

## 1 Nếu xảy ra tình huống khẩn cấp

### (1) Nếu xảy ra hỏa hoạn Số 119

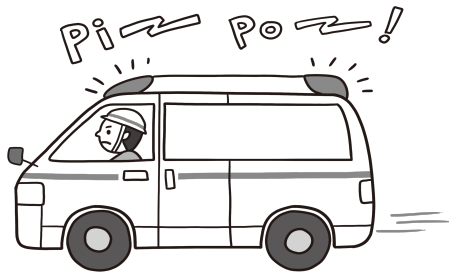
Khi lửa bùng lên, hãy hô to “Kaji da (có hỏa hoạn)” để thông báo cho mọi người xung quanh biết và gọi điện thoại đến số 119 để gọi xe cứu hỏa.

Trường hợp thực hiện hoạt động chữa cháy, hãy chú ý để không bị phân tâm bởi việc chữa cháy và chặn mất lối thoát. Ngoài ra, khi nồi chứa dầu bốc lửa, tuyệt đối không được dội nước lên đó.



### (2) Khi bị bệnh hoặc bị thương Số 119

Khi bị bệnh đột xuất hoặc chấn thương nghiêm trọng, hãy gọi điện thoại đến số 119 tương tự như trường hợp hỏa hoạn, và gọi xe cấp cứu. Hãy thông báo chính xác tên khu vực, số khu nhà, số phòng.



#### <Chú ý>

Xe cấp cứu được miễn phí, nhưng vì đây là phương tiện để những người gặp tình trạng khẩn cấp như bị bệnh nặng sử dụng, nên nếu bạn bị thương nhẹ hay bệnh nhẹ, hãy sử dụng xe cá nhân hoặc xe taxi.

### (3) Nếu bạn gặp phải tai nạn giao thông hoặc là nạn nhân của bọn tội phạm Số 110

Hãy liên lạc với cảnh sát.

Chúng tôi tiếp nhận trao đổi bằng nhiều ngôn ngữ tại:

“Góc tư vấn về những khó khăn của người nước ngoài, Sở cảnh sát Tokyo”

☎03-3503-8484

Thứ hai ~ Thứ sáu 8:30 ~ 17:15



2

## Chuẩn bị khi có thiên tai

[Nơi liên hệ] Ban Phòng chống thảm họa và quản lý khủng hoảng

☎ 03-5744-1235

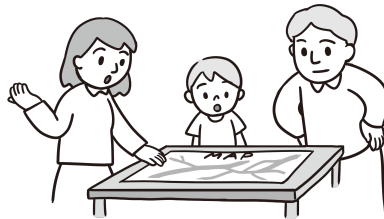
### (1) Chuẩn bị khi có động đất

Nhật Bản, nơi được biết đến là đất nước có nhiều núi lửa, cũng là khu vực thường xảy ra động đất trên thế giới. Việc chuẩn bị từ những ngày thảm họa chưa xảy ra để không bối rối ngay cả khi thảm họa xảy ra là rất quan trọng.

#### ① Hãy chuẩn bị phòng bị động đất.

- **Hãy cùng thảo luận về cách ứng phó khi có thảm họa với các thành viên gia đình**

Khi xảy ra động đất lớn, phương tiện giao thông công cộng sẽ dừng chạy, ngoài ra, giao thông cũng bị tắc nghẽn, việc truyền đạt thông tin cũng trở nên khó khăn. Từ những ngày thảm họa chưa xảy ra, các thành viên trong gia đình hãy xác định trước và rõ ràng địa chỉ liên lạc của gia đình khi đi ra ngoài, thảo luận trước về phương pháp liên lạc và địa điểm tập trung của gia đình khi có thảm họa động đất, v.v...



- **Sử dụng tổng đài dùng để tiếp nhận thông tin thảm họa**

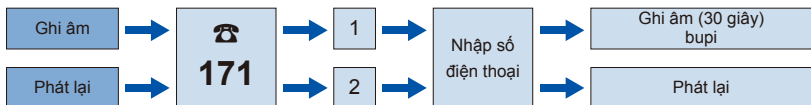
Động đất không phải lúc nào cũng xảy ra khi cả gia đình đang ở cùng nhau.

Nếu xảy ra vào lúc bạn đang ở xa gia đình, hãy báo cho người nhà tình hình an nguy của bạn bằng cách sử dụng Tổng đài tiếp nhận thông tin thảm họa hoặc theo cách thức đã quyết định sẵn từ trước.

- **Cách sử dụng**

Nếu bạn gọi đến số “171”, là Tổng đài tiếp nhận thông tin thảm họa của NTT, bạn có thể ghi âm và nghe tin nhắn theo hướng dẫn. Thời gian có thể ghi âm là trong vòng 30 giây do đó bạn hãy nhấn tin ngắn gọn về vị trí hiện tại của bạn.

Ngoài Tổng đài tiếp nhận thông tin thảm họa, còn có băng tin nhắn khi xảy ra thảm họa thiên tai dùng cho điện thoại thông minh và điện thoại di động, do đó hãy xác nhận với nhà cung cấp dịch vụ viễn thông mà bạn đã ký hợp đồng để biết thêm chi tiết.



○ **Hãy kiểm tra an toàn cho ngôi nhà của bạn.**

Chính vì đó là ngôi nhà (căn phòng) mà bạn đã quen sống, nên có những chỗ nguy hiểm thường bị bỏ sót trong trường hợp khẩn cấp. Đặc biệt là đối với những nơi có sử dụng lửa như nhà bếp, v.v..., hãy kiểm tra và sắp xếp kỹ.

Ngoài ra, hãy cẩn thận để đề phòng trường hợp đồ nội thất cỡ lớn như tủ quần áo, tủ chén, tủ lạnh, kệ sách, v.v... ngã đổ và đồ cất giữ rơi xuống.

○ **Hãy chuẩn bị đồ dùng khi khẩn cấp.**

Hãy chuẩn bị nước và thực phẩm cho tối thiểu 3 ngày (cho 1 tuần nếu có thể). Người ta cho rằng 1 người 1 ngày cần tối thiểu 3 lít nước. Ngoài ra, hãy múc sẵn nước dùng cho sinh hoạt vào bồn tắm và can nhựa, v.v...

Hãy tham khảo Danh sách kiểm tra vật dụng mang theo lúc khẩn cấp, v.v... dưới đây để chuẩn bị tối thiểu đồ vật mà bạn nghĩ là cần thiết.

## Danh sách kiểm tra vật dụng mang theo lúc khẩn cấp

Hãy cho đồ vật cần thiết vào cặp, ba lô để cầm theo, v.v...

**Ví dụ**

- Hộ chiếu
- Đèn
- Radio
- Pin
- Găng tay
- Thuốc thường dùng
- Khăn giấy
- Quần áo, đồ lót
- Diêm, bật lửa
- Dao đa năng
- Nước
- Lương thực khi khẩn cấp
- Dụng cụ ăn uống
- Khăn



Vui lòng chuẩn bị đồ vật cần thiết phù hợp với môi trường của bản thân.

○ **Hãy tham gia các buổi huấn luyện phòng chống thảm họa.**

Hầu hết các tổ dân phố, hội tự trị địa phương trong quận đều thực hiện huấn luyện phòng chống thảm họa tại công viên và trường học, v.v... Hãy tham gia vào các buổi huấn luyện phòng chống thảm họa để trang bị khả năng phòng chống thảm họa, và giao lưu với người dân địa phương.

## ② Lánh nạn khi có thảm họa động đất

### ○ Nếu xảy ra động đất lớn

- Không vội vàng chạy ra ngoài
- Hãy tắt hết lửa. Nếu xảy ra hỏa hoạn, hãy nhờ những người hàng xóm giúp đỡ và cố gắng chữa cháy khi lửa còn nhỏ
- Mở cửa ra vào và cửa sổ để đảm bảo lối ra, đảm bảo sự an toàn của chính bản thân.
- Tránh xa khỏi tường gạch bê tông và máy bán hàng tự động
- Cẩn thận với các vật rơi xuống
- Nếu đang điều khiển xe, hãy di chuyển sang phía bên trái đường và dừng xe.
- Khi rời khỏi xe, hãy cầm chìa khóa nguyên như vậy

### ○ Nếu xảy ra hỏa hoạn quy mô lớn

Hãy tập hợp tại nơi tập hợp tạm thời ở gần đó (công viên, trường học, v.v...), rồi lánh nạn từ nơi đó đến nơi lánh nạn diện rộng được chỉ định, theo tập thể.

### ○ Nếu nhà ở đổ sập hoặc bị cháy rụi do động đất

Hãy tiến hành sinh hoạt tạm thời tại nơi lánh nạn. Tại quận Ota, có 91 địa điểm gồm trường tiểu học, trường trung học cơ sở, v.v... do quận thành lập được chỉ định làm nơi lánh nạn, phân bổ theo đơn vị hội tự trị địa phương và tổ dân phố. Tại nơi lánh nạn có dự trữ lương thực cùng vật liệu và thiết bị dùng khi khẩn cấp, v.v... Hãy tuân thủ quy tắc tại nơi lánh nạn.

Khi có bão hoặc mưa lớn, tầng hầm có thể bị nước chảy vào, trở thành nơi không thể lánh nạn. Hãy lánh nạn đến nơi an toàn, như tòa nhà vững chắc từ 2 tầng trở lên ở gần đó hoặc trường tiểu học hay trường trung học cơ sở trong quận, v.v... Không thể lánh nạn tại trường tiểu học Minemachi, trường tiểu học Tamagawa khi có bão hoặc mưa lớn



Ngoài ra, khi xảy ra động đất, hãy cố gắng thu thập thông tin. Hãy thu thập thông tin chính xác như thông tin trên radio, tivi, thông tin từ loa phát thanh của quận, v.v..., để bản thân không bị dẫn dắt bởi tin đồn sai sự thật, v.v...

### Thu thập thông tin

#### (1) Trang web của quận Ota



#### (2) Cổng thông tin phòng chống thiên tai quận Ota



#### (3) Ứng dụng phòng chống thiên tai quận Ota



#### (4) Trang web của Hiệp hội Đô thị quốc tế Ota (GOCA)



#### (5) Trang web của Văn phòng nội các Ứng dụng và trang WEB tiện lợi khi có thảm họa (đa ngôn ngữ)



## (2) Chuẩn bị cho bão và mưa lớn

Bão sẽ xảy ra tại Nhật Bản, đặc biệt là từ mùa hè đến mùa thu. Cần chú ý đối với mưa to và gió mạnh đi kèm theo bão.

Ngoài ra, trong những năm gần đây, các trường hợp mưa lớn tập trung trong thời gian ngắn, gây ra lũ lụt cũng đang tăng lên.

Khi có bão hoặc mưa lớn, hãy hạn chế ra ngoài không cần thiết và chú ý lắng nghe thông tin khí tượng.

Mặc dù sức mạnh của bão và mưa lớn không thể đo lường được, nhưng có thể hạn chế thiệt hại đến mức thấp nhất bằng cách thực hiện các biện pháp trước khi thiên tai xảy ra.

★Hãy tham khảo **“Danh sách kiểm tra vật dụng mang theo lúc khẩn cấp (P4)”** và chuẩn bị tối thiểu những vật mà bạn nghĩ là cần thiết.



### “Bản đồ mối nguy hiểm quận Ota”

Đây là bản đồ đăng tải thông tin về rủi ro thảm họa thiên tai của các khu vực nhà ở cũng như vùng xung quanh và các nơi lánh nạn, v.v.

Ngôn ngữ: tiếng Anh, tiếng Trung, Tiếng Nhật đơn giản

Địa điểm phân phát chính: Tòa nhà chính Tòa thị chính quận, Văn phòng chi nhánh đặc biệt(P19)

Phát hành: Ban Phòng chống thảm họa và quản lý khủng hoảng quận Ota

☎03-5744-1235



### “Sổ tay phòng chống thảm họa của nhà tôi”

Sổ tay này giải thích về cách bảo vệ bản thân khi xảy ra động đất và việc chuẩn bị nào là cần thiết từ khi chưa có thảm họa.

Ngôn ngữ: Tiếng Anh, tiếng Trung

Địa điểm phân phát chính: Tòa nhà chính Tòa thị chính quận, Văn phòng chi nhánh đặc biệt(P19)

Phát hành: Ban Phòng chống thảm họa và quản lý khủng hoảng quận Ota

☎03-5744-1611





### “Email đảm bảo an toàn và an tâm cho cư dân”

Chúng tôi sẽ gửi thông báo về thời tiết, động đất và sóng thần qua email bằng tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, và tiếng Tagalog.  
Chi tiết vui lòng xem trên trang web của quận.

