

ภาษาไทย

คู่มือเตรียมความพร้อม

รับมือภัยพิบัติสำหรับ



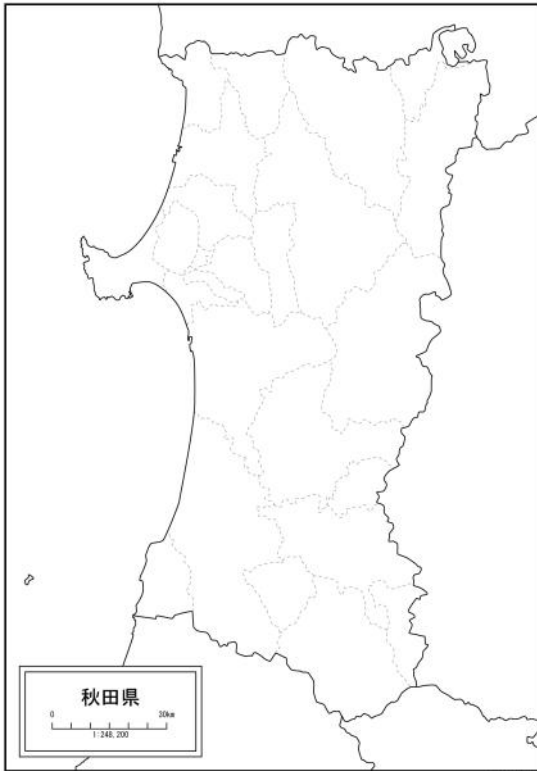
ชาวต่างชาติ



บทนำ

ในญี่ปุ่นมีคำกล่าวที่ว่า “ภัยพิบัติมักเกิดขึ้นเมื่อเราคาดไม่ถึง” [ภัยพิบัติ] คือภัยที่เกิดจากธรรมชาติ ซึ่งไม่สามารถควบคุมได้ การเตรียมความพร้อมรับมือภัยพิบัติ จะช่วยปกป้องตัวคุณและครอบครัว เพื่อลดความเสียหายให้น้อยที่สุด

คู่มือฉบับนี้เขียนบรรยายเกี่ยวกับ การเตรียมความพร้อมรับมือก่อนเกิดภัยพิบัติ, ประเภทของภัยพิบัติ, สิ่งที่ต้องทำเมื่อเกิดภัยพิบัติ ประโยชน์ของคู่มือฉบับนี้ใช้เพื่อปกป้องตัวคุณเอง และคนที่คุณรัก



รู้ใหม่ว่า ตัวคุณเองอาศัยอยู่ส่วนไหนของหมู่บ้านหรือเมืองไหนในจังหวัดอาคิตะ

ส่วนใหญ่ ข่าวสารเกี่ยวกับภัยพิบัติขึ้นอยู่กับเขตพื้นที่นั้นๆ คุณจะต้องรู้ว่าตัวเองอาศัยอยู่ส่วนไหนในพื้นที่ เพื่อจะได้รับข้อมูลข่าวสารได้ง่ายมากขึ้น

ภัยพิบัติครั้งใหญ่ ที่เคยเกิดขึ้นที่จังหวัดอาคิตะ



แผ่นดินไหวบริเวณทะเลญี่ปุ่นตอนกลาง (26 พฤษภาคม 2526)



ฝนตกหนัก เดือน กรกฎาคม 2560



หิมะตกหนัก เดือน มกราคม 2564



ฝนตกหนัก เดือน กรกฎาคม 2566

สารบัญ

บทนำ/สารบัญ

ความรู้เกี่ยวกับภัยพิบัติทางธรรมชาติ แผ่นดินไหว.....	2
ระดับความรุนแรงของแผ่นดินไหว.....	4
สึนามิ.....	5
ไต้ฝุ่น/ ฝนตกหนักและน้ำท่วม	6
หิมะตกหนัก	7
ดินถล่ม.....	8

การเตรียมความพร้อมรับมือภัยพิบัติ ควรรู้ข้อมูลเกี่ยวกับภัยพิบัติ	9
วิธีการอพยพ	10
สิ่งของจำเป็นยามฉุกเฉิน (สิ่งที่ต้องเตรียมไว้ในกรณีเกิดภัยพิบัติ)	12
คำศัพท์ภาษาญี่ปุ่นเกี่ยวกับภัยพิบัติ.....	14
สัญลักษณ์สถานที่หลบภัยวิธีใช้โทรศัพท์สาธารณะ	15
ตรวจสอบความปลอดภัย (ว่าปลอดภัยหรือไม่).....	16

ความรู้เกี่ยวกับภัยพิบัติทางธรรมชาติ

แผ่นดินไหว

แผ่นดินไหว คือ การสั่นสะเทือนของพื้นดิน ถ้าเกิดแผ่นดินไหวรุนแรง อาคารสิ่งก่อสร้างอาจพังทลายได้ เป็นเรื่องอันตรายมาก ๆ เมื่อเกิดแผ่นดินไหวแล้ว อาจเกิดแผ่นดินไหวตามมาอีกหลายครั้ง เรียกว่า “อาฟเตอร์ช็อก”



<คำศัพท์เกี่ยวกับแผ่นดินไหว>

- ขนาด ปริมาณ แผ่นดินไหวที่ตรวจวัดได้...ขนาดและความรุนแรงของแผ่นดินไหว
- ความรุนแรงของแผ่นดินไหว...ความรุนแรงของการสั่นสะเทือน
การเกิดแผ่นดินไหวจุดเดียวกัน แต่ความรุนแรงจะแตกต่างกันในแต่ละพื้นที่
- ศูนย์กลางแผ่นดินไหว ...ตำแหน่งศูนย์กลางแผ่นดินไหว (ต่ำกว่าระดับพื้นดิน)

สิ่งที่ต้องระวังเมื่อมีการเริ่มสั่นสะเทือน

●เมื่อคุณอยู่ที่บ้าน

- หลบใต้โต๊ะ
- ปกป้องศีรษะ
- รอจนกว่าแผ่นดินไหวจะหยุดลง



เมื่อแรงสั่นสะเทือนหยุดลง

- ถ้าใช้ไฟหุงต้มอยู่ ให้รีบปิดไฟ
- เปิดประตูและหน้าต่าง เพื่อสะดวกในการหนี
- ถ้าหากต้องอพยพไปสถานที่หลบภัย ให้ปิดเบรกเกอร์ไฟที่บ้านให้เรียบร้อย เพราะอาจทำให้เกิดไฟฟ้าลัดวงจรเกิดไฟไหม้ได้



●เมื่อคุณอยู่นอกสถานที่

- อยู่ให้ห่างจากวัตถุที่อาจจะร่วงหรือหล่นลงมา เช่น อิฐบล็อก หรือป้ายโฆษณา



●ภายในลิฟต์

- กดปุ่มหยุดทุกชั้น เพื่อหยุดลิฟต์ และรีบออกจากลิฟต์
- ถ้าประตูลิฟต์ไม่เปิดออก ให้กดปุ่มฉุกเฉิน



●ขณะขับรถ

- ให้จอดรถของคุณไว้ทางด้านซ้ายของถนน
- กรณีอยู่ในรถแล้วไม่ปลอดภัย ให้ทิ้งรถไว้แล้วหนีไปในขณะเดียวกันให้ปลดล็อคประตูรถและทิ้งกุญแจไว้ในรถด้วย



●เมื่ออยู่บนรถเมล์ รถไฟ หรือยานพาหนะอื่น ๆ

- ให้จับราวที่จับให้แน่นๆ

●เมื่ออยู่ในสถานที่ ที่มีคนจำนวนมาก

- อย่าตื่นตระหนก และปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่



ระดับความรุนแรงของแผ่นดินไหว



ความรุนแรง ระดับ 0	ไม่รู้สึกรู้ถึงแรงสั่นเลย
ความรุนแรง ระดับ 1	บางคนที่อยู่ภายในอาคารรู้สึกถึงความสั่นสะเทือนเล็กน้อย
ความรุนแรง ระดับ 2	คนที่อยู่ภายในอาคารส่วนใหญ่รู้สึกถึงความสั่นสะเทือน
ความรุนแรง ระดับ 3	คนที่อยู่ภายในอาคารเกือบทุกคนรู้สึกถึงความสั่นสะเทือน
ความรุนแรง ระดับ 4	อันตรายจากสิ่งของตกแต่งภายใน อาจร่วงหล่นลงมาได้ สิ่งที่แขวนห้อยลงมาจะแกว่งไปมาอย่างรุนแรง
ความรุนแรง ระดับ 5 อ่อน	อันตรายจากสิ่งของตกแต่งภายใน อาจร่วงหล่นลงมาได้ สิ่งที่แขวนห้อยลงมาจะแกว่งไปมาอย่างรุนแรง
ความรุนแรง ระดับ 5 แรง	เครื่องเรือนชิ้นใหญ่ อาจล้มลงมา เดินลำบาก
ความรุนแรง ระดับ 6 อ่อน	ยึ่นไม่ได้ ประตูอาจจะเปิดไม่ได้ กำแพงและหน้าต่างของอาคารอาจจะแตกเสียหาย เครื่องเรือนและวัตถุมีการเคลื่อนที่
ความรุนแรง ระดับ 6 แรง	ไม่สามารถเดินคลานหรือเคลื่อนไหวได้ อาคารเริ่มเสียหาย พังทลาย
ความรุนแรง ระดับ 7	ไม่สามารถเคลื่อนไหวได้ อาคารบ้านเรือนพังทลาย ถนนก็ได้รับความเสียหาย

สึนามิ

หลังเกิดแผ่นดินไหว อาจเกิดคลื่นสึนามิ (คลื่นสูง) สร้างความเสียหายพัดบ้านเรือนและรถยนต์



ข้อควรระวัง

●เมื่ออยู่ใกล้ทะเลหรือแม่น้ำ

ให้รีบหนีขึ้นไปอยู่ยังที่สูง

●เมื่ออยู่ใกล้ภูเขา

อยู่ให้ห่างจากหน้าผา หินอาจจะตกลงมา

●แม้ว่าจะไม่ได้เกิดแผ่นดินไหวบริเวณใกล้เคียง ก็อาจจะเกิดคลื่นสึนามิได้

รวบรวมข่าวสารจากวิทยุและโทรทัศน์

●เมื่อรู้สึกว่ายูบ้านไม่ปลอดภัย

ให้หนีไปยังสถานที่อพยพหรือที่หลบภัย (หน้า 15)

<คำเตือน และ สัญญาณเตือนสึนามิ>

เมื่อเกิดแผ่นดินไหวและคลื่นสึนามิ จะมีการประกาศคำเตือนจากกรมอุตุนิยมวิทยาของญี่ปุ่น ทางโทรทัศน์และสื่ออื่นๆ

ประกาศเฝ้าระวัง เตือนภัยสึนามิ	ความสูงที่คาดว่าจะเกิดคลื่นสึนามิ	
	ความสูงที่คาดว่าจะเกิดคลื่นสึนามิ ประกาศเป็นตัวเลข (หลักเกณฑ์การประกาศ)	คำที่ใช้บรรยายขนาดของคลื่นสึนามิ
เตือนภัยสึนามิใหญ่	มากกว่า 10 เมตร	มหึมา
	10m	
	5m	
เตือนภัยสึนามิ	3m	สูง
เฝ้าระวังคลื่นสึนามิ	1m	—

ไต้ฝุ่น

พายุไต้ฝุ่นจะเข้ามาตั้งแต่วันที่ 1 สิงหาคมถึงเดือนตุลาคม จะมีลมแรงและมีฝนตกหนักมาก



ข้อควรระวัง

- ไม่ออกไปข้างนอก
- สิ่งของที่อยู่นอกบ้าน อาจจะถูกพัดปลิวหายไป ควรนำเข้ามาเก็บไว้ภายในบ้าน
- กระงกหน้าต่างอาจแตกได้ ดังนั้นควรปิดผ้าม่านเพื่อป้องกันการบาดเจ็บ
- ไฟฟ้าอาจดับ ควรเตรียมไฟฉายไว้ด้วย

ฝนตกหนักและน้ำท่วม

ฝนอาจตกต่อเนื่องเป็นเวลานาน หรือตกหนักช่วงเวลาสั้นๆ ก็ได้ เมื่อฝนตกหนักมากๆ น้ำในแม่น้ำอาจล้นตลิ่ง น้ำท่วม บ้านเรือนเสียหาย ฝนตกหนักในบริเวณที่เดียวกันช่วงเวลาสั้นๆ เรียกว่า “ฝนกระหน่ำ”

ฤดูฝน (เดือนมิถุนายนถึงเดือนกรกฎาคม) ช่วงปลายฤดูฝนจะเกิดพายุไต้ฝุ่นได้ง่าย

กรณีฝนตกหนักมาก หลบภัยในสถานที่หลบภัยแล้ว แต่ยังอยู่ในอันตราย ให้หลบหนีไปยังห้องที่ปลอดภัยที่สุดในอาคาร



ข้อควรระวัง

- อย่าออกไปข้างนอก ยกเว้นกรณีต้องอพยพ
- อยู่ให้ห่างจากแม่น้ำและภูเขา
- ไม่เดินทางด้วยรถยนต์
- อย่าเดินลุยน้ำ เมื่อระดับน้ำท่วมสูงถึงเข้าผู้ใหญ่



หิมะตกหนัก

ฤดูหนาวที่จังหวัดอาคิตะหิมะตกเยอะมาก

ข้อควรระวัง

- รถเมล์และรถไฟอาจหยุดให้บริการ
- ห้ามขับขี้อักรยานหรือมอเตอร์ไซด์
- สวมรองเท้ากันลื่น
- เปลี่ยนใช้ยางรถยนต์สำหรับฤดูหนาว
- ระวังน้ำแข็งย่อยขณะเดินได้หลังคา
- หากไม่ได้ใช้น้ำประปา ควรระบายน้ำออกให้หมด (วิธีการระบายน้ำจะแตกต่างกันไป ควรตรวจสอบบ้านหรืออพาร์ทเมนต์ที่อาศัยอยู่ล่วงหน้า)



น้ำแข็งย่อย

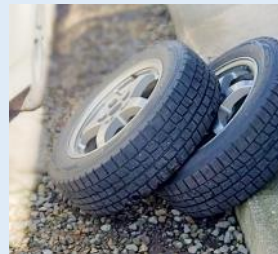
หากตกลงมากระแทกศีรษะอาจทำให้บาดเจ็บสาหัสได้



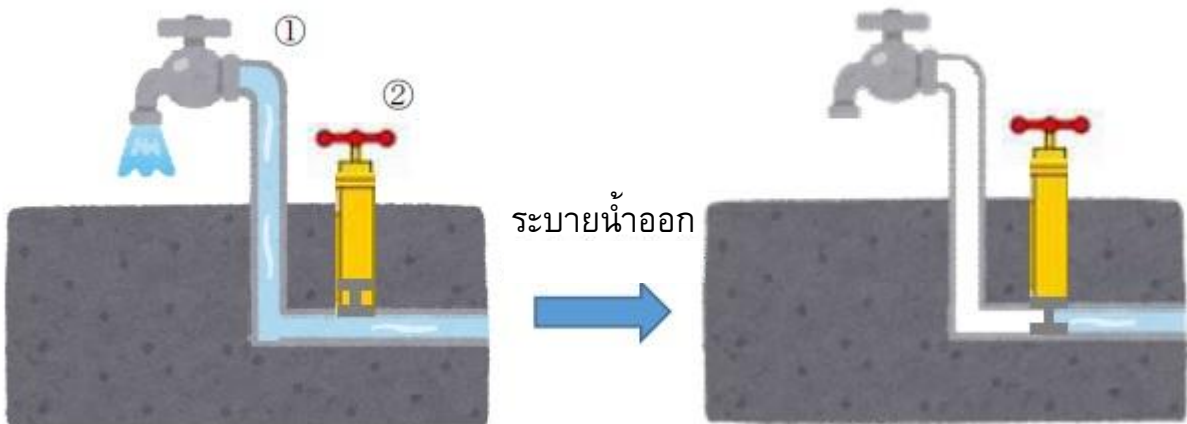
ยางรถยนต์ฤดูหนาว

รถยนต์ยางชนิดนี้มีความลึกมากกว่ายางทั่วไป และมีร่องเล็กๆ ทัวทั้งยาง นำไปสู่การยึดเกาะพื้นผิวที่สัมผัสกับหิมะและถนนที่เป็นน้ำแข็ง

ยางรถยนต์ฤดูหนาว จะมีคำว่า “STUDLESS” เขียนอยู่ที่ด้านข้างของยาง



การระบายน้ำ



ดินถล่ม

ฝนตกหนักหรือแผ่นดินไหว อาจทำให้หน้าดินที่อ่อนพังทลายลงมา



กรณีฝนตกหนักหรือดินถล่ม จะมีระดับการเตือนภัยและการอพยพ

ข้อมูลจาก**เทศบาล** ภัยพิบัติจากพายุ น้ำท่วม ดินถล่ม (ข้อมูลเตือนภัย 5 ระดับ) สามารถรับข้อมูลข่าวสารทางทีวี อินเทอร์เน็ต และแอปพลิเคชัน

ระดับการเตือนภัย	สิ่งที่ต้องทำ	ข้อมูลการอพยพจะแสดงดังนี้
5	รีบทำทุกอย่างที่ทำให้ตัวเองปลอดภัย	มาตรการความปลอดภัยฉุกเฉิน
4	อพยพทุกคน อพยพออกจากพื้นที่อันตรายไปยังสถานที่หลบภัยหรือสถานที่ปลอดภัยใกล้เคียงโดยเร็วที่สุด	คำสั่งอพยพ
3	ผู้ที่ไม่สามารถช่วยเหลือตัวเองได้ เช่น ผู้สูงอายุ และผู้พิการ ควรอพยพออกไป ส่วนคนปกติให้เตรียมพร้อมเพื่ออพยพ	การอพยพผู้สูงอายุ ฯลฯ
2	ตรวจสอบยืนยันการอพยพ (ขั้นตอนการอพยพ)	
1	คอยรับข้อมูลข่าวสารใหม่ๆ	

การเตรียมความพร้อมรับมือภัยพิบัติ

ควรรู้ข้อมูลเกี่ยวกับภัยพิบัติ

หากเกิดภัยพิบัติให้เปิดทีวี, วิทยุ หรือเครื่องมืออื่นๆ เช่น แอปป้องกันภัยพิบัติ เพื่อรับข้อมูลข่าวสาร

●เว็บไซต์ป้องกันภัยพิบัติของจังหวัดอาคิตะ

เว็บไซต์นี้มีข้อมูลต่างๆ ที่เป็นประโยชน์เกี่ยวกับสภาพอากาศ การเกิดภัยพิบัติ และการอพยพ

ข้อมูลมีหลายภาษา

URL

<https://www.bousai-akita.jp/>



●NHK WORLD JAPAN

สามารถรับชมข่าวภัยพิบัติได้ในหลายภาษา ผ่านช่องทาง NHK ได้ฟรี

ระบบAndroid

ระบบiOS



●Safety Tips

เป็นแอปพลิเคชันที่ให้ข้อมูลเกี่ยวกับภัยพิบัติใช้ได้หลายภาษาฟรี

ระบบAndroid

ระบบiOS



โลโก้ Safety Tips

(ที่มา : เว็บไซต์สำนักงานการป้องกันภัยพิบัติ)

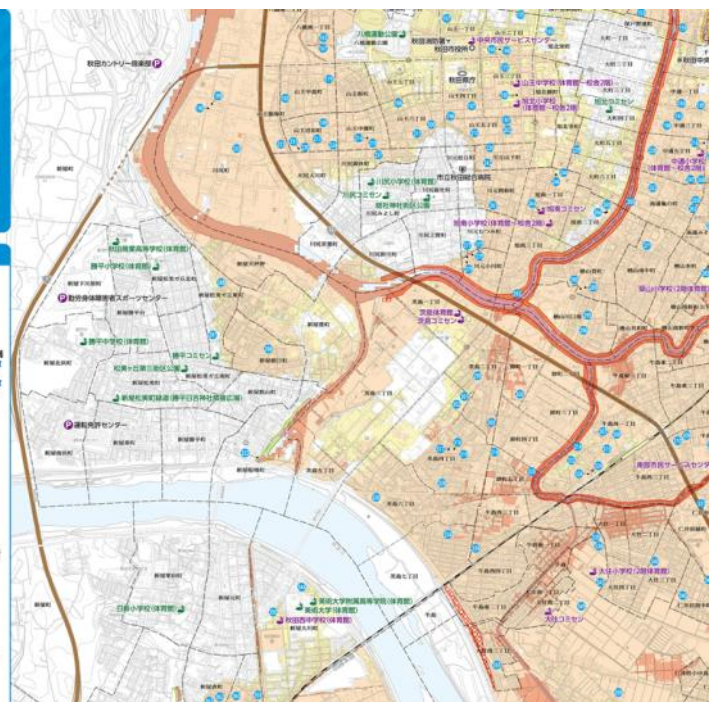
วิธีการอพยพ

● **ตรวจสอบแผนที่ความเสี่ยง**

นี่คือแผนที่ที่สร้างขึ้นจากหน่วยงานเทศบาล แสดงพื้นที่ที่มีความเสี่ยงเกิดภัยพิบัติ และสถานที่สำหรับหลบภัย สามารถตรวจสอบดูแผนที่ได้ จากเว็บไซต์ของเทศบาลเมืองที่อาศัยอยู่



สำหรับเมือง
ใหญ่ แผนที่จะ
แบ่งแยกย่อย
ตามเขตพื้นที่



- **การไปสถานที่หลบภัย**
 - โรงเรียนประถม โรงเรียนมัธยมต้น ศูนย์ชุมชน ฯลฯ จะกลายเป็น “ศูนย์อพยพ” ในกรณีเกิดภัยพิบัติ
 - ทุกคนสามารถใช้บริการได้ฟรี

- มีอาหารและเครื่องดื่มให้
 - มีที่นอนและผ้าห่มให้ (บางครั้งก็ต้องนอนบนพื้นแข็ง)
 - สามารถรับข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับภัยพิบัติและชีวิตประจำวันได้
- 



สัญลักษณ์สถานที่หลบภัย



●มารยาทและกฎระเบียบ การใช้พื้นที่หลบภัย

- ให้เขียนชื่อด้วยตัวเอง ที่จุดรับลงทะเบียน ถ้าหากต้องการกลับบ้านหรือไปยังสถานที่หลบภัยอื่นให้แจ้ง ณ จุดลงทะเบียนทุกครั้ง
- ถึงเวลารับอาหาร ให้ทุกคนเข้าแถวตามลำดับที่กำหนดไว้
- เนื่องจากเป็นสถานที่ ที่มีคนเป็นจำนวนมากใช้ร่วมกัน โปรดระวังอย่าพูดคุยเสียงดัง

●แต่งกายให้เหมาะสมกับสถานการณ์อพยพ

- สวมเสื้อแขนยาวและกางเกงขายาวเพื่อปกปิดผิวหนัง
- สวมถุงมือ
- สวมใส่รองเท้าที่สบาย
- คลุมศีรษะด้วยหมวกกันน็อค หรือหมวกอื่นๆ
- พกสัมภาระไว้ในกระเป๋าเป้



●สิ่งที่ต้องระวังในการอพยพ

- สวมใส่เสื้อผ้าและรองเท้าที่สบายและปลอดภัย คล่องแคล่ว หลีกเลี่ยงการสวมรองเท้าบูท ในช่วงน้ำท่วมเนื่องจากน้ำจะเข้าไปในรองเท้าทำให้เดินไม่สะดวก
- ให้เดินตามทางที่สว่างและกว้างขวาง หลีกเลี่ยงการหกล้มจากการตกท่อระบายน้ำ
- ถือไฟฉายส่องทางและเดินอย่างระมัดระวัง



สิ่งของจำเป็นยามฉุกเฉิน (สิ่งที่ต้องเตรียมไว้ในกรณีเกิดภัยพิบัติ)

เตรียมสิ่งของจำเป็นพื้นฐานให้พร้อม ที่จะสามารถพกพาไปด้วยได้ในทันทีในกรณีที่ต้องอพยพ เพราะหลังเกิดภัยพิบัติอาจเป็นเรื่องยากที่จะซื้ออาหารและสิ่งของจำเป็นได้
สิ่งของที่จำเป็นยามฉุกเฉิน มี 2 ประเภท



- ① สิ่งที่ต้องพกติดตัวเมื่อต้องอพยพ (สิ่งของที่ต้องพกยามฉุกเฉิน)
 - ② เตรียมของใช้ไว้ในบ้านกรณีที่ ไฟฟ้า แก๊ส และน้ำถูกตัด (ของใช้จำเป็นยามฉุกเฉิน)
- มาดูกันว่ารายการสิ่งของที่จำเป็นมีอะไรบ้าง

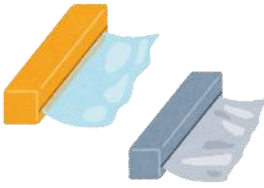
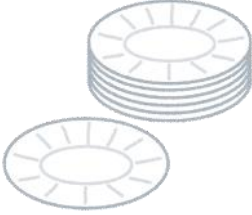
● สิ่งของจำเป็นยามฉุกเฉินที่ต้องพก

เตรียมสิ่งของจำเป็นไว้ในกระเป๋าเป้ให้เรียบร้อย สามารถพกพาไปด้วยได้อย่างรวดเร็วเมื่อต้องอพยพ ลองถือสิ่งของที่เตรียมไว้เดินดู ระวังกายให้หนักเกินไป

				
น้ำดื่ม	อาหาร	ผ้าขนหนู กระดาษชำระ	เสื้อ กางเกง	อุปกรณ์ทำแผล
				
สมุดบัญชีธนาคาร	หนังสือเดินทาง	บัตรประจำตัว	สำเนาบัตรประกันสุขภาพ	เงินสด (เหรียญ 10 เยน หรือ 100 เยน ที่สามารถใช้กับโทรศัพท์สาธารณะได้)
				
โทรศัพท์มือถือ และเครื่องชาร์จ	ไฟฉาย แบตเตอรี่สำรอง	วิทยุพกพา	ยาที่รับประทานเป็นประจำ	สิ่งของจำเป็นอื่นๆ

●ของใช้จำเป็นยามฉุกเฉิน

เตรียมสิ่งของไว้อย่างน้อย 3 วัน หากเป็นไปได้ควรเตรียมไว้ใช้สัก 1 สัปดาห์

 น้ำดื่ม 1 วัน 3 ลิตร	 อาหาร	 พลาสติกแรป. กระดาษฟอยล์ อลูมิเนียม	 อุปกรณ์ใส่อาหารใช้แล้วทิ้ง
 ผ้าห่ม	 แชมพูแบบไม่ต้องใช้น้ำ	 แปรงสีฟันยาสีฟัน . น้ำยาบ้วนปาก	 เตาแก๊สพกพา เชื้อเพลิง

สิ่งของจำเป็นที่ต้องใช้แต่ละบุคคลแตกต่างกันออกไป ควรเตรียมสิ่งของตามความต้องการให้เหมาะสมแต่ละครอบครัว



คำศัพท์ภาษาญี่ปุ่นเกี่ยวกับภัยพิบัติ

คำศัพท์ที่ต้องจำ ใช้เพื่อปกป้องตัวเอง

หลบภัย	Hinan	หลบหนีไปยังสถานที่ปลอดภัย
อาฟเตอร์ช็อก	Yoshin	เมื่อเกิดแผ่นดินไหวแล้ว ก็เกิดแผ่นดินไหวตามมาอีก (เกิดขึ้นหลายครั้ง)
ความรุนแรงของแผ่นดินไหว	Shindo	ขนาดของแผ่นดินไหว
ทรุด	Toukai	บ้านเรือนและอาคารพังถล่ม
ไฟ/อัคคีภัย	Kaji/Kasai	บ้านเรือนสิ่งของถูกไฟไหม้
ไฟฟ้าดับ	Teiden	ไฟฟ้าถูกตัด
น้ำไม่ไหล	Dansui	น้ำไม่สามารถใช้การได้
ขัดข้อง	Futsuu	ไฟฟ้า น้ำ และแก๊ส ไม่สามารถใช้งานได้ / ถนนไม่สามารถสัญจรได้
จุดบริการน้ำ	Kyuusuijo	บริการแหล่งน้ำดื่ม
รถพยาบาล	Kyuukyusya	รถพยาบาลฉุกเฉิน
จุดบริการอาหาร	Takidashi	ศูนย์อพยพทำอาหารให้ผู้อพยพทานฟรี
ที่ชาร์จ	Juuden	ที่ชาร์จไฟฟ้าสำหรับโทรศัพท์มือถือและวิทยุ ฯลฯ
น้ำท่วม	Kouzui	ภัยพิบัติที่เกิดจากระดับน้ำในแม่น้ำเพิ่มขึ้นอย่างกะทันหันหลังจากฝนตกหนักหรือหิมะละลาย
น้ำท่วมขัง	Shinsui	สิ่งก่อสร้างถูกน้ำท่วม
น้ำท่วมเอ่อล้น	Hanran	ปริมาณน้ำเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว น้ำล้นตลิ่งไหลออกจากแม่น้ำ
แม่น้ำ	Kasen	แม่น้ำ

สัญลักษณ์สถานที่หลบภัย

สำรวจบริเวณโดยรอบที่คุณอาศัยอยู่ มีสัญลักษณ์เกี่ยวกับการหลบภัยอยู่ที่ไหนบ้าง

สถานที่หลบภัย		เป็นสถานที่แรกที่ใช้หลบภัย เมื่อเกิดภัยพิบัติ เป็นพื้นที่ขนาดใหญ่ เช่น สวนสาธารณะ หรือสนามโรงเรียน
ศูนย์อพยพ ผู้ประสบภัยสึนามิ		ใช้หลบหนีจากสึนามิ ได้แก่ภูเขาที่สูงกว่าบริเวณโดยรอบ อาคารสูง เช่น โรงแรม
สถานที่พักพิงหลบภัย		เป็นที่พักสำหรับผู้ที่บ้านเรือนเสียหาย ได้รับอันตรายจากภัยพิบัติ ที่นี้มีน้ำดื่มและอาหารให้ สถานที่ส่วนใหญ่เป็นโรงเรียน ศาลาชุมชน และศูนย์ชุมชน
ป้ายบอกระดับความสูงของพื้นที่จากระดับน้ำทะเล		เป็นป้ายบอกว่าสถานที่นั้นสูงจากระดับน้ำทะเลเท่าไร หากเกิดคลื่นสึนามิให้รีบหนีขึ้นที่สูง

วิธีใช้โทรศัพท์สาธารณะ

●กรณีใช้เพื่อเรียกรถพยาบาล รถดับเพลิง หรือตำรวจ

รถพยาบาล/รถดับเพลิง : 119 ตำรวจ : 110

โทรศัพท์ที่ไม่มีปุ่มโทรฉุกเฉิน

1. ยกหูโทรศัพท์
2. กด 119/110

โทรศัพท์ที่มีปุ่มโทรฉุกเฉิน

1. ยกหูโทรศัพท์
2. กดปุ่มโทรฉุกเฉิน
3. กด 119 / 110

●กรณีเกิดภัยพิบัติ ต้องการติดต่อคนที่อยู่ในญี่ปุ่น

(กรณีเกิดภัยพิบัติรุนแรงโทรศัพท์สาธารณะให้บริการฟรี)

โทรศัพท์ที่ไม่มีปุ่มโทรฉุกเฉิน

1. ยกหูโทรศัพท์
2. กดหมายเลขโทรศัพท์

โทรศัพท์ที่มีปุ่มโทรฉุกเฉิน

1. ยกหูโทรศัพท์
2. หยอดเหรียญ (10เยน หรือ 100เยน)
3. กดหมายเลขโทรศัพท์



ปุ่มโทรฉุกเฉิน

ตรวจสอบความปลอดภัย (ว่าปลอดภัยหรือไม่)

เมื่อเกิดภัยพิบัติ สัญญาณโทรศัพท์อาจขาดหาย มีวิธีการติดต่อกับครอบครัวและเพื่อนๆ โดยวิธีอื่นๆ ได้

●ส่งข้อความฉุกเฉิน

บุคคลอื่นสามารถตรวจสอบข้อความที่คุณบันทึกไว้ในโทรศัพท์ สามารถใช้จากโทรศัพท์บ้าน มือถือ และโทรศัพท์สาธารณะ

วิธีใช้	การบันทึกข้อความ ให้กด 171 → กด 1 → กดหมายเลขโทรศัพท์ของคุณ → กด 1 → บันทึกเสร็จสิ้น
	หากต้องการฟังข้อความ ให้กด 171 → กด 2 → กดหมายเลขโทรศัพท์ของคนที่คุณต้องการฟัง → กด 1 → ฟัง

●กระดานข้อความภัยพิบัติ (web171)

การฝากข้อความเป็นลายลักษณ์อักษรไว้บนเว็บไซต์ ผู้อื่นจะสามารถดูข้อความได้ สามารถลงทะเบียนและตรวจสอบจากเครื่องคอมพิวเตอร์หรือใช้สมาร์ทโฟน

วิธีใช้	ไปที่ https://www.web171.jp → หมายเลขโทรศัพท์ของคุณ (หมายเลขโทรศัพท์ของบุคคลที่คุณต้องการตรวจสอบ)
---------	---

●ค้นหาบุคคล

สามารถตรวจสอบความปลอดภัยของคนที่คุณรักและลงทะเบียนหาข้อมูลความปลอดภัยของพวกเขาได้ สามารถใช้งานได้หลายภาษา

<https://www.google.org/personfinder/japan>

บันทึกการป้องกันภัยพิบัติ

จดบันทึกไว้ ในกรณีที่เกิดภัยพิบัติ

ชื่อ	
ที่อยู่	
เบอร์โทรศัพท์	
โรคภูมิแพ้	
ยาที่รับประทานเป็นประจำ	
หมายเลขโทรศัพท์สถานทูต/สถานกงสุล	
สถานที่หลบภัยใกล้บ้าน	
ศูนย์อพยพใกล้บ้าน	
รายชื่อบุคคลในครอบครัว	
หมายเลขโทรศัพท์คนในครอบครัว	
สถานที่รวมตัวกันของครอบครัว	



คู่มือเตรียมความพร้อมรับมือภัยพิบัติสำหรับชาวต่างชาติ

จัดพิมพ์ : มีนาคม 2568

จัดพิมพ์โดย : องค์การสาธารณประโยชน์ สมาคมนานาชาติจังหวัดอาคิตะ

สมาคมนานาชาติจังหวัดอาคิตะ/Akita International Association(AIA)

อาคิตะชิ นากาโดริ 2-3-8 อาโตริออน ชั้น 1

Atorion Build. 1F., Nakadori 2-3-8, Akita City

TEL:018-893-5499 FAX:018-825-2566 E-mail: aia@aiahome.or.jp

กรณีเกิดภัยพิบัติ สามารถรับข้อมูลข่าวสารได้
กรุณาดูติดตาม

