi có thiên tai, bạn có thể sử dụng hệ thống để lại lời nhắn khi thiên tai của NTT. Hãy gọi số 171 và làm theo hướng dẫn để đăng ký gửi và nhận lời nhắn.

Nhớ tận dụng cả mạng xã hội như LINE, facebook và twitter!

► Tổng đài tin nhắn khi có thiên tai của NTT West



[Bảng tin nhắn khi có thiên tai cho điện thoại di động]

Bạn cũng có thể sử dụng dịch vụ Bảng tin nhắn khi có thiên tai do các nhà mạng cung cấp để đăng ký/kiểm tra tình trạng an toàn.

► Vui lòng tham khảo thông tin trên trang chủ của các nhà mạng.

2 Đồ dự trữ

[Đồ mang đi phòng khi khẩn cấp]

Chuẩn bị ba lô (hoặc loại túi đeo để hai tay di chuyển tự do được) đựng lương thực và đồ dùng cần thiết đủ cho khoảng 3 ngày, để tại nơi mà lúc nào cũng có thể mang đi ngay được.



[Đồ dự trữ khẩn cấp] (Đồ để sẵn ở nhà)

Chuẩn bị đồ cần thiết trong tình huống phải lánh nạn tại nhà, đủ dùng cho khoảng 1 tuần - thời gian ước tính cho đến khi hàng cứu trợ đến.

- ☐ Nước (nước uống được)
- ☐ Đồ y tế, sơ cứu
- ☐ Lương thực
- ☐ Đồ vệ sinh, khử trùng
- ☐ Quần áo
- ☐ Vật quý giá
- ☐ Đồ dùng hàng ngày



v.v.

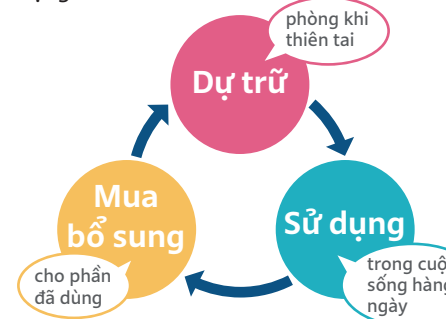
► Tham khảo tài liệu "Hướng dẫn phòng chống thiên tai cho cư dân Osaka".



Lưu ý

Phương pháp dự trữ lâu dài

Giữ một phần đồ đóng hộp/dóng túi sử dụng hàng ngày để làm đồ dự trữ, luân phiên sử dụng và mua mới, bổ sung phần đã dùng để đảm bảo luôn có sẵn một lượng nhất định đồ dự trữ còn hạn sử dụng.



Lưu ý

Những đồ nên chuẩn bị sẵn

○ Để phòng chống bệnh truyền nhiễm, hãy chuẩn bị khẩu trang, chất khử trùng và nhiệt kế.



○ Chuẩn bị các vật phẩm cần thiết phù hợp với hoàn cảnh cá nhân và gia đình, chẳng hạn như đồ cho trẻ sơ sinh, người già và người bị dị ứng cũng là một việc quan trọng.

○ Hãy chuẩn bị một nhà vệ sinh di động đơn giản phòng tình huống bị cắt nước, không dùng nhà vệ sinh được.

Bạn và gia đình bạn đã có đối sách cho những tình huống trong Thẻ danh sách rủi ro thiên tai chưa?

Hãy cùng suy nghĩ và thảo luận với gia đình bạn về việc cần làm tại những tình huống trong Thẻ danh sách rủi ro thiên tai.

Tham khảo những thông tin và lời khuyên dưới đây và sử dụng Bản đồ khẩn cấp ở mặt sau để lên Kế hoạch lánh nạn cho gia đình của bạn.

4 Đánh giá thời điểm lánh nạn

(nguồn thông tin về thiên tai)

Bạn có thể tiếp cận thông tin về thiên tai qua TV, radio hoặc internet để biết được mình có nên đi lánh nạn hay không.

- ☐ Trang web phòng thiên tai Osaka.
- ☐ Twitter của Bộ phận quản lý khủng hoảng.
- ☐ App Phòng chống thiên tai Tp. Osaka.

Lưu ý

Lánh nạn phân tán khi có dịch bệnh truyền nhiễm

- Ngoài những nơi lánh nạn, nên quyết định trước một số địa điểm an toàn như nhà riêng hoặc nhà người quen để giảm rủi ro về bệnh truyền nhiễm.



5 Điều cần lưu ý khi lánh nạn

- ☐ Nhớ tắt cầu giao
- Vi hỏa hoạn do điện có thể xảy ra khi có điện trở lại sau khi bị cúp điện.
- ☐ Chú ý những nơi nguy hiểm khi đi lánh nạn
- Vi có rủi ro kính hoặc mái ngói rơi đổ khi ra ngoài.
- ☐ Không lánh nạn bằng xe ô tô
- Vi xe của bạn có thể cản trở đường đi của xe ưu tiên, xe cứu thương.
- ☐ Xác nhận sự an toàn của người thân tại nơi tạm lánh
- Xác nhận sự an toàn của người xung quanh là yếu tố quan trọng để kịp thời bảo vệ lẫn nhau.

Lưu ý

Chuẩn bị lánh nạn cho thú nuôi

Trường hợp lánh nạn cùng thú nuôi, hãy tuân theo quy định của nơi lánh nạn như cho thú nuôi vào lồng/cũi. Ngoài ra, nhớ chuẩn bị cả đồ ăn cho thú nuôi.



6 Kiểm tra cung đường đến nơi lánh nạn

Hãy xem kỹ bản đồ ở mặt sau và xác nhận cung đường đến nơi tạm lánh và cơ sở lánh nạn gần nhất.

Hãy điền những điều cần nhớ về lánh nạn vào bản đồ.

Lánh nạn càng nhanh càng tốt khi có mưa lớn

Trường hợp bão hoặc lũ lụt

Thành phố Osaka sẽ đưa ra cảnh báo lánh nạn qua các phương thức như Loa phát thanh cảnh báo thiên tai hoặc tin nhắn qua điện thoại di động.

Ở Cảnh báo Cấp độ 4, tất cả mọi người phải lánh nạn!!



Hãy khẩn trương chuẩn bị công tác lánh nạn khi nhận được cảnh báo cấp độ 3, 4 từ chính quyền địa phương.

Cảnh báo cấp độ 5 là trường hợp thiên tai đã xảy ra rồi.

[Điều đáng lưu ý khi có bão/lũ lụt]

- ☐ Không cố đi bộ nếu gió quá mạnh
- Gió mạnh sẽ làm bay mái ngói, biển hiệu, làm đổ cây cối v.v., gây nguy hiểm nên thay vì cố đi bộ ngoài đường, hãy trú tại các tòa nhà kiên cố.
- ☐ Lánh nạn ở tầng 3 trở lên khi có mưa to
- Không lại gần sông suối. Nhanh chóng lánh nạn trên tầng 3 hoặc nơi cao hơn của các tòa nhà khi nhận được thông tin lánh nạn.

Hãy lập ra Kế hoạch lánh nạn cho gia đình

- ☐ Đối sách đảm bảo nhà cửa an toàn

[Điều cần lưu tâm]

- ☐ Đồ dự trữ

[Những đồ đã dự trữ xong]

[Những đồ từ giờ cần chuẩn bị]

- ☐ Nơi để đồ mang đi phòng khi khẩn cấp

- ☐ Cách liên hệ với người thân trong nhà

* Điền vào các mục dưới sau khi tham khảo các lời khuyên ở trên.

[Mục tiêu cho bản thân và gia đình]

* Điền vào những mục tiêu cụ thể liên quan tới phòng chống thiên tai.

[Việc cần làm từ bây giờ]

[Ngày này là phải chuẩn bị xong]

Ví dụ:
Tự đặt ra một "ngày xảy ra thiên tai" cho gia đình và lên mục tiêu chuẩn bị xong đồ dự trữ cho đến lúc đó.

[Mục tiêu tiếp theo]

Giúp đỡ lẫn nhau là yếu tố quan trọng trong công tác lánh nạn

- Khi xảy ra thiên tai, việc hàng xóm giúp đỡ lẫn nhau là rất quan trọng. Do đó hãy cố gắng xây dựng mối quan hệ tốt đẹp trong cuộc sống thường ngày để có thể giúp đỡ lẫn nhau kịp thời trong tình huống khẩn cấp.
- Những kế hoạch phòng chống thiên tai được thành lập tại mỗi địa phương. Hãy tích cực tham gia công tác phòng chống thiên tai được tổ chức bởi chính quyền, ví dụ như những buổi tập huấn chống thiên tai.

► Hãy xem thông tin về Kế hoạch phòng chống thiên tai cho từng địa phương tại đây.

