

ທ່ານກຽມພ້ອມສໍາລັບໄພພິບັດຫຼືບໍ່?

さいがい そな だいじょうぶ 災害への備えは大丈夫?

ໃນຕອນທີ່ໄພ <ລົບໜີ>, ຈົ່ງກະກຽມຂອງທີ່ຖີ່ໄປໄດ້ທັນທີເຂົ້າໃສ່ໄວ້ໃນກະເບົາ.

避難する<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 食べもの (缶詰、チョコレート、ビスケットなど)
③ 携帯ラジオ、モバイルバッテリー、乾電池
④ 下着、靴下
⑤ タオル
⑥ ライター (マッチ)
⑦ ビニール袋
⑧ 手袋
⑨ 雨具 (傘、レインコート)
⑩ 現金、通帳、印鑑
⑪ パスポート、在留カード、保険証
⑫ 家族や友達など連絡先のメモ
⑬ ライト ※両手が使えるヘッドライトが便利
⑭ 救急セット
⑮ 常備薬
⑯ 生理用品
⑰ 歯ブラシ、口腔用ウェットティッシュ (水がない時に便利)⑱ 粉ミルク
⑲ ほ乳ビン
⑳ おむつ、おしりふき

- ① ນໍ້າ (1ຄົນ1ລິດ)
- ② ອາຫານ (ກະປອງ, ຊອກຕົກແລັດ, ຂະໜົມຕູກກີ້ ຕ່າງໆ)
- ③ ອີທະຍຸພິກພາ, ແບັດເຕີລີ້ມືຖື, ຖ່ານໃສ່ດິນຽງ
- ④ ສະລິບ, ຖົງຕີນ
- ⑤ ແພເຊັດດິດ
- ⑥ ກະໄພແຊັດ (ກະໄພຂີດ)
- ⑦ ຖົງຢາງ
- ⑧ ຖົງມື
- ⑨ ອຸປະກອນກັນຝົນ (ຄົນຮົ່ມ, ເສື້ອຝົນ)
- ⑩ ເງິນສົດ, ປຶ້ມທະນາຄານ, ກາຈໍາ
- ⑪ ໜັງສືຜ່ານແດນ, ບັດທີ່ຢູ່, ບັດປະກັນ
- ⑫ ບັນທຶກເບີຕິດຕໍ່ຄອບຄົວແລະໝູ່ຕ່າງໆ
- ⑬ ໄພສາຍ *ໄພສາຍໃສ່ຫົວທີ່ມີທັງສອງສາມາດໃຊ້ໄດ້ ແມ່ນຈະສະດວກສະບາຍ
- ⑭ ຊູດປະຖິມພະຍາບານ
- ⑮ ຢາສາມັນປະຈໍາບ້ານ
- ⑯ ໄມ້ຫູແຂ້ວ, ທິດຊູປຽກສໍາລັບຊ່ອງປາກ (ໃຊ້ໃນຕອນທີ່ບໍ່ມີນໍ້າຈະສະດວກສະບາຍ)
- ⑰ ເຄື່ອງສໍາລັບປະຈໍາເດືອນ

ໃນຕອນທີ່ເກີດໄພພິບັດ, ນໍ້າກໍ່ບໍ່ມາ ແລະ ຫາຊີ້ເຄື່ອງຂອງກິນໄດ້ຍາກຂຶ້ນ. ຄອນກະກຽມນໍ້າ ແລະ ອາຫານ ໄວ້ໃນບ້ານ ປະມານ 3 ອັນ ຫາ 1ອາທິດ. (ນໍ້າດົ່ມ ແມ່ນ 2~3ລິດ x ຈໍານວນຄົນໃນຄອບຄົວ x ຈໍານວນ1ອາທິດ)

さいがい 災害がおきたときは、みず と た 水が止まり、食べものが手に入りにくくなります。いえ みず た 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 x 1週間分)

ຈົ່ງກວດເບິ່ງບ່ອນສະຖານທີ່ໄພໃກ້ບ້ານ <ບ່ອນລົບໜີ>.

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

ຢູ່ທີ່ບ່ອນໄພ ແມ່ນສາມາດໄດ້ຮັບນໍ້າ ແລະ ອາຫານ. ສາມາດຮັບຮູ້ຂໍ້ມູນທີ່ຈໍາເປັນ.

ひなんじよ 避難所では、みず た 水、食べものをもらうことができます。ひつよう じょうほう 必要な情報を知ることができます。

INFO KANAGAWA (ພາສາຍີ່ປຸ່ນງ່າຍໆ) (やさしい日本語) --> www.kifjp.org/infokanagawa

ນອກຈາກຂໍ້ມູນຂ່າວສານທີ່ຈໍາເປັນໃນຕອນທີ່ເກີດໄພພິບັດແລ້ວ, ຍັງແຈ້ງບອກເຖິງຂໍ້ມູນຂ່າວສານການດໍາລົງຊີວິດນາອີກ. ຈໍາເປັນຕ້ອງໄດ້ລົງທະບຽນ.

さいがい ひつよう じょうほう 災害のときに必要な情報のほか、せいかつ じょうほう 生活情報をメールでお知らせします。とうろく ひつよう 登録が必要です。



ກຽມພ້ອມສໍາລັບໄພພິບັດ ລາຍການກວດເຊັກ

さいがい 災害への備え チェックリスト

ລິ້ງກວດເຊັກເຄື່ອງຂອງທີ່ກະກຽມໄວ້!
 準備したものを
 チェックしましょう!

<p>① ນໍ້າ (1ຄົນ1ລິດ) 水 (1人1リットル)</p>  <input type="checkbox"/>	<p>② ອາຫານ (ກະປອງ, ຊອກໄກແລ້ດ, ຂະໜົມຄູກກີ້ ຕ່າງໆ) 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 ວິທະຍຸພົກພາ, ແບັດເຕີລີ້ມືຖື, ຖ່ານໃສ່ໄມ້ງ 携帯ラジオ、モバイルバッテリー、乾電池</p>  <input type="checkbox"/>	<p>④ ສະລົບ, ຖົງຕີນ 下着、靴下</p>  <input type="checkbox"/>							
<p>⑤ ແພເຊັດໂຕ タオル</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑥ ກະໄຟແຊັດ (ກະໄຟຂີດ) ライター (マッチ)</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑦ ຖົງຢາງ ビニール袋</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑧ ຖົງນ 手袋</p>  <input type="checkbox"/>							
<p>⑨ ອຸປະກອນກັນຝົນ (ຄິ້ນຮິ້ມ, ເສື້ອຝົນ) 雨具 (傘、レインコート)</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑩ ເງິນສົດ, ປື້ນທະນາຄານ, ກາຈໍາ 現金、通帳、印鑑</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑪ ໜັງສືຜ່ານແດນ, ບັດທີຢູ່, ບັດປະກັນ パスポート、在留カード、保険証</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑫ ປັນທິກເບີຕິດຕໍ່ຄອບຄົວ ແລະ ຫຼຸ້ນຄູ່ຕ່າງໆ 家族や友達など連絡先のメモ</p>  <input type="checkbox"/>							
<p>⑬ ໄຟສາຍ *ໄຟສາຍໃສ່ຫົວທີ່ມີທັງສອງສາມາດໃຊ້ໄດ້ ແມ່ນຈະສະດວກສະບາຍ ライト ※両手が使えるヘッドライトが便利</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑭ ຊຸດປະຖົມພະຍາບານ 救急セット</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑮ ຢາສາມັນປະຈໍາບ້ານ 常備薬</p>  <input type="checkbox"/>	<p>⑯ ໄມ້ໆແຂ້ວ, ທິດຊູ່ປຽກສໍາລັບຊ່ອງປາກ (ໃຊ້ໃນຕອນທີ່ບໍ່ມີນໍ້າຈະສະດວກສະບາຍ) 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 ເຄື່ອງສໍາລັບປະຈໍາເດືອນ 生理用品</p>  <input type="checkbox"/>				<p>ຄົນທີ່ມີເດັກແດງ / 赤ちゃんがいる人</p> <table border="1"> <tr> <td data-bbox="434 1742 791 2056"> <p>① ນົມຝັງ 粉ミルク</p>  <input type="checkbox"/> </td> <td data-bbox="791 1742 1149 2056"> <p>② ຂອດນົມ ほ乳ビン</p>  <input type="checkbox"/> </td> <td data-bbox="1149 1742 1519 2056"> <p>③ ຜ້າອ້ອມ, ຜ້າເຊັດກັ້ນ おむつ、おしりふき</p>  <input type="checkbox"/> </td> </tr> </table>				<p>① ນົມຝັງ 粉ミルク</p>  <input type="checkbox"/>	<p>② ຂອດນົມ ほ乳ビン</p>  <input type="checkbox"/>	<p>③ ຜ້າອ້ອມ, ຜ້າເຊັດກັ້ນ おむつ、おしりふき</p>  <input type="checkbox"/>
<p>① ນົມຝັງ 粉ミルク</p>  <input type="checkbox"/>	<p>② ຂອດນົມ ほ乳ビン</p>  <input type="checkbox"/>	<p>③ ຜ້າອ້ອມ, ຜ້າເຊັດກັ້ນ おむつ、おしりふき</p>  <input type="checkbox"/>								

ນອກຈາກນີ້ ຖ້າຫາກວ່າມີຫຍັງທີ່ຄິດວ່າຈໍາເປັນ ແມ່ນໃຫ້ຂຽນໄວ້.

ほかに必要と思うものがあれば書いておきましょう。

