



Bản đồ phòng chống thảm họa cho QUẬN NISHIYODOGAWA

Thời gian
sống thần
áp đến

116 phút

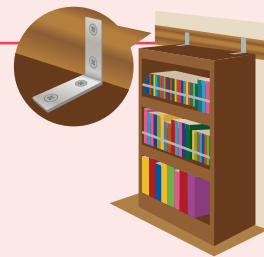
Sơ tán lên
tầng 3 hoặc
cao hơn



Bảo vệ bản thân khỏi động đất và sóng thần

Các biện pháp chuẩn bị trước

- Cố định đồ nội thất để tránh bị đổ ngã.
- Tránh đặt đồ vật lên trên đồ nội thất.
- Không đặt đồ nội thất hoặc giá sách ở vị trí dễ rơi xuống giường hoặc nệm.
- Để một đôi giày trong phòng ngủ.



Các biện pháp khẩn cấp

Động đất có thể xảy ra đột ngột. Hãy thực hiện các biện pháp chuẩn bị trước như trên và chuẩn bị đồ dự trữ, đồng thời chuẩn bị các túi khẩn cấp và thay mới đồ dùng trong túi thường xuyên.

Khi thảm họa xảy ra

Rất khó để hành động một cách bình tĩnh khi trận động đất lớn thực sự xảy ra. Tuy nhiên, một quyết định trong tích tắc có thể tạo ra sự khác biệt giữa sự sống và cái chết. Để tránh hoảng loạn và hành động bình tĩnh khi xảy ra động đất, hãy nhớ những kiểu hành vi sau đây.

Khi sự rung lắc dừng lại (1-2 phút)

Mở cửa ra vào và cửa sổ để đảm bảo lối thoát hiểm.
Kiểm tra sự an toàn của các thành viên trong gia đình bạn.
Mang giày để bảo vệ chân của bạn.
Chuẩn bị túi đựng đồ khẩn cấp.



3 phút

Phòng cháy chữa cháy và dập lửa ban đầu
Nếu xảy ra hỏa hoạn, hãy hô to cho mọi người xung quanh biết.
Kiểm tra sự an toàn của hàng xóm.
Đặc biệt, hãy hỏi thăm đến những người lớn tuổi sống một mình.



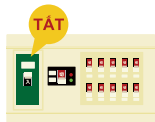
5 phút

Thu thập thông tin qua radio hoặc điện thoại thông minh.
Sơ tán nếu có nguy cơ nhà sập hoặc nguy hiểm khác.
Nếu nhà bạn không có nguy cơ bị sập và bạn an toàn trước sóng thần, hãy yên tâm ở nhà.



5-10 phút

Tắt cầu dao để ngăn chặn hỏa hoạn bùng phát.
Hạn chế nói chuyện điện thoại.
Sử dụng Bảng tin nhắn thảm họa hoặc Quay số tin nhắn



10 phút đến vài giờ

Phòng cháy chữa cháy và cứu hộ
Hợp tác với những người khác để dập lửa, cứu hộ và sơ tán người dân.
Sơ tán khi xảy ra sóng thần
Sơ tán nếu những người xung quanh bạn đang sơ tán hoặc nếu cảnh báo sóng thần đã được ban hành.

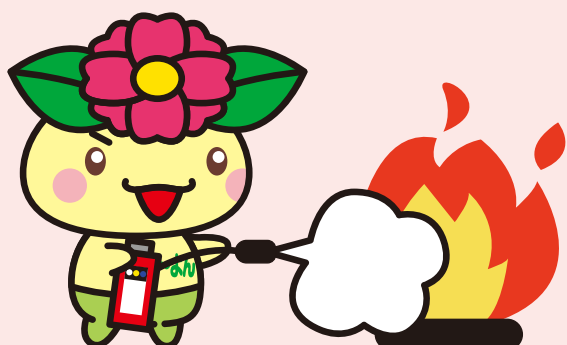


Trong khoảng 3 ngày

Hãy chú ý tới các dư chấn.
Thu thập thông tin về thảm họa và thiệt hại.
Không vào những ngôi nhà hoặc tòa nhà bị hư hỏng có nguy cơ sụp đổ.



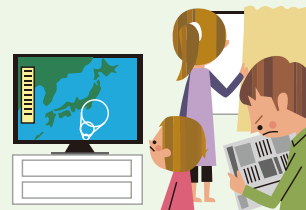
Cuộc sống sơ tán



Bảo vệ chống lại bão và nước dâng do bão

Các biện pháp chuẩn bị trước

- Dự báo bão đang ngày càng chính xác hơn, vì vậy hãy nhớ thường xuyên kiểm tra dự báo bão trước (nếu dự báo có cơn bão yêu cầu phải sơ tán, thông tin sẽ được thông báo lặp đi lặp lại).
- Nếu có khả năng phải sơ tán, hãy hỏi bạn bè và người quen xem bạn có thể trú tại nhà họ thay vì các khu trú ẩn sơ tán hay không.



Các biện pháp khẩn cấp

- Gia cố cửa sổ nếu cần thiết bằng cách dán phim chống vỡ hoặc bìa cứng và băng dính.
- Làm sạch máng xối, cống rãnh và ống dẫn nước mưa để cải thiện khả năng thoát nước.



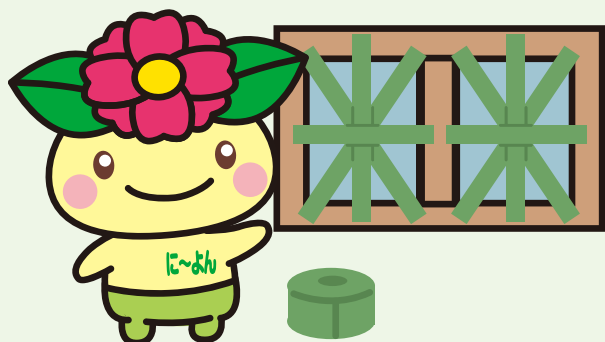
Khi thảm họa xảy ra

1 Nếu cần thiết, hãy hoàn tất việc sơ tán trước khi gió mạnh bắt đầu thổi.

Lưu ý rằng thông tin sơ tán (mức cảnh báo) sẽ không được ban hành đối với gió mạnh. (Thông tin sơ tán sẽ được ban hành khi mực nước sông dâng lên do mưa lớn.) Hãy chú ý đến “Tuyên bố chế độ thảm họa” sẽ được ban hành khi có dự báo thiệt hại do gió mạnh.

2 Tránh những chuyến đi không cần thiết ra khỏi nhà.

Gió mạnh có thể làm bay nhiều thứ và làm đổ cây cối, cột điện. Nếu có cảnh báo bão hoặc mức cảnh báo cao hơn, tình hình sẽ rất nguy hiểm và bạn nên tránh ra ngoài.



Chuẩn bị cho mưa lớn và lũ lụt

Các biện pháp chuẩn bị trước

- Kiểm tra bản đồ nguy hiểm để biết khả năng xảy ra lũ lụt.
- Chú ý đến dự báo mưa lớn trong thời gian dài.



Các biện pháp khẩn cấp

- Làm sạch máng xối, cống rãnh và ống dẫn nước mưa để cải thiện khả năng thoát nước.
- Nếu dự báo có mưa lớn và lo ngại lũ lụt, hãy chuẩn bị bao cát (có bán tại các cửa hàng vật liệu gia cố nhà cửa, v.v...).



Khi thảm họa xảy ra

1 Hãy sơ tán trước khi lũ lụt xảy ra!

Nếu bạn cảm thấy nguy hiểm về lũ lụt hoặc nguy hiểm khác, hãy sơ tán càng sớm càng tốt ngay cả khi thành phố chưa thông báo sơ tán Cấp 3 cho người cao tuổi, lệnh sơ tán Cấp 4, v.v...



2 Không sơ tán bằng xe ô tô.

Nếu bạn phải sơ tán bằng xe ô tô, hãy tránh xa các đường hầm vì chúng có thể bị ngập.

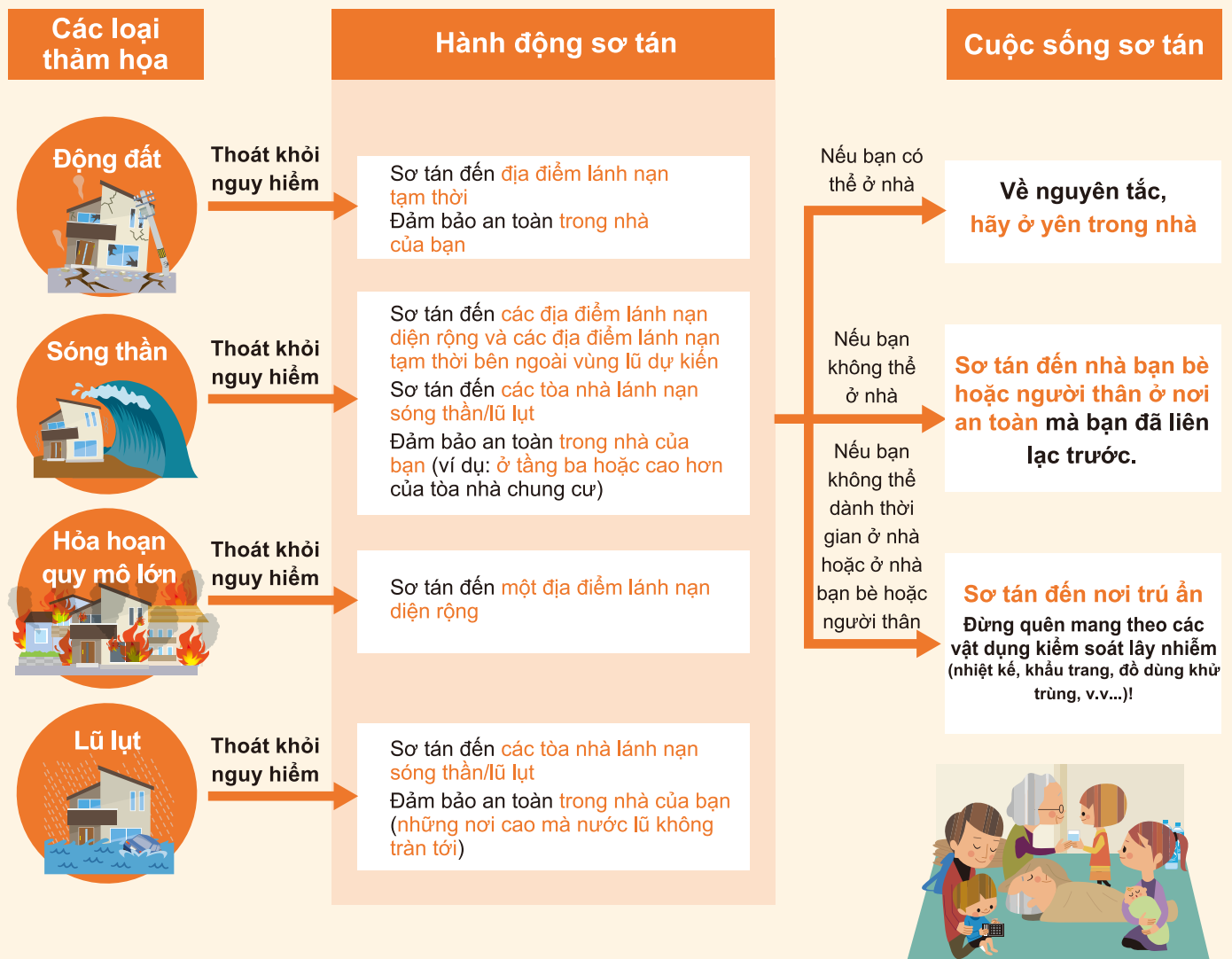


3 Tránh xa các con sông.

Những con sông dâng cao do mưa lớn rất nguy hiểm, tuyệt đối không được đến gần.

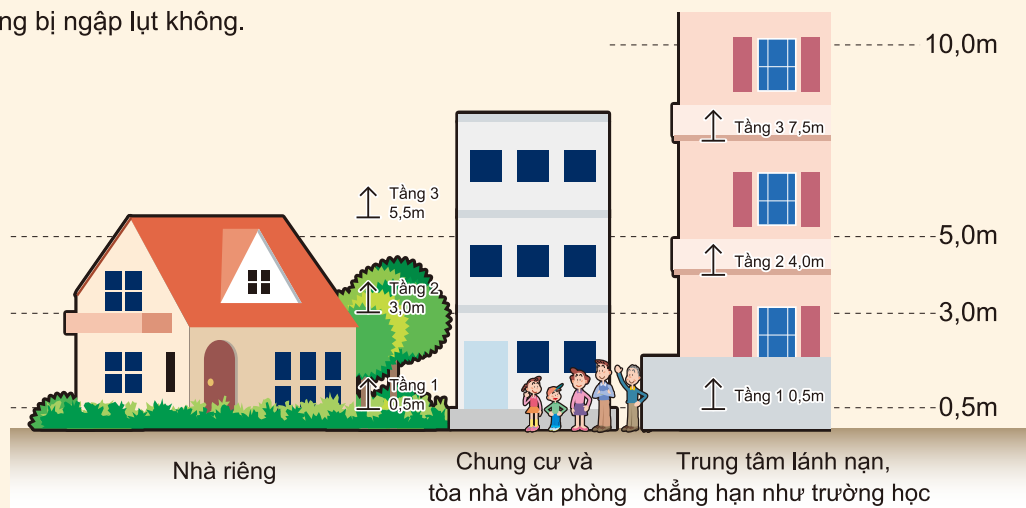


Quy trình hành động sơ tán khi có thảm họa



Hình ảnh sơ tán

Khi sơ tán đến tòa nhà lánh nạn sóng thần, chỉ sơ tán sau khi kiểm tra xem tòa nhà đó có nằm ở nơi cao và không bị ngập lụt không.



Thông tin liên lạc khẩn cấp

Văn phòng quận Nishiyodogawa (Phòng chống thảm họa)	ĐT 6478-9895
Tội phạm và tai nạn (Đồn cảnh sát Nishiyodogawa)	ĐT 110
Phòng cháy chữa cháy và khẩn cấp (Sở cứu hỏa Nishiyodogawa)	ĐT 119
Rò rỉ nước (Trung tâm khách hàng của Cục Cấp nước)	ĐT 6458-1132
Rò rỉ gas (Gas Osaka)	ĐT 0120-0-19424
Tai nạn điện (Kansai Electric Power Co., Inc.)	ĐT 0800-777-3081
Chất thải (Trung tâm Kinh doanh Môi trường Tây Bắc, Cục Môi trường)	ĐT 6477-1621
Quay số tin nhắn thảm họa NTT*	ĐT 171
Bảng tin nhắn băng thông rộng thảm họa NTT (web171)*	https://www.web171.jp

*Mở trong trường hợp xảy ra thảm họa nghiêm trọng.

Bản ghi chú phòng ngừa thảm họa cho gia đình tôi

Địa điểm gặp mặt	
Địa điểm lánh nạn sóng thần (tòa nhà lánh nạn sóng thần)	
Địa điểm lánh nạn thảm họa (nhà người thân hoặc người quen)	

Chuẩn bị bộ dụng cụ khẩn cấp!

Nếu nhà bạn bị hư hại do thảm họa, bạn sẽ cần phải sơ tán đến nơi an toàn và sống như người sơ tán. Chuẩn bị một ba lô với những vật dụng bạn cần dùng trong thời gian này và sẵn sàng mang chúng theo bất cứ lúc nào.



Thực phẩm và đồ uống

- ☐ Thực phẩm có thể bảo quản lâu dài (ví dụ: túi đựng thực phẩm chế biến sẵn)
- ☐ Nước uống



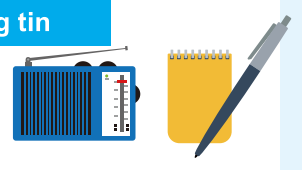
Vật dụng vệ sinh

- ☐ Bộ dụng cụ sơ cứu (ví dụ, các loại thuốc thông thường)
- ☐ Khẩu trang
- ☐ Khăn
- ☐ Khăn ướt
- ☐ Giấy vệ sinh
- ☐ Cồn tẩy rửa
- ☐ Xà phòng



Vật dụng để thu thập thông tin

- ☐ Radio di động
- ☐ Bút và giấy



Vật dụng tiện lợi

- ☐ Nhiệt kế
- ☐ Áo mưa
- ☐ Găng tay lao động
- ☐ Chăn (chăn cứu sinh)
- ☐ Tấm bạt nhựa
- ☐ Túi nilon
- ☐ Băng keo vải
- ☐ Gói sưởi dùng một lần
- ☐ Đèn pin (đèn lồng)
- ☐ Bật lửa (Diêm)
- ☐ Dao sinh tồn
- ☐ Còi
- ☐ Pin di động



Dự trữ khẩn cấp

Dự trữ những vật dụng sau đây (khoảng lượng thực phẩm dùng trong một tuần, v.v...) riêng biệt với bộ dụng cụ khẩn cấp mà bạn mang theo khi xảy ra thảm họa.

Thực phẩm và đồ uống

- ☐ Nước uống
- ☐ Cơm nấu chín và đóng gói khô
- ☐ Bánh mì khô
- ☐ Bánh mì đóng hộp
- ☐ Mì ăn liền
- ☐ Thực phẩm đóng hộp
- ☐ Thực phẩm đóng gói dạng túi



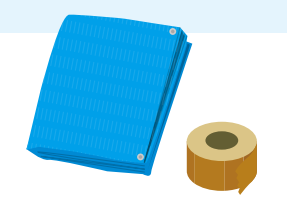
Quần áo

- ☐ Áo khoác ngoài
- ☐ Đồ lót
- ☐ Tất



Khác

- ☐ Tấm bạt nhựa
- ☐ Băng keo vải



Đồ dùng hằng ngày

- ☐ Khăn
- ☐ Khăn tắm
- ☐ Chăn
- ☐ Đồ đi mưa
- ☐ Pin dự phòng
- ☐ Bếp để bàn
- ☐ Gas cassette
- ☐ Nhiên liệu rắn
- ☐ Nồi
- ☐ Màng bọc
- ☐ Màng nhôm
- ☐ Ấm đun nước
- ☐ Báo
- ☐ Đĩa (giấy hoặc nhôm)
- ☐ Cốc (giấy)
- ☐ Đũa dùng một lần
- ☐ Thìa
- ☐ Nĩa
- ☐ Bàn chải đánh răng
- ☐ Xà phòng



— Ví dụ về các vật dụng cần được xem xét tùy thuộc vào hoàn cảnh cá nhân —

Vật dụng cần thiết và có giá trị

- ☐ Thẻ bảo hiểm sức khỏe
- ☐ Giấy phép lái xe
- ☐ Sổ ngân hàng (bản sao)
- ☐ Kính mắt/kính áp tròng
- ☐ Chìa khóa dự phòng cho xe ô tô và nhà

Đồ dùng cho em bé

- ☐ Sữa trẻ em
- ☐ Bình sữa cho bé
- ☐ Tã dùng một lần
- ☐ Xe đẩy
- ☐ Sổ tay sức khỏe mẹ và bé
- ☐ Thức ăn cho trẻ em

Đồ dùng cho người cao tuổi

- ☐ Tã người lớn
- ☐ Đồ dùng cho điều dưỡng
- ☐ Thuốc dùng cho bệnh mạn tính
- ☐ Quần áo dự phòng

Hãy thử đặt những gì bạn cần vào một chiếc ba lô hoặc thứ gì đó cho phép bạn cử động cả hai tay, và xem bạn có thể sơ tán với nó hay không. Ngoài ra, hãy kiểm tra đồ đạc trong túi đựng đồ mang theo mỗi năm một lần.



Thu thập thông tin về phòng chống thảm họa!

Ứng dụng phòng chống thảm họa Osaka



Bạn có thể lấy thông tin về lệnh sơ tán, nơi trú ẩn lánh nạn gần đó, v.v...



NHK WORLD NHẬT BẢN



Cung cấp thông tin cho thế giới bằng nhiều ngôn ngữ.

