

地震にあったら

日本は、世界有数の地震国です。地震は、いつ発生するかわかりません。地震が発生したら特に次のことに注意してください。

1. まず、テーブルや机の下に身を隠しましょう。
2. 揺れが取まったら、コンロやストーブの火を止めましょう。
3. 窓や戸を開け、逃げ道を確保しましょう。
4. 火が出たら、消火器やバケツにくんだ水で小火のうちに消しましょう。
5. 落ちていて外へ出ましょう。瓦やガラスなどの落下物に注意しましょう。
6. 倒れやすいブロック塀、門柱、自動販売機には近づかないようにしましょう。
7. 余震や山・崖崩れ、津波に注意しましょう。
8. 市町村役場やラジオからの正しい情報を入手し、安全な場所へ逃げましょう。
9. 地震の発生に備えて、非常時持出品 (p.20 参照) を準備し、持ち出しやすいところに置いておきましょう。

Nếu gặp động đất

Nhật Bản là một quốc gia hay xảy ra động đất trên thế giới. Không thể biết được lúc nào sẽ xảy ra động đất. Nếu xảy ra động đất, hãy chú ý những điều dưới đây:

1. Trước hết, tự bảo vệ bản thân bằng cách nấp dưới 1 cái bàn
2. Khi tạm ngưng rung lắc do động đất, hãy tắt bếp lò, lò sưởi...
3. Mở sẵn cửa chính hay cửa sổ để đảm bảo đường thoát thân.
4. Nếu xuất hiện đám cháy, hãy nhanh chóng dập lửa bằng các dụng cụ dập lửa hoặc xô/chậu nước trước khi đám cháy lan rộng ra.
5. Bình tĩnh rời khỏi tòa nhà. Đề phòng ngói trên mái nhà và cửa kính rơi.
6. Tránh xa các bức tường gạch, máy bán hàng tự động, cột trụ và các vật khác mà có thể dễ bị đổ.
7. Chú ý các dư chấn, lở đất, lở núi và sóng thần
8. Lắng nghe các tin tức chính thống từ đài phát thanh của chính quyền thành phố hoặc đài địa phương để di chuyển đến nơi an toàn.
9. Chuẩn bị hộp dụng cụ cần thiết nhằm đối phó với động đất (xem trang 20), cất ở nơi dễ lấy

震度とマグニチュード

震度は「揺れる大きさ」です。いろいろなところで調べます。

震度 1 から震度 7 まであります。震度 7 は一番大きい地震です。

マグニチュードは、地震の大きさです。

地震の中心 (震源) で調べます。

Độ rung lắc và độ magnitude

Độ rung lắc thể hiện mức độ rung lắc, được đo tại nhiều điểm khác nhau.

Cấp độ rung lắc từ 1 độ đến 7 độ. Động đất có độ rung lắc cấp 7 độ là động đất mạnh nhất.

Độ magnitude là đơn vị đo độ lớn của động đất được đo tại tâm chấn của động đất.

震度 3 rung cấp 3	家の中で、地震がわかります。食器が少し揺れます。 Có thể nhận biết khi ở trong nhà. Đĩa, chén bát lắc lư nhẹ.
震度 4 rung cấp 4	揺れていることが家の中でわかります。 Có thể nhận biết rung lắc khi ở trong nhà.
震度 5 弱 rung cấp 5 thấp	みんな「危ない」と思います。皿や本が棚から落ちます。 Mọi người Cảm thấy nguy hiểm. Đĩa, chén bát, sách sẽ rơi khỏi kệ tủ.
震度 5 強 rung cấp 5 cao	みんな「怖い」と思います。家具が倒れます。 Mọi người cảm thấy sợ. Đồ đạc trong nhà bị đổ.
震度 6 弱 rung cấp 6 thấp	立つことができません。ドアが壊れて開きません。家具が倒れます。 Không thể đứng được, cửa bị hỏng không mở được, đồ đạc trong nhà đổ vỡ, nhà bị hư hại.
震度 6 強 rung cấp 6 cao	立つことができません。家が倒れます。 Không thể đứng được, nhà bị đổ.
震度 7 rung cấp 7	動くことができません。建物が壊れます。道路が壊れます。 Không thể di chuyển được, các công trình, nhà, đường xá bị hư hại.

台風・水害に備える

日本では、夏から秋にかけて台風が多く、地すべりや洪水の被害が出ることがあります。台風が近づいたら、天気予報に注意し、登山・釣り・海水浴などは控えてください。特に、次のことに気をつけましょう。

1. 停電に備えて懐中電灯や携帯ラジオを準備する。
2. 非常時持出品を用意する。(p.20参照)
3. 最寄りの避難場所・避難経路を確認する。気象情報に十分注意して、避難勧告や指示が出れば速やかに避難する。
4. 強風の時には外出しない。
5. 折れた電柱や垂れ下がった電線には近寄らない。

Chuẩn bị khi có bão và lũ lụt

Ở Nhật Bản, từ mùa hè đến mùa thu thường có nhiều bão, và gây ra lở đất và lũ lụt.

Khi bão đến gần, hãy chú ý các bản tin dự báo thời tiết, tránh các hoạt động ngoài trời như leo núi, câu cá, tắm biển vv..vv..

Đặc biệt, cần chú ý những điều sau:

1. Chuẩn bị đèn pin, và máy radio xách tay phòng khi bị mất điện.
2. Chuẩn bị đồ cần thiết đem theo phòng khi xảy ra thảm họa (xem trang 20)
3. Xác nhận nơi tị nạn gần nhất, đường đến chỗ tị nạn. Chú ý thông tin thời tiết và nhanh chóng sơ tán nếu có khuyến cáo hay chỉ thị sơ tán.
4. Không ra ngoài khi có gió giật mạnh.
5. Không được lại gần cột đèn đổ và dây điện bị đứt.

災害専用ダイヤル

地震や台風のとき電話はかかりにくくなる場合があります。災害が起きたとき災害専用ダイヤルを使って安否確認や家族、友達に連絡することができます。

Các số điện thoại chuyên dụng khi thiên tai

Khi xảy ra động đất hay bão, điện thoại có thể sẽ khó gọi. Bạn có thể dùng số chuyên dụng khi xảy ra thiên tai để xác nhận an toàn và liên lạc với gia đình, bạn bè..

◆災害用伝言ダイヤル 171 Số dùng để lại lời nhắn khi thiên tai 171

メッセージを入れる「1711 (自分の電話番号)」

Để lại lời nhắn: 1711 (số điện thoại của mình)

メッセージを聞く「1712 (相手の電話番号)」

Để nghe lời nhắn: 1712 (số điện thoại đối phương)

web171	https://www.web171.jp/	
ドコモ docomo	http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi	
au	http://dengon.ezweb.ne.jp/	
ソフトバンク softbank	http://dengon.softbank.ne.jp/J	
Y!mobile	http://www.ymobile.jp/service/dengon/	
J-anpi	http://anpi.jp/top	

非常時持ち出し品 **Đồ mang theo khi xảy ra thảm họa**

Check	逃げる時に持っていくもの、いつも準備しておくもの Đồ mang theo khi chạy ra ngoài, đồ luôn chuẩn bị sẵn sàng
食べるもの (非常食)	Đồ ăn (đồ ăn khi tị nạn)
飲みもの (水など)	Đồ uống (vd:nước)
懐中電灯	Đèn pin
ヘルメット	Mũ bảo hiểm
携帯電話の充電器	Sạc pin điện thoại
着替え (服・下着・靴下)	Đồ thay (quần áo, đồ lót, tất)
タオル	Khăn
トイレットペーパー・ティッシュペーパー	Giấy vệ sinh, tissue
軍手	Găng tay
マスク	Mặt nạ
菌みがき	Bàn chải đánh răng
ビニール袋	Túi bóng (túi nylon)
台所用ラップ	Màng bọc thực phẩm
わりばし(スプーン・フォーク)・紙皿・紙コップ	Đũa ăn liền (nĩa, thìa..) chén giấy, cốc giấy
使い捨てカイロ (寒いとき)	Miếng dán ấm
ラジオ	Đài radio
ローソク・ライター	Nến, bật lửa
はさみ・ナイフ	Kéo, dao
筆記用具	Bút viết
通帳・はんこ	Sổ ngân hàng, con dấu
パスポート	Passport (hộ chiếu)
在留カード	Thẻ cư trú
お金	Tiền mặt
いつも飲む薬	Các loại thuốc hay dùng

災害のときの日本語 **Tiếng Nhật dùng khi xảy ra thảm họa**

緊急 地震 速報 thông báo khẩn cấp động đất	これから強い揺れが来ます。危ないので注意してください。 Từ giờ sẽ xảy ra rung lắc mạnh, rất nguy hiểm nên hãy chú ý
余震 ぶち	あとから来る地震 (2回目、3回目...の地震) Những trận động đất tới sau (động đất lần 2, lần 3)
津波 sóng thần	とても大きくて速い波 Sóng rất to, có vận tốc rất lớn
倒壊する 倒 ngã	家や建物が壊れます。 Nhà cửa bị đổ
警報 警 báo	災害が起きる前に危険を呼びかける強いお知らせ Là thông báo kêu gọi chú ý nguy hiểm, trước khi xảy ra thiên tai
警戒する 警 giác	準備します。 気をつけます。 Chuẩn bị, chú ý
安否を 確認 する	家族や友達がだいじょうぶか調べます。
Xác nhận an toàn	Kiểm tra xem người thân và bạn bè có an toàn không
避難する 避 nạn	逃げます。 chạy trốn
避難所 避 nạn	安全のためにみんなが集まる場所 (学校・体育館・公民館など) Nơi an toàn cho mọi người tập trung (trường học, phòng thể thao, nhà sinh hoạt khu phố)
救援物資	避難所でもらう食べ物や服など
Đồ cứu trợ	Đồ nhận được khi ở chỗ tị nạn như đồ ăn, quần áo
給水 給 nước	水をもらうこと Nhận nước
配給 給 phát	食べ物などが決まった時間に配られること Đồ ăn... được phát vào giờ quy định
炊き出し 発 配	避難所などで作った食べ物を配ります。
ăn nấu được	Phát đồ ăn nấu được ở nơi tị nạn

避難所を調べる

地震や台風のときは、避難所（学校や公民館）へ逃げてください。避難所は家の近くにあります。避難所に食べ物、寝るところ、お知らせがあります。先に避難所の場所を調べておいてください。分からない時は、市役所や役場に聞いてください。

Tìm hiểu nơi tị nạn

Khi xảy ra động đất, bão, hãy chạy đến nơi tị nạn (trường học, nhà chung khu phố...). Nơi tị nạn sẽ ở gần nhà. Ở đó có đồ ăn, chỗ ngủ, và thông tin. Vậy nên trước tiên hãy tìm hiểu về chỗ tị nạn. Nếu không biết, hãy hỏi cơ quan chính quyền nơi mình ở.



地図 近くの避難所を調べて、書いておきましょう！
Map Tìm và viết tên địa điểm lánh nạn gần nhất

防災に役立つ情報 Thông tin hữu ích về phòng chống thảm họa

<p>おokayama防災ポータル Okayama Portal Site for Disaster Prevention Web hướng dẫn về phòng chống thảm họa của okayama</p>	<p>(日本語、English、中文、한글、Tiếng Việt) (tiếng Nhật, tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, Tiếng Việt) http://www.bousai.pref.okayama.jp/bousai/</p> 
<p>岡山県 外国人住民のための防災ガイドブック Okayama Prefectural Government Disaster Prevention Guidebook for Foreign Residents Sách hướng dẫn phòng chống thiên tai, thảm họa cho người nước ngoài sống ở tỉnh Okayama</p>	<p>(English、中文、한글、Português、) (Tiếng Anh, Trung, Hàn, Bồ Đào Nha) http://www.pref.okayama.jp/page/detail-31559.html</p> 
<p>消防防災博物館 Phòng phòng chống thiên tai, hỏa hoạn.</p>	<p>防災パンフレット「地震に自信を」 Tờ rơi phòng chống thiên tai: “tự tin với động đất”. (English、中文、한글、Português) Tiếng Anh, Trung, Hàn, Bồ Đào Nha http://www.bousaihaku.com/cgi-bin/hp/index2.cgi?ac1=B107&ac2&ac3=3907&Page=hpd2_view</p> 
<p>総務省消防庁 Fire and Disaster Management Agency Sở cứu hỏa bộ tổng vụ</p>	<p>(日本語) http://www.fdma.go.jp/ tiếng Nhật (English) http://www.fdma.go.jp/en/ Tiếng Anh</p>  

<p>きしやうちやう 気象庁 Japan Meteorological Agency</p> <p>Sở khí tượng</p>	<p>つなみぼうさいけいはいつ つなみ 津波防災啓発ビデオ「津波からにげる」Video tuyên truyền phòng chống sóng thần” Chạy trốn sóng thần” (日本語、English) Tiếng Nhật, Anh http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/tsunami_dvd/</p> 
<p>いちざい しちたいこくさいか きやうかい (一財)自治体国際化協会 CLAIR Hiệp hội quốc tế hóa CLAIR</p>	<p>たげんごせいかつじやうほう こくご 多言語生活情報 (15か国語) Thông tin đa ngôn ngữ (15 quốc gia) http://www.clair.or.jp/tagengo/</p> 
<p>NHK WORLD</p>	<p>しちやう 視聴アプリ apply nghe nhìn http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/app/</p> 

ぼうさい
防災メモ Ghi chú phòng tránh thảm họa

<p>なまえ 名前 tên</p> <p>くに 国 nước</p>	<p> しょうぼう きゅうきゅう 消防・救急 119 cứu hỏa, cứu thương</p>
<p>けつえきがた 血液型 nhóm máu A B O AB</p> <p>ハズポート№ Số passport</p>	<p> けいさつ 警察 cảnh sát 110</p>
<p>ざいりゆう 在留カード№ Số thẻ cư trú</p>	<p>さいがいまうでんごん 災害用伝言ダイヤル Số dùng để lại lời nhắn khi thiên tai.</p>
<p>にほんじゆうしよ 日本の住所 Địa chỉ ở Nhật</p> <p>TEL かぞく なまえ 家族の名前 Tên người trong gia đình</p>	<p>171 さいがい かせく あ 災害のとき家族で会うところ Nơi gia đình sẽ hẹn nhau khi xảy ra thảm họa.</p>
<p>かいしゃ がっこう 会社・学校など trường, công ty</p>	
<p>なまえ 名前 Tên じゆうしよ 住所 địa chỉ</p> <p>TEL</p>	<p>たいしかん りやうしかん 大使館・領事館 Đại sứ quán, lãnh sự quán.</p>
<p>にほん ともだち 日本の友達 bạn bè người Nhật</p> <p>なまえ 名前 tên じゆうしよ 住所 địa chỉ</p> <p>TEL</p>	<p>やくしよ 役所 Địa chỉ</p>
<p>がいこく れんらくきき 外国の連絡先 địa chỉ liên lạc nước ngoài</p> <p>なまえ 名前 tên じゆうしよ 住所 địa chỉ</p> <p>TEL</p>	<p>ガス gas でんき 電気 điện</p>
	<p>すいどう 水道 nước</p>