

តើអ្នកត្រៀមខ្លួនទប់ទល់នឹងគ្រោះមហន្តរាយបានរួចរាល់ហើយឬនៅ?

さいがい そな だいじょうぶ 災害への備えは大丈夫?

សូមអ្នករៀបចំសម្ភារៈដែលត្រូវយកទៅជាមួយស្លាមៗនៅពេលត្រូវភៀសខ្លួន(រត់គេចខ្លួន) ដាក់ចូលក្នុងកាបូបរួចជាស្រេច។

ひなん に さいがい へ 逃げる とき に、すぐ に 持ち出す もの を バック に まとめて おきましょう。

① 水 (1人1リットル)
② 携帯ラジオ、モバイルバッテリー、乾電池
③ 下着、靴下
④ タオル
⑤ ライター (マッチ)
⑥ 雨具 (傘、レインコート)
⑦ ビニール袋
⑧ 手袋
⑨ 現金、通帳、印鑑
⑩ 救急セット
⑪ 常備薬
⑫ 歯ブラシ、口腔用ウェットティッシュ (水がない時に便利)
⑬ 家族や友達など連絡先のメモ
⑭ パスポート、在留カード、保険証
⑮ 粉ミルク
⑯ ほ乳ビン
⑰ おむつ、おしりふき

① ទឹក (1លីត្រសម្រាប់មនុស្សម្នាក់)
② អាហារ (អាហារកែបំប៉ង ស្ករស្ករត្នា នំស្រួយ ។ល។)
③ វិទ្យុដាក់កាមខ្លួន ដុំសាកថ្មចល័ត ថ្មពិល
④ ខោអាវក្នុង ស្រោមជើង
⑤ កន្សែង ⑥ ដែកកេះ (ឃើស្កស)
⑦ ថង់ផាសិច ⑧ ស្រោមដៃ
⑨ សម្ភារៈប្រើពេលភ្លៀង (ឥត្រ អាវភ្លៀង)
⑩ ប្រាក់សុទ្ធ សៀវភៅធនាគារ គ្រា
⑪ លិខិតឆ្លងដែន ប័ណ្ណស្នាក់នៅ ប័ណ្ណធានារ៉ាប់រង
⑫ ក្រដាសកត់ត្រាអំពីមធ្យោបាយទំនាក់ទំនងទៅកាន់ក្រុមគ្រួសារនិងមិត្តភក្តិ។ល។
⑬ ពិល ពិលពាក់ជាប់នៅក្បាលផ្តល់ភាពងាយស្រួលព្រោះអាចអោយអ្នកប្រើដៃទាំងពីរ បាន
⑭ សម្ភារៈប្រើនៅពេលសង្គ្រោះរបប
⑮ ថ្នាំដែលគ្មានមានជាប្រចាំ
⑯ ប្រាសដុសធ្មេញ ក្រដាសសើមប្រើក្នុងមាត់ (ផ្តល់ភាពងាយស្រួលនៅពេលគ្មានទឹក)
⑰ សម្ភារៈប្រើពេលមកដូរ

នៅពេលមានគ្រោះមហន្តរាយកើតឡើង ប្រព័ន្ធគ្រប់គ្រងទឹកនឹងឈប់ដំណើរការ ហើយថែមទាំងពិបាកករអាហារបរិភោគទៀត។ សូមអ្នករៀបចំទឹកនិងអាហារសម្រាប់រយៈពេលប្រហែល១ខែទៅ១សប្តាហ៍ទុកក្នុងផ្ទះរួចជាស្រេច។ (បរិមាណទឹកពិសាគី 2~3លីត្រx ចំនួនសមាជិកគ្រួសាររយៈពេល១សប្តាហ៍)
災害がおきたときは、水が止まり、食べものが手に入りにくくなります。家に水や食べものを3日~1週間くらいおいておきましょう。(のみ水は、2~3リットルx家族人数分x1週間分)

សូមអ្នកចំណាំទុកនូវទីកន្លែងភៀសខ្លួន(ទីកន្លែងសម្រាប់រត់គេចខ្លួនទៅ)ដែលនៅក្បែរអ្នក។

ちか びなんじよ に ばしよ かくにん
近くの避難所<逃げる>の場所を確認しておきましょう。



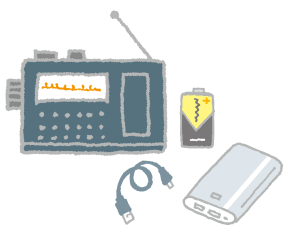

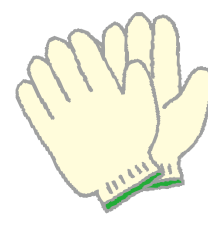




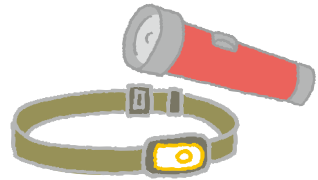






នៅទីកន្លែងភៀសខ្លួន អ្នកអាចទទួលបានទឹកនិងអាហារ។
 ហើយអាចដឹងអំពីព័ត៌មាន ដែលចាំបាច់ផ្សេងៗ
 避難所では、水、食べものをもらうことができます。必要な情報を知ることができます。

INFO KANAGAWA (ភាសា ជប៉ុន ងាយៗ) (やさしい日本語) → www.kifjp.org/infokanagawa
 ជូនដំណឹងតាមរយៈអ៊ីមែលអំពីព័ត៌មានចាំបាច់នៅពេលមានគ្រោះមហន្តរាយកើតឡើង
 រួមទាំងព័ត៌មានផ្សេងៗអំពីការរស់នៅផងដែរ។ ចាំបាច់ត្រូវចុះឈ្មោះ។
 さいがい ひつよう じょうほう せいかつじょうほう し とうろく ひつよう
災害のときに必要な情報のほか、生活情報をメールでお知らせします。登録が必要です。

តារាង ត្រួតពិនិត្យ សម្រាប់ ការ ត្រៀម ទប់ទល់ នឹង គ្រោះ មហន្តរាយ

さいがい ぞな 災害への備え チェックリスト

សូម អ្នក ត្រួតពិនិត្យ សម្ភារៈ ដែល អ្នក បាន ត្រៀម ទុក! 準備したものを チェックしましょう!

| | | | |
|---|--|---|--|
| <p>① ទឹក (រាល់គ្រូសម្រាប់មនុស្សម្នាក់) 水 (1人1リットル)</p>  <input type="checkbox"/> | <p>② អាហារ (អាហារកំប៉ុង ស្ករស្ករត្នា នី ស្រួយ ។ល។) 食べもの (缶詰、チョコレート、ビスケットなど)</p>  <input type="checkbox"/> | <p>③ វិទ្យុដាក់កម្រិត ដំណាក់កម្រិត ថ្មពិល 携帯ラジオ、モバイルバッテリー、乾電池</p>  <input type="checkbox"/> | <p>④ ខោអាវក្នុង ស្រោមជើង 下着、靴下</p>  <input type="checkbox"/> |
| <p>⑤ កន្សែង タオル</p>  <input type="checkbox"/> | <p>⑥ ដែកកេះ (ឈើត្បូល) ライター (マッチ)</p>  <input type="checkbox"/> | <p>⑦ ថង់ប្លាស្ទិក ビニール袋</p>  <input type="checkbox"/> | <p>⑧ ស្រោមដៃ 手袋</p>  <input type="checkbox"/> |
| <p>⑨ សម្ភារៈប្រើពេលភ្លៀង (ឆ័ត្រ អាវភ្លៀង) 雨具 (傘、レインコート)</p>  <input type="checkbox"/> | <p>⑩ ប្រាក់សុទ្ធ សៀវភៅធនាគារ ក្រា 現金、通帳、印鑑</p>  <input type="checkbox"/> | <p>⑪ លិខិតឆ្លងដែន បញ្ជាក់នៅ បញ្ជាក់ទៅ パスポート、在留カード、保険証</p>  <input type="checkbox"/> | <p>⑫ គ្រោងសរសេរក្រាមពីមធ្យោបាយ ទំនាក់ទំនង ទៅកាន់គ្រូសម្ភារៈ និងមិត្តភក្តិ។ 家族や友達など連絡先のメモ</p>  <input type="checkbox"/> |
| <p>⑬ ពិល *ពិលពាក់ជាប់នៅក្បាល ផ្តល់ភាពងាយស្រួលព្រោះ អាចអោយអ្នកប្រើដៃទាំងពីរ បាន ライト ※両手が使えるヘッドライトが便利</p>  <input type="checkbox"/> | <p>⑭ សម្ភារៈប្រើនៅពេល សង្គ្រោះបឋម 救急セット</p>  <input type="checkbox"/> | <p>⑮ ថ្នាំដែលគ្រូមានជាប្រចាំ 常備薬</p>  <input type="checkbox"/> | <p>⑯ ប្រាសដុសធ្មេញ គ្រោងសរសេរដើម្បីក្នុងមាត់ (ផ្តល់ភាពងាយស្រួលនៅពេលគ្មានទឹក) 歯ブラシ、口腔用ウェットティッシュ (水がない時に便利)</p>  <input type="checkbox"/> |
| <p>⑰ សម្ភារៈប្រើពេលមកដូរ 生理用品</p>  <input type="checkbox"/> | <p>អ្នកដែលមានទារក / 赤ちゃんがいる人</p> | | |
| <p>⑱ ម្សៅទឹកដោះគោ 粉ミルク</p>  <input type="checkbox"/> | | <p>⑳ ដបទឹកដោះគោ ほ乳ビン</p>  <input type="checkbox"/> | <p>㉑ កន្ទុប គ្រូណាស់ក្នុងកម្រិតតូច おむつ、おしりふき</p>  <input type="checkbox"/> |

សូមអ្នកសរសេរនូវប្រសិនបើមានសម្ភារៈ ដែលចាំបាច់ផ្សេងពីនេះទៀត។
ほかに必要と思うものがあれば書いておきましょう。

