

CHÀO BẠN

チャオ パン (こんにちは)

ベトナム語情報紙

Vol. 24

Phát hành: **Hiệp hội Quốc tế hóa T/phố Yamato**

Địa chỉ: 〒242-0018 Yamato-shi, Fukami-nishi
8-6-12 2F

Điện thoại: 046-260-5125, 5126

Ngày phát hành: Ngày 30 tháng 4 năm 2011

発行: 財団法人大和市国際化協会

〒242-0018 大和市深見西8-6-12 2階

電話: 046-260-5125, 5126

E-mail: pal@yamato-kokusai.or.jp

URL: <http://www.yamato-kokusai.or.jp>

発行日: 2011年 4月 30日

Hướng dẫn xử trí khi có động đất xảy ra

地震発生時の行動マニュアル

Vào ngày 11 tháng 3 năm 2011 đã xảy ra trận Động đất rất lớn ở phía đông nhật bản. Trong số báo này chúng tôi xin giới thiệu hướng dẫn cách xử trí khi có động đất xảy ra.



Xảy ra động đất

Hãy bình tĩnh xử trí như sau

Xảy ra động đất

Trước hết hãy bảo vệ bản thân

- Nhanh chóng dập tắt lửa
- Mở cửa sổ hoặc cửa ra vào để thoát hiểm khi cần



Sau 1~2 phút

Khi địa chấn bớt rung chuyển

- Mang giày để tránh bị thương ở chân do dẫm mảnh thủy tinh vỡ
- Khóa nút ống dẫn gas, cầu giao điện

Sau 3~10 phút

Khi đi lánh nạn

- Trường hợp nếu bạn bị thương, hãy nhờ hàng xóm giúp đỡ đi cùng
- Không sử dụng xe ô tô! Điện thoại chỉ dùng liên lạc khẩn cấp
- Tất cả đồ dùng cần thiết bỏ gọn trong balô để mang đi

Sau 10 phút ~
nửa ngày (12 giờ)

Thu thập thông tin chính xác, lánh nạn

- Có thể thu thập thông tin chính xác bằng radio
- Di chuyển đến điểm lánh nạn tạm thời ở công viên trường học (Địa điểm cụ thể có dán trên bảng thông báo của khu vực cư dân hoặc nơi dễ thấy)

Sau nửa ngày (12 giờ) ~ 3 ngày

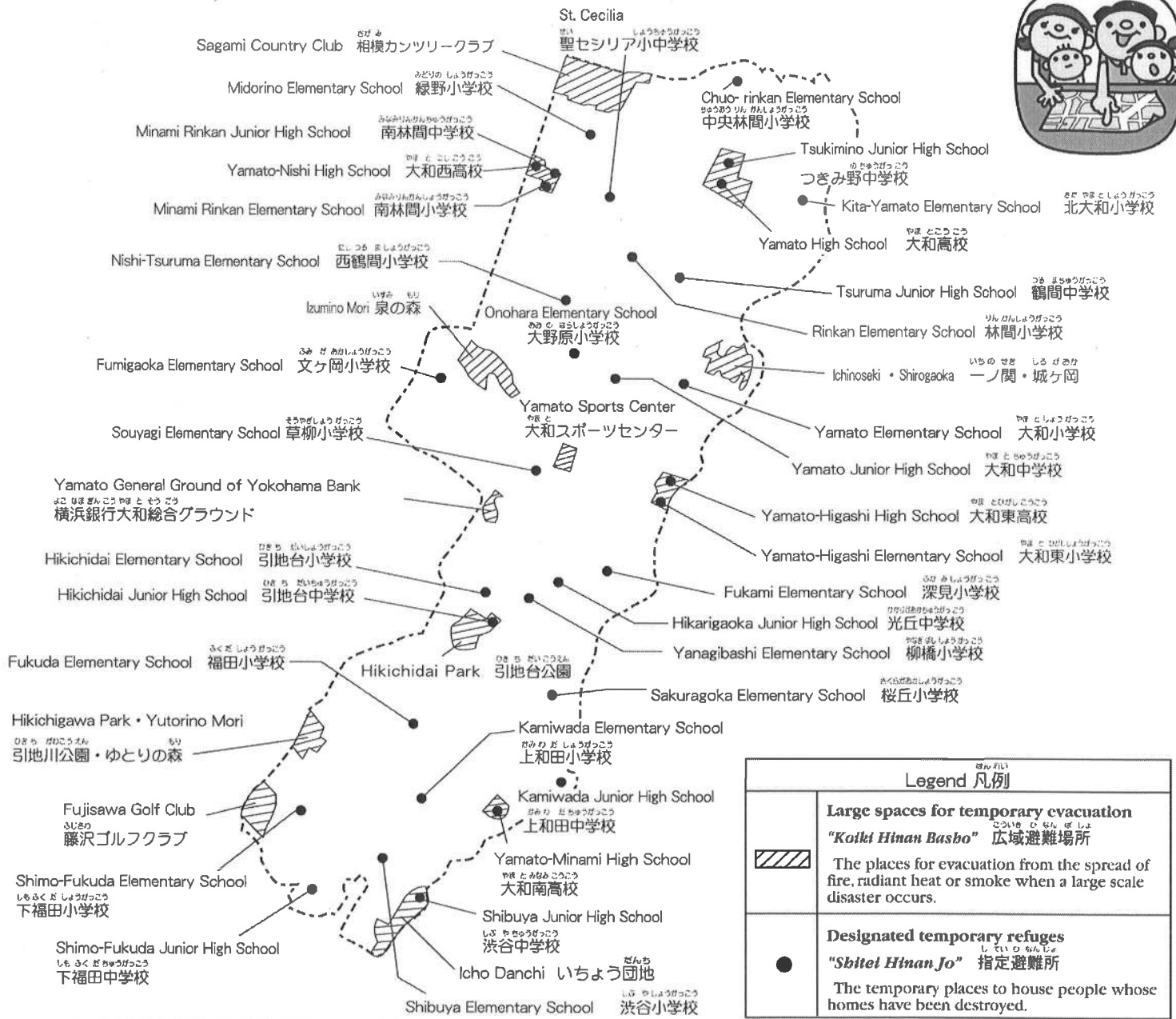
Hãy hợp lực cùng mọi người xung quanh

- Nên tham gia thường xuyên hoạt động tập huấn lánh nạn khu vực
- Nên giữ đúng qui định khi đi lánh nạn
- Không vào nhà đã bị hư hỏng

(Nếu có dư chấn dễ có thể bị thương vong)



Hãy xác định trước địa điểm nơi lánh nạn của khu vực đang sống!



Điểm lưu ý khi đi lánh nạn

- ① Trước khi đi lánh nạn, cần kiểm tra tắt nguồn lửa, cắt cầu giao điện sinh hoạt gia đình
- ② Mặc áo quần bảo đảm an toàn
(Áo tay dài, quần dài, đi giày có đế thấp không nhọn gót, đội nón bảo vệ đầu (Bosaizukin), đeo bao tay bảo hộ)
- ③ Tắt cả đồ dùng mang đi lánh nạn bỏ vào ba lô đeo gọn sau lưng
- ④ Đi bộ đến nơi lánh nạn (Cấm sử dụng xe ô tô)
- ⑤ Cầm chắc tay dẫn dắt người già và trẻ em
- ⑥ Nên đi cùng người hàng xóm đi lánh nạn theo tập thể
- ⑦ Tranh đi đường hẹp, cạnh bờ tường cao hoặc đường lộ ven sông
- ⑧ Đi lánh nạn tại những nơi khu vực nhà được quy định trước (Địa điểm lánh nạn)



Chuẩn bị từ ngày hôm nay

日ごろの^{そな}備え

Hãy chuẩn bị sẵn từ ngày hôm nay những vật dụng cần khi đi lánh nạn, như vậy sẽ thoát hiểm do thiên tai nhanh chóng hơn.

Vật cần mang theo

Đồ y tế	Thuốc cảm cúm, thuốc giảm đau, bông băng các loại
Về tiền bạc	Tiền mặt, sổ ngân hàng, dấu mộc của gia đình
Radio, đèn dùng bằng pin, nhớ cầm theo pin dự trữ để thay	
Các vật khác	Tã cho trẻ, sữa bột, bột lửa, đèn sáp đèn cây

Đồ dùng cần thiết nên chuẩn bị

Nước (Mỗi 1 người 3 lít/ 1 ngày)	Ít nhất cho 3 ngày
Đồ ăn	Gạo, đồ hộp, bánh mì khô, kẹo bánh sôkôla
Bếp nấu	Bếp gas rời, dùng bình gas nhỏ
Các vật khác	Chăn mền, áo quần, túi ngủ cá nhân

Tập huấn lánh nạn

Hiện nay tại T/phố Yamato, trong tháng 8 vào ngày chủ nhật tuần cuối có tập huấn lánh nạn tại các trường tiểu học và cấp hai của thành phố, đều có tổ chức tập huấn lánh nạn tổng hợp. Không cần phải đăng ký trước khi tham gia. Và Hiệp hội Quốc tế hóa T/p Yamato cũng có tổ chức tập huấn cho quý bạn là người nước ngoài. Trước khi tổ chức sẽ có thông báo nên mong quý bạn hãy chú ý tham gia.

Trang Web về thông tin động đất

じしんじょうほう
地震情報ウェブ

Trận động đất lớn xảy ra ngày 11 tháng 3 vừa qua gây thiệt hại, tạo nên tình trạng không đủ nguồn điện cung cấp cho sinh hoạt và sản xuất. Mong rằng tất cả dân cư trong từng khu vực cùng hợp lực thực hiện việc tiết kiệm điện.

Ngoài ra, do ảnh hưởng của sự cố nhà máy phát điện nguyên tử số 1 (Daiichi) Fukushima, một số vùng có tình trạng phơi nhiễm phóng xạ. Thông tin chi tiết xin tham khảo trang điện tử sau:

Kế hoạch cắt điện

▼ Hiệp hội quốc tế hóa T/phố Yamato

http://www.yamato-kokusai.or.jp/about/blackout_a.htm

▼ T/phố Yamato

<http://www.city.yamato.lg.jp/web/bousai/teiden.html>

▼ Công ty điện lực Tokyo (TEPCO)

<http://www.tepco.co.jp/index-j.html>

Về độ phơi nhiễm phóng xạ

▼ Theo dõi tình hình nhiễm phóng xạ (MEXT)

http://www.mext.go.jp/english/radioactivity_level/index.htm

▼ Các thông báo quan trọng của chính phủ Nhật

http://eq.wide.ad.jp/index_en.html

Thông tin dành cho người nước ngoài

▼ Thông tin động đất cho người nước ngoài

<http://eqinfojp.net/>

▼ Thông tin về thiệt hại cho người nước ngoài

http://www.tufs.ac.jp/blog/ts/g/tufs_disaster_information/

▼ Cách xử trí bảo vệ bản thân khi có động đất

<http://nip0.wordpress.com/>

Đài Radio

▼ Đài FM Yamato (77.7MHz)

<http://fm-yamato.co.jp/>

▼ Đài NHK World radio

<http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/english/radio/program/16lang.html>

