



(ベトナム語)

タスケ三兄弟

ỨNG PHÓ VÀ ĐỔI SÁCH KHI CÓ THIÊN TAI

Tài liệu này được tạo dưới sự hỗ trợ của
Hiệp hội quốc tế hoá cấp tỉnh, thành phố

1. Chuẩn bị di tản, lánh nạn

Khi xảy ra thiên tai, có khả năng sẽ không có nước sạch để uống do nguồn nước bị vỡ hoặc người cứu trợ không đến ngay được do đường xá bị phá hỏng.

Cho nên, hãy chuẩn bị sẵn lương thực, quần áo đủ cho vài ngày sau khi thiên tai xảy ra.



Chuẩn bị sẵn những vật dụng cần thiết lúc nguy cấp



- ☐ Mũ bảo hiểm hoặc vật bảo hộ đầu khi có thiên tai ☐ Găng tay (găng tay lao động)



Khi đi tản hãy trang bị vào người để tránh bị thương

- ☐ Túi ngủ ☐ Chăn, mền ☐ Khăn ☐ Quần áo trong (quần áo để thay)



Hãy chuẩn bị đồ sạch để dùng khi ngủ và thay quần áo.

☐ Đèn pin



☐ Nến, đèn cầy

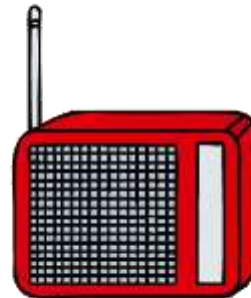


☐ Diêm quẹt, bật lửa



Vì khi mất điện sẽ rất tối nên cần những thứ tạo ánh sáng.

☐ Radio (đài phát thanh)



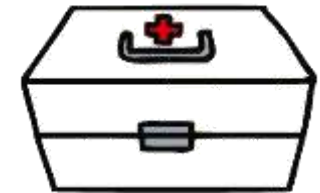
Có thể nghe ngóng tin tức về thiên tai.

☐ Thức ăn, nước uống cho gia đình trong 3 ngày.



Khi xảy ra thiên tai, thức ăn nước uống là vô cùng quý giá.

☐ Dụng cụ cấp cứu, những loại thuốc thường dùng
Dùng để cứu thương và cho người có bệnh.



Ở đây chỉ giới thiệu một phần trong các vật dụng cần thiết.

Hãy nghĩ xem có thứ gì khác cần thiết nữa không rồi chuẩn bị sẵn.

2. Di tản đến đâu ?

Đường đi hàng ngày cũng có thể trở nên nguy hiểm khi xảy ra thiên tai.

Hãy bình tĩnh di tản đến địa điểm đã được quy định bằng một con đường an toàn.





Xác nhận địa điểm và đường di tản

Địa điểm di tản khi xảy ra thiên tai được quy định tùy theo từng khu vực nơi bạn sinh sống.

Trường hợp thông thường thì trường học và nhà văn hoá trong khu vực sẽ là nơi di tản. Hãy hỏi cơ quan phụ trách ở thành phố, quận, khu phố bạn đang sống để xác nhận địa điểm di tản.

Xác nhận bản đồ dự báo nguy hiểm



Là bản đồ ghi rõ những địa điểm nguy hiểm, địa điểm di tản khi xảy ra thiên tai, chia theo các loại thiên tai như động đất, nước xâm lấn, thủy triều dâng cao, lũ lụt, sạt lở đất... (tùy vào khu vực có loại thiên tai sẽ không phát sinh).

Có thể xem bản đồ dự báo nguy hiểm ở trang web
(<http://www.city.hiroshima.lg.jp/www/kinkyu.html>)

Nếu không rõ, hãy liên lạc và hỏi tại bộ phận phụ trách ở Ủy ban quận hoặc thành phố.

3. Xác định phương pháp liên lạc với gia đình

Dùng tổng đài truyền tin chuyên dụng “171”, lưu hoặc nghe lời nhắn để xác nhận an toàn khi xảy ra thiên tai.

• Cách lưu lời nhắn

• Cách nghe lời nhắn

Gọi 171



Ấn phím 1



Ấn số điện thoại, bắt đầu từ mã vùng

Ấn phím 2



4. Hiểu biết



Đầu tiên, bạn phải biết thông tin về thiên tai và phòng chống thiên tai.

Khi biết trước về tình hình thiên tai, chúng ta có thể phán đoán được nên di tản đi đâu, như thế nào.

Nắm bắt thông tin về thiên tai!

Từ đâu và làm thế nào để biết được thông tin về phòng chống thiên tai ?

- Tivi, radio
- E-mail
- Tin tức từ internet
- Xe phát thanh hoặc trang web của tỉnh, thành phố, địa phương.
- Đài phát thanh hành chính về phòng chống thiên tai...



Internet - Điện thoại di động

Gần đây, thông qua internet hay điện thoại di động, chúng ta có thể nắm bắt được thông tin về thiên tai ở bất cứ đâu và vào bất kì lúc nào.

Hãy cùng gia đình tìm hiểu ở nhà!

- Trang Web phòng chống thiên tai tỉnh Hiroshima
(<http://www.bousai.pref.hiroshima.jp/hdis/>)
- E-mail thông tin phòng chống thiên tai tỉnh Hiroshima
(<http://www.bousai.pref.hiroshima.jp/home.jsp>) ...



Khuyến cáo di tản

Sẽ có thông tin khuyến cáo di tản từ tivi, radio, xe phát thanh, đài phát thanh hành chính phòng chống thiên tai...

Khuyến cáo di tản là khi có khẩu hiệu "Hãy di tản" .

Dù không có khuyến cáo di tản,
khi cảm nhận thấy nguy hiểm ,
hãy tự phán đoán tình hình và di tản.



5. Di tản

Khi xảy ra thiên tai, điều quan trọng nhất là bảo vệ, giữ gìn mạng sống của bản thân.

Thế nên, chúng ta cần biết về các loại thiên tai và cách di tản.



Di tản đối với mưa lớn, bão, thủy triều dâng cao

- Dưới tầng hầm nước sẽ tràn vào nên hãy di tản đến tầng trên mặt đất.
- Tầng 1 có thể sẽ bị nước tràn vào nên hãy di tản về phía tầng 2 trở lên.
- Khi có "khuyến cáo di tản", hãy cùng gia đình và những người hàng xóm lân cận di tản đến địa điểm di tản một cách an toàn.



Di tản đối với sạt lở đất

Khi mưa liên tục kéo dài, mặt đất sẽ mềm ra và có thể dẫn đến nguy cơ sạt lở đất.

Sạt lở đất cũng có thể xảy ra cả sau khi đã hết mưa, cần phải lưu ý.



Nếu xảy ra hiện tượng sạt lở đất đá (đất đá sạt lở lăn từ trên cao xuống)

Vận tốc đất đá sạt lở lăn xuống khoảng 40km/h, gần bằng vận tốc ô tô và lao thẳng từ trên xuống.

Vậy nên làm thế nào?



Nếu xảy ra sạt lở đất đá hãy di tản lên địa điểm cao nhất có thể. Hãy di tản theo hướng ngang so với hướng lao xuống của đất đá và tìm những địa điểm trên cao.



Di tản đối với động đất

Khi xảy ra động đất, hãy di tản vào giữa những nơi (phòng) rộng, không có vật đồ, vỡ... Hoặc hãy trốn vào dưới gầm bàn..., những nơi có thể bảo vệ cơ thể khỏi bị đồ vật rơi, đổ vào người.



Di tản đối với sóng thần

Những khu vực ven biển hoặc gần sông đặc biệt nguy hiểm. Hãy nhanh chóng di tản đến nơi xa và cao.

Trong đợt thiên tai, sóng thần ở phía đông Nhật Bản đã có những cơn sóng thần dâng cao hơn 10 mét.

Hãy di tản đến những nơi cao nhất có thể, khoảng tầng 4 của một toà nhà.



Những cảm giác và suy nghĩ khi di tản

Khi xảy ra thiên tai, hãy chú ý rằng có thể bạn sẽ có những cảm giác sau, khiến việc di tản trở nên chậm trễ.

- Chỉ mình mình không sao
- Mọi người không di tản nên mình cũng không di tản
- Cơ thể không cử động được (do sợ hãi, bất an)



6. Cứu giúp lẫn nhau

Bất kể khi xảy ra thiên tai, việc cứu giúp lẫn nhau trong lúc gặp hoạn nạn, khó khăn là rất quan trọng.

Tâm lý cứu giúp lẫn nhau sẽ được tạo thành thông qua việc thân thiết với gia đình, người thân, hàng xóm... trong các mối quan hệ hàng ngày.



Đầu tiên, hãy bắt đầu bằng việc chào hỏi, bắt chuyện với những người hàng xóm xung quanh.

