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. 揺れが収まったら、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. 落ち着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 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 đông 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。家が壊れます。 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 bi 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 nàn 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　　Các số điện thoại chuyên dụng khi thiên tai

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。

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 sắn 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
	ﾄｲﾚｯﾄﾍﾟｰﾊﾟｰ・ﾃｨｯｼｭﾍﾟｰﾊﾟｰ	Giấy vệ sinh,tissue
	軍手	Găng tay
	マスク	Mặt nạ
	歯みがき	Bàn chải đánh rang
	ビニール袋	Túi bóng (túi nylong)
	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 lại 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 dư chấn	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 Đồ ngã	家や建物が壊れます。Nhà cửa bị đổ
警報 cảnh 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 cảnh giác	準備します。気をつけます。 Chuẩn bị,chú ý
安否を確認する Xác nhận an toàn	家族や友達がだいじょうぶか調べます。 Kiểm tra xem người thân và bạn bè có an toàn không
避難する tị nạn	逃げます。Chạy chốn
避難所 chỗ tị nạn	安全のためにみんなが集まるところ（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 Đồ cứu trợ	避難所でもらう食べ物や服など Đồ nhân được khi ở chỗ tị nạn như đồ ăn,quần áo
給水 cấp nước	水をもらうこと Nhận nước
配給 cấp 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 phát đồ ăn nấu được	避難所などで作った食べ物を配ります。 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

おかやま防災ポータル Okayama Portal Site for Disaster Prevention Web hướng dẫn về phòng chống thảm họa của okayama	（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/
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	（English、中文、한글、 Português、） (Tiếng Anh, Trung, Hàn, Bồ Đào Nha) http://www.pref.okayama.jp/page/detail-31559.html
消防防災博物館 Phòng phòng chống thiên tai, hỏa hoạn.	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 https://www.bousaihaku.com/brochure/
総務省消防庁 Fire and Disaster Management Agency Sở cứu hỏa bộ tổng vụ	（日本語）http://www.fdma.go.jp/ tiếng Nhật （English）http://www.fdma.go.jp/en/ Tiếng Anh

気象庁 Japan Meteorological Agency Sở khí tượng	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/
(一財)自治体国際化協会 CLAIR Hiệp hội quốc tế hóa CLAIR	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/
NHK WORLD	視聴アプリ apply nghe nhìn http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/app/

防災メモ　Ghi chú phòng tránh thảm họa

名前 tên	消防・救急 119 cứu hỏa,cứu thương
国 nước	
血液型nhóm máu　A　B　O　AB	警察 110 cảnh sát
ﾊﾟｽﾎﾟｰﾄ№ Số passport	
在留ｶｰﾄﾞ№ Số thẻ cư trú	災害用伝言ダイヤル Số dùng để lại lời nhắn khi thiên tai. 171
日本の住所 Địa chỉ ở Nhật TEL 家族の名前 Tên người trong gia đình	災害のとき家族で会うところ Nơi gia đình sẽ hẹn nhau khi xảy ra thảm họa.
会社・学校など trường,công ty	
名前 Tên 住所 địa chỉ TEL	大使館・領事館 Đại sứ quán, lãnh sự quán.
日本の友達bạn bè người Nhật 名前 tên 住所 địa chỉ TEL	役所 Địa chỉ
外国の連絡先 địa chỉ liên lạc nước ngoài 名前 tên 住所 địa chỉ TEL	ガス gas 電気 điện 水道 nước