

### Những vật cần mang theo thứ 2:

Những vật cần mang theo để có thể đào bới sóng được trong vài ngày cho đến khi khắc phục thiên tai.

Tên đồ vật	Kiểm tra	Tên đồ vật	Kiểm tra
Nước uống (1 người khoảng 3 lít nước một ngày)	bô vệ sinh		
gạo, đồ ăn nhanh	túi ngủ, chăn		
đồ ăn đóng hộp	quần áo		
bếp ga xách tay	dầu gội khô		
nhiên liệu	giấy vệ sinh		
thùng phòng chống thiên tai	giấy báo		
tâm nhựa	đèn LED		
túi ni lông	các đồ vật khác dùng khi ra ngoài		
màng bọc thực phẩm			

6

## Địa chỉ liên lạc khẩn cấp

### Cảnh sát – Cứu hỏa – Lifeline

Tháng 3 năm 2016

Cảnh sát	110	Chữa cháy	119
Điện	0120-99-5772	Điện thoại	0120-116-000
Ga		Đường ống nước	200-3141

### [Nơi lánh nạn]

Nơi lánh nạn tạm thời	Nơi lánh nạn tập trung trên diện rộng	Nơi lánh nạn

### Độ cao của nhà mình so với mực nước biển \_\_\_\_\_ m

Kiểm tra mực nước biển tại khu vực nhà mình dựa vào bảng hiển thị mức nước biển được đặt ở bảng thông báo của hiệp hội dân cư, khu phố của quận



7

## Điểm quan trọng cần nhớ khi đi lánh nạn

### [Quần áo khi lánh nạn]

- Vật có thể bảo vệ đầu ( mũ bảo hiểm, mũ phòng tránh thiên tai).
- Bao tay, găng tay vải       Áo mưa có màu sắc sặc sỡ.
- Giày thường đi hàng ngày

### [Điểm chú ý khi đi lánh nạn]

- Đì bộ để lánh nạn.
- Khi ra khỏi nhà phải ngắt cầu dao và kiểm tra những chỗ là nguồn gốc gây cháy.
- Giúp đỡ người cao tuổi, người tàn tật.
- Tránh xa những chỗ có tường, rào chắn.
- Ở những chỗ ngập nước thì phải kiểm tra kỹ phía bên dưới chân.
- Khi cùng trẻ nhỏ lội ở những chỗ có nước thì phải dùng dây buộc trẻ vào với mình.

8

## Đè xuất tại cuộc họp dân cư quận Kawasaki Sổ tay phòng chống thiên tai cá nhân



\*Cuốn sổ tay này được tạo ra để các gia đình có cơ hội ngồi nói chuyện với nhau về thiên tai, hỏa hoạn. Các gia đình vừa nói chuyện với nhau vừa ghi chép vào sổ tay để luôn chuẩn bị tâm lý sẵn sàng đối phó với thiên tai.

Dày	Mùi phồng chống thối rữa, mùi bảo hiểm
Khăn tắm	Túi ni lông (to, nhỏ)
Dài, đồng hồ	Gậy ăn, gậy rút
Dài, radio cầm tay, đèn pin	Dưa, thịt, dưa
Điện thoại cầm tay, sạc pin	Nến, diêm, bút lửa
Bàn copy so bao hiểm tài sản	Hộp cứu thương để vệ sinh mủi
Còn dầu, sò ngeah hàng, lăn mặt	Bô cho trẻ sơ sinh (Sila bột, bim)
Thiếc dùng nuga, vỉi tuy le kha odp	Bô vệ sinh di động
Đeo an ninh, đeo an đồng hồ	Đao t胜任, khui nắp đồ hộp
Nước uống	Ao mưa, găng tay bón g

9

Những vật cần phải mang theo trước thiên tai gấp num  
Những vật cần mang theo dấu tên:

Số theo dõi súng thuốc	6
Bép viền thuỷt đèn kham	5
Nhom múa	4
Cắc chất di tinh	3
Không/có	2
( )	1
Sử dụng thuốc	

## Tóm tắt tình trạng sức khỏe

Tóm tắt các thông tin của mìn và già dinh	(Gia đình)
Tên	Mỗi quan hệ
Nhom múa	Địa chỉ lén lác
Địa chỉ	Mỗi quan hệ
Nơi ban thân minh	Tên
Địa chỉ	Ngày tham gia làm sinh
Số điện thoại nhà	Số điện thoại nhà
Tên	Nhóm múa
Nhóm múa	Địa chỉ lén lác
Địa chỉ	Mỗi quan hệ
Nơi ban thân minh	Tên

## Tóm tắt các thông tin của mìn và già dinh

(Phương pháp thu âm nhán)	Bấm số 171	Bấm số 171	Thu âm tin nhắn
Cách nháhe lôi lôi nhán			Nghe lôi lôi nhán
			Sẽ có lôi tháo húng đán
			Truy cập hộp mưu để lôi lôi nhán thi bám số 1
			Sẽ có lôi tháo húng đán
			Sẽ có lôi tháo húng đán
			Sẽ có lôi tháo húng đán
			Sẽ có lôi tháo húng đán
			Sẽ có lôi tháo húng đán

Khi gặp thiên tai sẽ rất khó để thực hiện các cuộc gọi điện thông thường vì vậy hãy gọi số chuyên dụng (171) khi gặp thiên tai.

## Số gọi khẩn cấp khi gặp thiên tai



## Cách sử dụng

# “Sổ tay phòng chống thiên tai cá nhân”

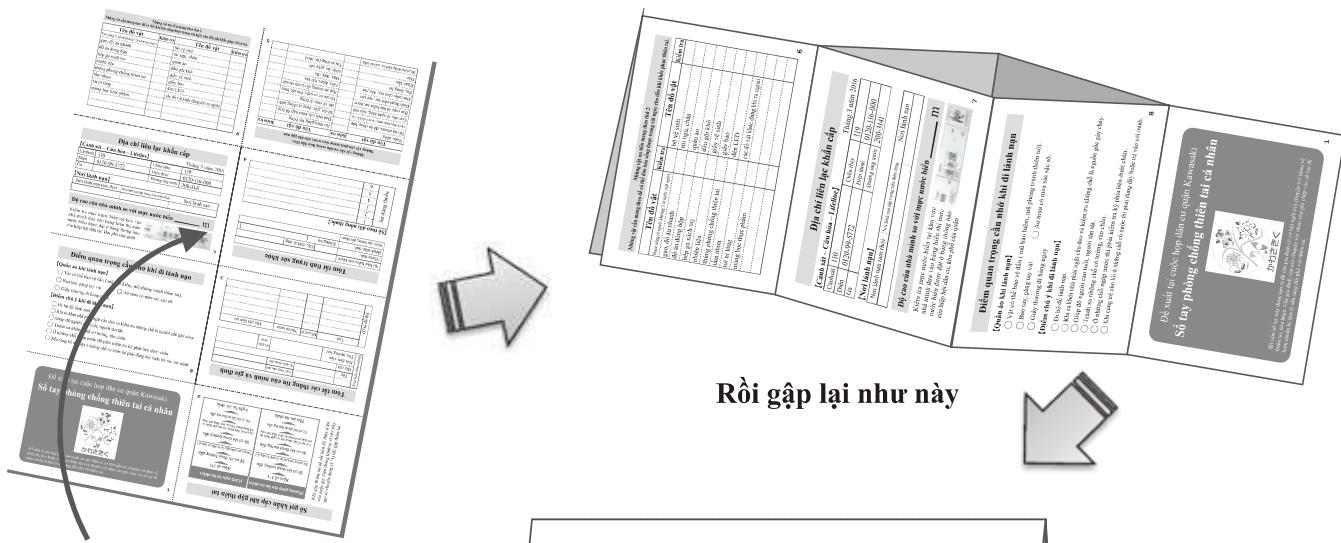


### ■ Mục đích

Ngay sau khi xảy ra thiên tai thì việc tự sơ cứu là hết sức quan trọng. Ngoài ra việc trao đổi lẫn nhau giữa các gia đình về thiên tai cũng cung cấp thêm cho mọi người các kiến thức tự sơ cứu từ đó có thể cứu được chính bản thân mình hay gia đình. Chính vì lí do đó nên tại cuộc họp cư dân của quận Kawasaki đã tạo ra cuốn “Sổ tay khi gặp thiên tai cá nhân” để tạo cơ hội cho các gia đình ngồi nói chuyện trao đổi với nhau về phòng chống thiên tai.

### ■ Cách tạo

“Sổ tay phòng chống thiên tai cá nhân” có giá thành rất rẻ, đồng thời để mọi người có thể sử dụng sổ tay phù hợp với từng gia đình thì hiện nay có thể tải dữ liệu từ trang chủ của quận xuống để tạo. Khi in ra với khổ giấy A4 thì có thể gấp lại tạo thành một cuốn sổ tay gồm 8 trang.



### Cắt vào phần chính giữa

Cắt: \_\_\_\_\_

Đường gấp lòi lên: .....

Đường gấp lõm xuống: - - - -



### Là hoàn thành.

### ■ Về việc tải dữ liệu

Có thể tải “Sổ tay phòng chống thiên tai cá nhân” từ trang chủ của quận Kawasaki

Tìm kiếm với từ khóa [Cuộc họp cư dân quận Kawasaki Sổ tay phòng chống thiên tai cá nhân]