

外国人のための

防災ガイド

地震編

สำหรับชาวต่างประเทศ คู่มือการป้องกันภัยพิบัติ
(กรณีแผ่นดินไหว)



คู่มือการป้องกันภัยพิบัติ สำหรับชาวต่างประเทศ (กรณีแผ่นดินไหว)

外国人のための防災ガイド(地震編)

目次

I 地震がおこったら

- 1 地震の時に起こる災害・被害 1
- 2 地震発生時の行動 2

II 災害にそなえて

- 1 地震へのそなえ 3
 - 2 連絡方法 3
 - 3 情報の入手 5
 - 4 災害へのところえ 6
- 資料1 在関西総領事館 7
- 資料2 非常持出品/備蓄品リスト 8
- 資料3 防災メモ 9
- 資料4 近くの避難場所の検索 9

I 在กรณีที่เกิดแผ่นดินไหว

- 1 ภัยพิบัติที่อาจเกิดขึ้น / ความเสียหายที่จะเกิดจากการ แผ่นดินไหว ... 1
- 2 ข้อควรปฏิบัติขณะเกิดแผ่นดินไหว 2

II การเตรียมตัวรับมือกับภัยพิบัติ

- 1 ตรวจสอบความปลอดภัย 3
 - 2 การติดต่อกับสมาชิกในครอบครัว 3
 - 3 แสวงหาข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับภัยพิบัติ 5
 - 4 การเตรียมตัวรับมือกับภัยพิบัติ 6
- ภาคผนวก 1 สถานที่และกงสุลในเขตคันไซ 7
- ภาคผนวก 2 สิ่งของดำรงชีพยามฉุกเฉิน /
รายการสิ่งของที่ควรเตรียมไว้ 8
- ภาคผนวก 3 ข้อมูลสำคัญในการป้องกันภัยพิบัติ 9
- ภาคผนวก 4 การค้นหาสถานที่หลบภัยใกล้เคียง 9

หนังสือคู่มือการป้องกันและรับมือกับภัยพิบัตินี้จัดทำขึ้นสำหรับชาวต่างประเทศที่อาศัยอยู่ในจังหวัดโอซาก้า เพื่อการเตรียมตัวและเข้าใจในสิ่งที่ควรปฏิบัติเมื่อภัยพิบัติอย่างรุนแรงเกิดขึ้น (ในกรณีนี้กล่าวถึงแผ่นดินไหว) ข้อควรปฏิบัติทั้งในการใช้ชีวิตประจำวันและในขณะที่เกิดแผ่นดินไหว ทั้งนี้เพราะไม่มีใครทราบล่วงหน้าว่าแผ่นดินไหวนั้นจะเกิดขึ้นเมื่อไร แต่อย่างไรก็ตามท่านสามารถป้องกันความปลอดภัยของท่านและครอบครัวของท่านหรือลดปริมาณความเสียหายให้น้อยลงได้ โดยการเรียนรู้ถึงการป้องกันและการรับมือเมื่อเกิดภัยพิบัติล่วงหน้า เพื่อที่จะมีสติไม่ตื่นตระหนกเมื่อเผชิญกับแผ่นดินไหวในต่างประเทศ โดยเฉพาะชาวต่างประเทศที่ไม่มีประสบการณ์กับแผ่นดินไหว และมีความยุ่งยากในการใช้ภาษา ในการสื่อสารหวังเป็นอย่างยิ่งว่าคู่มือนี้จะเป็นประโยชน์แก่ท่านในการเรียนรู้และเข้าใจเมื่ออยู่ในสถานการณ์นั้น และสามารถนำมาปฏิบัติได้อย่างเหมาะสมกับภัยพิบัติที่อาจเกิดขึ้นได้

本ガイドは、在住外国人の方を対象に、災害（ここでは地震）に関して、日頃から気をつけること、いざ地震が発生した時に取るべき行動をまとめたものです。地震はいつおこるかわかりませんが、防災に関する知識を予め得ることによって、自分や家族の身を守り、被害を小さく抑えることが可能です。言葉の違う異国で地震の経験のない外国人の方が、被災時にパニックにならないよう、このガイドで防災について学んでいただき、災害へのそなえを進めていただけたら幸いです。



I ในกรณีที่เกิดแผ่นดินไหว I 地震が occurred

1 ภัยพิบัติ/ความเสียหายที่อาจเกิดขึ้นได้จากการเกิดแผ่นดินไหว 1 地震の時に起こる災害・被害

ภัยพิบัติ 災害



คลื่นสึนามิ:

เมื่อเกิดแผ่นดินไหวขึ้นที่ใต้พื้นมหาสมุทร การเคลื่อนที่ของเปลือกโลกจะปล่อยพลังงานมาถึงพื้นผิวทะเล อาจก่อให้เกิดคลื่นยักษ์สึนามิ จึงควรระวังถ้าท่านอยู่ใกล้บริเวณแม่น้ำหรือชายฝั่งทะเล

【津波】 地震が海底でおくと、地殻のずれが海面に伝わり津波がおきます。海や川の近くにいる人は注意してください。

ไฟไหม้:

อาจเกิดไฟไหม้หลังจากการเกิดแผ่นดินไหวได้ ควรระวังกรณีที่มีความสั่นสะเทือนสงบลงจึงปิดแก๊ส และรีบทำการดับเพลิงทันทีเมื่อไฟเริ่มไหม้

【火事】 地震の後、火事がおこる可能性があります。地震の揺れがおさまったらすぐに火を消して、火が出たらすぐに消火することが大切です。



โคลนถล่ม / ดินถล่ม:

อาจก่อให้เกิดโคลนถล่มหรือดินถล่มนี้ได้จากบริเวณที่ลาดสูงชันของภูเขา

【土砂崩れ、がけ崩れ】 山の急な斜面では土砂やがけが崩れてくる可能性があります。

อาคารถล่ม:

อาคาร บ้านเรือนอาจถล่มลงมาจากความสั่นสะเทือนทำให้ทับผู้คนที่อยู่อาศัยและติดอยู่ใต้ซากปรักหักพังได้

【建物の倒壊】 家や建物がこわれ、人が下敷きになる場合があります。



ความเสียหายของระบบสาธารณูปโภค ライフライン等の被害

ไฟดับ:

ควรมีไฟฉายติดตัวเตรียมไว้ เพราะหลังจากแผ่นดินไหวอาจมีผลให้ไฟฟ้าถูกตัดได้

【電気が止まる】

地震の影響で、停電となることが想定されます。懐中電灯などのそなえが必要です。



น้ำไม่ไหล:

น้ำประปาอาจจะถูกตัดในหลายบริเวณ มีผลให้ขาดแคลนน้ำดื่มและน้ำใช้และที่จะใช้ในการชำระล้างด้วย

【水が止まる】

多くの地域で水道が止まると想定されます。飲料水はもちろん、トイレなどに使う生活用水も不足します。



ไม่มีแก๊ส:

แก๊สอาจจะถูกตัดหลังจากแผ่นดินไหว ท่านอาจจะไม่สามารถใช้แก๊สในการหุงต้มหรือใช้เครื่องทำความร้อน และไม่สามารถใช้ เครื่องทำน้ำอุ่นเพื่ออาบน้ำได้

การคมนาคมถูกตัด:

ทั้งรถไฟ รถไฟด่วนชิงคังเซน รถไฟใต้ดิน และรถเมย์ ก็อาจจะหยุดให้บริการ จะทำให้ผู้คนเดือดร้อนในการที่จะเดินทางกลับบ้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งในพื้นที่ชุมชนเมืองใหญ่

【交通がストップする】

電車や新幹線、地下鉄、バスが止まり、特に都市部では自宅に帰れない人が多く発生します。

ไม่สามารถใช้สื่อสารโทรคมนาคม:

เนื่องจากไฟฟ้ายังไม่สามารถชาร์ตโทรศัพท์มือถือ และคอมพิวเตอร์ได้ จะทำให้ลำบากในการที่จะติดต่อกับสมาชิกในครอบครัว หรือในการรับข่าวสารข้อมูลทางอินเทอร์เน็ต

【通信機器が使えない】

電気が止まるため、携帯電話やパソコンの充電ができず、家族等との連絡が取れないほか、インターネットなどで情報を取りづらくなります。

2 ข้อควรปฏิบัติขณะเกิดแผ่นดินไหว 2 地震発生時の行動

ในกรณีที่อยู่ในบ้าน 自宅

1 ป้องกันตัวเอง

หากรู้สึกถึงความสั่นสะเทือน ควรรีบหลบอยู่ใต้โต๊ะทันที

1 身を守る 揺れたらまず机の下にもぐる。



2 ปิดแก๊สทั้งหมดที่อาจเป็นต้นเหตุให้เกิดไฟไหม้

ปิดเตาแก๊ส และเครื่องใช้แก๊สต่างๆ และปิดวาล์วด้วย

2 すばやく火の始末

ガス器具の火を消し、元栓を閉める。



3 ทำการดับไฟ

ใช้อุปกรณ์ดับเพลิง รีบทำการดับเพลิงทันทีที่ไฟเริ่มไหม้

3 火がでたらまず消火 消火器などですばやく消す。



4 เตรียมทางออก

เปิดประตูไว้เพื่อที่จะได้แน่ใจว่ามีทางออก แต่ไม่ควรผ่นผลันรีบออกไปข้างนอก

4 出口の確保

あわてて外に飛び出さず、ドアを開けて出口を確保する。



5 ตรวจสอบกระเป๋าที่ใส่สิ่งของดำรงชีพกรณีฉุกเฉิน

เพื่อความแน่ใจว่ามีทุกอย่างที่จำเป็นพร้อมอยู่ในกระเป๋า ก่อนที่จะนำออกไปเวลาอพยพ

5 非常持出品の確認 準備しておいた非常持出品の中身を再確認する。

6 แสวงหาข้อมูลข่าวสาร

ติดตามข่าวสาร ข้อมูลเกี่ยวกับแผ่นดินไหวทางวิทยุ และทางสื่อสารอื่นๆ

6 地震情報の入手 ラジオなどで地震の情報をキャッチする。

ในกรณีที่อยู่ข้างนอก เช่น 外出先

1 อยู่ที่โรงเรียน หรือที่ทำงาน :

- หลบอยู่ใต้โต๊ะ
- อยู่ห่างจากตู้หนังสือ หรือหน้าต่าง

1 職場・学校

- 机の下にもぐる。
- 本棚や窓からはなれる。



2 อยู่ในลิฟท์ :

- ให้กดปุ่มของทุกชั้น แล้วออกจากลิฟท์ทันทีที่ลิฟท์เปิด ชั้นนั้น
- ในกรณีที่ติดอยู่ในลิฟท์ ให้กดปุ่มฉุกเฉิน

2 エレベーターの中

- 全ての階のボタンを押し、止まった階で降りる。
- 閉じ込められたら非常用ボタンを押す。

3 ขณะขับรถ :

- ค่อยๆลดความเร็ว และจอดทางข้างซ้ายของถนน
- ไม่ควรออกนอกถนนจนกว่าความสั่นสะเทือนจะหยุดลง และเปิดวิทยุฟังข่าวสารล่าสุด
- ทั่วๆไปแจ้งไว้ในรถ แล้วออกจากรถโดยไม่ล็อคประตู

3 車の運転中

- スピードを落とし、道路の左側に停止させる。
- 揺れがおさまるまで外に出ず、カーラジオ等により情報収集する。
- キーをつけたままドアロックせず避難する。

4 ใกล้ชายทะเล, แม่น้ำหรือหน้าผาสูง :

- ควรอพยพไปสู่ที่สูง
- ควรอพยพออกไปทันทีจากสถานที่ที่ใกล้ชายทะเล แม่น้ำ หรือหน้าผาสูงนั้น

4 海岸や川べり・がけの近く

- 高い所に避難する。
- がけの近く・海岸や川べりから早めに避難する。



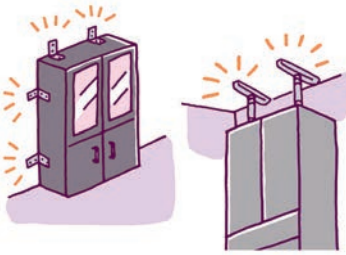
II ตรวจสอบความปลอดภัย

II 災害にそなえて

1 ตรวจสอบความปลอดภัยจากแผ่นดินไหว

1 地震へのそなえ

ในบ้านและรอบๆบ้าน 家中や自宅のまわり



1 ติดอุปกรณ์ป้องกัน การโค่นล้มของเครื่องเรือน
家具などが倒れないように、転倒防止金具を取り付ける。



3 จัดตำแหน่งของเครื่องเรือนให้อยู่ในที่ปลอดภัย และหลีกเลี่ยงการวางของหนักบนตู้สูงๆ
家具の置き方に注意し、家具の上に重いものをのせない。



2 ติดเทปฟิล์มป้องกันการแตกกระจายของกระจกที่หน้าต่าง
窓ガラスが割れたときに飛び散るのを防ぐ飛散防止フィルムを貼る。



4 จัดสิ่งของที่ขานระเบียงให้เป็นระเบียบ และวางในที่มั่นคงเพื่อป้องกันการตกหล่น
ベランダに置いてあるものを整理し、落ちないように置く場所に気をつける。

2 การติดต่อกับสมาชิกในครอบครัว

2 連絡方法

ปรึกษากับครอบครัวเกี่ยวกับวิธีติดต่อและสถานที่นัดพบ เป็นการเตือนกรณีที่ท่านพลัดพลากจากสมาชิกคนอื่น ในขณะที่เกิดแผ่นดินไหว

日頃から、家族が離れ離れになった時の連絡方法と集合場所を決めておきましょう。

1) ใช้บริการกระดานข่าวฝากข้อความยามฉุกเฉินของโทรศัพท์มือถือ

災害用伝言板サービス

เมื่อเกิดภัยพิบัติอย่างรุนแรงจะปรากฏกระตุ้มแสดงว่า “เริ่มใช้บริการฝากข้อความในสถานการณ์ฉุกเฉิน” ที่หน้าจอโทรศัพท์มือถือ ท่านสามารถฝากข้อความ หรือรับฟังข้อความที่ฝากถึงท่านได้ กรุณาตรวจสอบรายละเอียดล่วงหน้าได้จากเว็บไซต์ของบริษัทโทรศัพท์มือถือของท่านดังกล่าวข้างล่างนี้: (บริการนี้ให้บริการเฉพาะภาษาญี่ปุ่นเท่านั้น)

大きな災害がおきたときは、携帯電話の画面上に「災害用伝言板の利用開始」の案内が表示されます。サービスの有無、内容などは各通信会社のホームページ等で確認しておきましょう。(本サービスは日本語のみ)

※อาจมี โทรศัพท์มือถือบางรุ่นที่ไม่สามารถสแกน QR codes ข้างล่างนี้ได้

※下記QRコードはお使いの携帯電話の機種に対応していない場合があります。

■ NTT DOCOMO NTT ドコモ

https://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/disaster_board/index.html

1 ▶ i-mode : วิธีการใช้ i-โมด iモードでの利用方法 :

https://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/disaster_board/guidance/index.html

2 ▶ sp-mode : วิธีการใช้สมาร์ตโฟน(sp-โมด) スマートフォン(spモード)での利用方法 :

https://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/disaster_board/guidance_sp/index.html



NTT DOCOMO



1 i-mode



2 sp-mode

■ SoftBank ソフトバンク

<http://www.softbank.jp/mobile/service/dengen/>

1 ▶ iPhone : ดาวน์ โหลดแอปพลิเคชันของไอโฟน iPhone用アプリのダウンロード :

<http://itunes.apple.com/jp/app/id425650996?mt=8#softbank>

2 ▶ Smartphone : ดาวน์ โหลดแอปพลิเคชันของสมาร์ตโฟน スマートフォン用アプリのダウンロード :

<https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.softbank.mb.dmb&hl=ja>



SoftBank



1 iPhone



2 Smartphone

■ au au

<http://www.au.kddi.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengen/>

1 ▶ Smart phone ・iPhone : วิธีการใช้สมาร์ตโฟน・ไอโฟน スマートフォン・iPhoneでの利用方法 :

<http://www.au.kddi.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengen/sp-usage/>

2 ▶ Future phone : วิธีการใช้ โทรศัพท์มือถือของ au auケータイでの利用方法 :

<http://www.au.kddi.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengen/fp-usage/>



au



1 Smart phone iPhone



2 Future phone

■ Y! mobile วาย!โมบาย ไวโมบาย

<http://www.ymobile.jp/service/dengen/>



Y!mobile

2) บริการฝากข้อความยามฉุกเฉินโดยการกด“171” 災害用伝言ダイヤル 171

ใช้บริการฝากข้อความในสถานการณ์ฉุกเฉินของNTT โดยการกด(171)บริการนี้ ท่านสามารถใช้ โทรศัพท์บ้านที่เสีย และฟังข้อความเพื่อสอบถาม และแจ้งความปลอดภัยของท่าน (โทรศัพท์บ้าน, โทรศัพท์สาธารณะ) หลังการเกิดภัยพิบัติอย่างรุนแรง

- * ท่านสามารถใช้ โทรศัพท์มือถือ กดโทรไปที่ 171 แต่กรุณาสอบถามรายละเอียดกับบริษัทโทรศัพท์มือถือของท่าน
- * สามารถบันทึกข้อความได้ภายใน 30 วินาที ต่อ 1 ข้อความและข้อความจะถูกบันทึกไว้จนกว่าจะหมดเขตการให้บริการ
- * จะไม่มีค่าใช้จ่ายในการใช้บริการนี้ แต่อย่างไรก็ตาม ในกรณีที่ท่านไม่ได้ใช้บริการของ NTT ควรสอบถามรายละเอียดกับบริษัทโทรศัพท์ที่ท่านใช้อยู่

▶ ข้อมูลนี้ (วิธีการใช้บริการบันทึกข้อความระหว่างเกิดสถานการณ์ฉุกเฉินโดยการกด 171) เป็นของเดือนปีที่พิมพ์ออกมา อาจมีการเปลี่ยนแปลงไปบ้าง ดังนั้นกรุณาตรวจสอบข้อมูลล่าสุดกับเว็บไซต์ของ NTT West/NTT East

NTTが提供する「災害用伝言ダイヤル171」は、大きな災害がおきた場合に、安否等の情報を電話(加入固定電話、公衆電話)を使って音声を録音・再生できるシステムです。

- * 171へは携帯電話からも利用できますが、詳細は各通信会社に確認
- * メッセージは1件30秒以内で本ダイヤル提供終了まで保存
- * 利用料、通話料金は基本的に無料、NTT以外の通信会社の電話から発信する場合は各通信会社に確認

▶ 本情報(災害用伝言ダイヤル171)は、本ガイド発行年月時点のもの。今後変更になる場合もありますので、詳しくはNTT西日本/NTT東日本のHPでご確認ください。



- *1 หากท่านอยู่ในพื้นที่ประสบภัย ควรใส่หมายเลขโทรศัพท์บ้านของท่าน หรือ หมายเลขโทรศัพท์บ้านของ (โทรศัพท์บ้าน หรือ โทรศัพท์มือถือ) ของผู้ที่ต้องการติดต่ออยู่ในพื้นที่ประสบภัย สำหรับท่านอยู่นอกพื้นที่ประสบภัย กรุณาใส่หมายเลขโทรศัพท์บ้าน หรือ โทรศัพท์มือถือของผู้ที่ต้องการติดต่ออยู่ในพื้นที่ประสบภัย
- *2 กดหมายเลข 8 หากต้องการอัดเสียงข้อความใหม่อีกครั้ง
- *3 กดหมายเลข 8 หากต้องการใช้ข้อความซ้ำอีกครั้ง กดหมายเลข 9 หากต้องการฟังข้อความต่อไป กดหมายเลข 3 หากต้องการอัดเสียงข้อความเพิ่ม- หลังจากฟังข้อความแล้ว

- ※1 被災地の方: 自宅または連絡を取りたい被災地の方の固定電話および携帯電話等の電話番号
その他の地域の方: 連絡を取りたい被災地の方の固定電話および携帯電話等の電話番号
- ※2 [録音のやり直し]は8を入力
- ※3 [伝言を繰り返す]ときは8を、[次の伝言再生]は9を、[再生後の伝言の録音]は3を入力

3) บริการรับฝากข้อความเสียงยามฉุกเฉินสำหรับผู้ใช้งานสมาร์ทโฟน 災害用音声お届けサービス(スマートフォン)

หากท่านดาวน์โหลดแอปพลิเคชันพิเศษสำหรับบริการรับฝากข้อความเสียงในสถานการณ์ฉุกเฉินนี้ ท่านสามารถส่งข้อความเสียงไปให้ผู้อื่น โดยใช้ โทรศัพท์มือถือสมาร์ทโฟนได้ ถึงแม้ในระหว่างที่สายโทรศัพท์ขัดข้องก็ตาม โดยใช้หมายเลขโทรศัพท์ของผู้ที่ต้องการติดต่อ แล้วอัดเสียงข้อความของท่านใส่ไมค์ของสมาร์ทโฟน แล้วส่งไป

スマートフォンに専用アプリをダウンロードしておけば、電話がつかない時も相手の電話番号をスマートフォンに入力し、マイクに向かって話すと(メッセージ)で音声をお届けられます。

3 แสวงหาข้อมูลรับฟังข่าวสารเกี่ยวกับภัยพิบัติ 3 情報の入手

1) เข้าถึงเว็บไซต์ “เน็ตป้องกันและรับมือภัยพิบัติแห่งโอซาก้า” 「おおさか防災ネット」へのアクセス

“เน็ตป้องกันและรับมือภัยพิบัติแห่งโอซาก้า” นี้คือ พอร์ทัลไซต์ หรือเว็บไซต์ ที่บริหารจัดการโดย องค์การบริหารแห่งจังหวัดโอซาก้า เพื่อเสนอข้อมูลรวมเกี่ยวกับภัยพิบัติต่างๆที่จะเกิดขึ้นที่โอซาก้า มีทั้งการเตือนภัยจากสภาพอากาศ และแผ่นดินไหว ตลอดจนแจ้งสถานการณ์ความเสียหายและ ข้อมูลการอพยพในกรณีที่เกิดภัยพิบัติ กรุณาตรวจสอบสถานที่ติดต่อในกรณีที่เกิดสถานการณ์ฉุกเฉินเตรียมพร้อมไว้เสมอ

「おおさか防災ネット」は、異常気象や地震など、災害発生時の被害・避難情報など、大阪府の幅広い防災情報を提供するポータルサイトです。日頃から災害時の緊急連絡先などを確認しておきましょう。

- [ภาษาญี่ปุ่น] <http://www.osaka-bousai.net/pref/index.html>
- [ภาษาอังกฤษ] <http://www.osaka-bousai.net.e.add.hp.transer.com/pref/index.html>
- [ภาษาจีน] <http://www.osaka-bousai.net.c.add.hp.transer.com/pref/index.html>
- [ภาษาเกาหลี] <http://www.osaka-bousai.net.k.add.hp.transer.com/pref/index.html>
- [ทวิตเตอร์] [@osaka_bousai](https://twitter.com/osaka_bousai)



2) การเข้าถึงและลงทะเบียนกับเว็บไซต์สำหรับโมบาย “อีเมลข้อมูลการป้องกันภัยพิบัติ” 携帯電話用サイト (「防災情報メール」)へのアクセス・登録

เมื่อมีภัยพิบัติเกิดขึ้น กรุณาใช้ โทรศัพท์มือถือถือเข้าสู่เว็บไซต์สำหรับโมบาย “อีเมลข้อมูลการป้องกันภัยพิบัติ” (<http://www.osaka-bousai.net.e.add.hp.transer.com/mobile/pref/MobilePreventInfoMail.html>) ท่านสามารถรับข้อมูลเกี่ยวกับสถานการณ์ฉุกเฉิน และคำเตือนในการอพยพได้ และหากท่านลงทะเบียนไว้ก่อนแล้วข้อมูลจะถูกส่งไปถึงท่านเมื่อภัยพิบัติเกิดขึ้น

災害時には、おおさか防災ネットの携帯サイト「防災情報メール」(<http://www.osaka-bousai.net/mobile/pref/MobilePreventInfoMail.html>) に携帯電話からアクセスしてください。緊急情報や避難勧告等入手できます。また日頃から本サイトへメール登録しておく、災害の時に避難に関する情報などが配信されます。

วิธีลงทะเบียน

登録方法

Email a message(new)
メール作成 (新規)

Receiver 宛先

Subject 件名

Text 本文

Send 送信

Received mail 受信メール

Subject 件名

Text 本文

Please access the URL below and register yourself.
以下のURLにアクセスし、ユーザー登録を行ってください。

■register 登録
http://mail.osaka-...

■unregister 解除
http://mail.osaka-...

Terms of Service 利用規約

○ * * * * *

○ * * * * *

○ * * * * *

○ * * * * *

○ * * * * *

I Agree 同意する

I Disagree 同意しない

Delivery Areas (multiple selection) 配信地域

All Areas 全域指定
 All Areas 大阪府全域

Region 区域指定
 * * * * * * * *

Area 市町村指定
 * * * * * * * *

Next 次へ

Reset 選択項目のクリア

- ① ส่งอีเมลเปล่าโดยไม่เขียนข้อความไปยัง "regist-eng@osaka-bousai.net"
 - ② เมื่อได้รับเมลที่ตอบกลับ มา กดเข้าสู่ แอดเดรสที่เขียนไว้ในเมลนั้น
 - ③ กดปุ่ม “ตกลง” ใน หน้าของขอย้ายการบริหาร
 - ④ ใส่เครื่องหมายเช็คบริเวณและเขตที่ต้องการรับข้อมูล กด “ต่อไป” แล้วที่หน้ายืนยันการลงทะเบียนกด “ลงทะเบียน”
- ① touroku@osaka-bousai.net に空メールを送信
 - ② 自動返信メール本文のアドレスにアクセス
 - ③ 利用規約画面で [同意する] を選択
 - ④ 配信地域選択画面、配信条件選択画面それぞれで希望条件にチェックして [次へ] 確認画面にて [登録]

4 การเตรียมตัวรับมือกับภัยพิบัติ 4 災害へのこころえ

กล่าวกันว่า 72 ชั่วโมง หลังการเกิดภัยพิบัติอย่างรุนแรงนั้น เป็นช่วงเวลาที่สำคัญต่อความอยู่รอดเป็นอย่างมาก ดังนั้นการเตรียมสิ่งของและอุปกรณ์จำเป็นในการดำรงชีวิตล่วงหน้าไว้จึงเป็นสิ่งที่สำคัญอย่างมาก

大きな災害がおきてからの72時間は、生き延びるための大事な時間であると言われています。大きな災害がおこる前に、必要なものは日頃からそなえておきましょう。

กระเป๋าใส่ของดำรงชีวิตในภาวะฉุกเฉิน 非常持出品

เตรียมสิ่งของและอุปกรณ์ใส่กระเป๋าและวางไว้ในที่ที่หยิบติดมือเอาไปได้ง่ายและรวดเร็วเวลาที่ต้องอพยพ สิ่งของที่จำเป็นและจำนวนที่เพียงพอโดยคำนึงถึงความต้องการและความจำเป็นของแต่ละสมาชิกในครอบครัว

逃げるときに持っていくものを、バッグにまとめておきます。用意したバッグは、いつでも持ち出せる場所に置いておきましょう。さらに家族構成や家庭の事情にあわせて、準備するものを検討しておいてください。



สำรองเสบียงสำหรับเวลาฉุกเฉิน 備蓄品

สาธารณูปโภคเช่น น้ำประปา ไฟฟ้า แก๊ส และการสื่อสารต่างๆอาจหยุดการให้บริการขณะที่เกิดภัยพิบัติ ดังนั้นควรมีน้ำดื่ม อาหารและสิ่งจำเป็นเพื่อการดำรงชีวิต สำรองเตรียมไว้อย่างน้อย 3 วัน หรือ ถ้าเป็นไปได้ 1 สัปดาห์เพียงพอสำหรับสมาชิกแต่ละคนในครอบครัวจนกว่าสาธารณูปโภคจะถูกฟื้นฟู



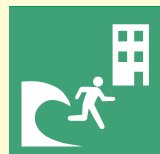
ตรวจสอบสถานที่อพยพลี้ภัย 避難所の確認

ตรวจสอบทั้งสถานที่อพยพลี้ภัยและสถานที่หลบภัยชั่วคราวในภาวะฉุกเฉินใกล้บ้านของท่านว่าอยู่ที่ไหน

家の近くの避難所・避難場所がどこにあるか確認しておきましょう。



災害がおきたときは、水、電気、ガス、通信などのライフラインが止まる可能性があります。復旧までの間の水や食料、生活用品を、3日間、できれば1週間そなえておきましょう。



อาคารอพยพลี้ภัยจากสึนามิ

หลังจากการสั่นสะเทือนได้หยุดลง ผู้ที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ที่อาจจะเกิดน้ำท่วมได้ ควรอพยพลี้ภัยไปสู่บริเวณที่สูง หรือไปยังอาคารที่สูงกว่า 3 ชั้นขึ้นไป สิ่งสำคัญคือต้องไม่กลับไปบ้านจนกว่าสัญญาณแจ้งเตือนภัยสึนามิจะถูกลบเลิก กรุณาตรวจสอบตำแหน่งที่ตั้งของอาคารที่ใช้อพยพลี้ภัยเวลาเกิดสึนามิ ที่แสดงในแผนที่กำหนดความเสี่ยงภัย (hazard map) ที่ทางเทศบาลจัดทำขึ้นไว้ล่วงหน้า

【津波避難ビル】 地震の揺れがおさまったら浸水の恐れのある地域では高台や鉄筋コンクリート3階以上の高い所へ避難して下さい。津波警報・注意報が解除されるまで決して戻らないことが重要です。津波避難ビルの位置は、市町村が出しているハザードマップ等で事前に確認しておいてください。



สถานที่หลบภัย

นี่คือสถานที่ที่ท่านสามารถใช้หลบภัยเพื่อป้องกันความปลอดภัยได้อย่างชั่วคราว ในกรณีที่เกิดภัยพิบัติเช่นแผ่นดินไหว กรุณาตรวจสอบตำแหน่งที่ตั้งของสถานที่หลบภัยชั่วคราวที่แสดงในแผนที่กำหนดความเสี่ยงภัย (hazard map) ที่ทางเทศบาลจัดทำขึ้นไว้ล่วงหน้า

【避難場所】 地震等の災害で、一時的に身を守るために避難する場所です。避難場所の位置は、市町村が出しているハザードマップ等で事前に確認しておいてください。

เข้าร่วมการฝึกซ้อมการรับมือกับภัยพิบัติและกิจกรรมอื่น ๆ 防災活動(訓練・研修会)への参加

เข้าร่วมการฝึกซ้อมป้องกันรับมือภัยพิบัติที่จัดขึ้นในเขตเทศบาลหรือในชุมชนท้องถิ่น



お住まいの市町村や町内会で開催される防災訓練に、積極的に参加しましょう。

[ภาคผนวก 1] สถานทูตและกงสุลในเขตคันไซ **資料 1 在関西総領事館**

รายชื่อสถานทูตและกงสุล 総領事館・領事館	ที่อยู่ 住所	หมายเลขโทรศัพท์ 電話
Australian Consulate-General in Osaka 在大阪オーストラリア総領事館	16F Twin 21 MID Tower, 2-1-61 Shiromi, Chuo-ku, Osaka 540-6116 〒540-6116 大阪市中央区城見2-1-61 ツイン21 MIDタワー16階	06-6941-9271
Consulate-General of the People's Republic of China in Osaka 在大阪中華人民共和国総領事館	3-9-2, Utsubohonmachi, Nishi-ku, Osaka 550-0004 〒550-0004 大阪市西区鞠本町3-9-2	06-6445-9481
Consulate-General of France in Kyoto 在京都フランス総領事館	8 Izumidono-cho Yoshida, Sakyo-ku, Kyoto 606-8301 〒606-8301 京都市左京区吉田泉殿町8	075-761-2988
Consulate-General of the Federal Republic of Germany in Osaka-Kobe 在大阪・神戸ドイツ連邦共和国総領事館	Umeda Sky Bldg., Tower East_35F, 1-1-88-3501 Oyodonaka, Kita-ku, Osaka 531-6035 〒531-6035 大阪市北区大淀中1-1-88 梅田スカイビルタワーイースト35階	06-6440-5070
Consulate-General of India in Osaka 在大阪インド総領事館	Senba I.S. Bldg. 10F, 1-9-26, Kyutaro-machi, Chuo-ku, Osaka 541-0056 〒541-0056 大阪市中央区久太郎町1-9-26 船場IS.ビル10階	06-6261-7299 9299
Consulate-General of the Republic of Indonesia in Osaka 在大阪インドネシア共和国総領事館	Nakanoshima Intes Bldg. 22F, 6-2-40 Nakanoshima Kita-ku Osaka 530-0005 〒530-0005 大阪市北区中之島6-2-40 中之島インテスビル22階	06-6449-9898
Consulate-General of Italy in Osaka 在大阪イタリア総領事館	Nakanoshima-Festelival Tower 17F, 2-3-18 Nakanoshima, Kita-ku, Osaka 530-0005 〒530-0005 大阪市北区中之島2-3-18 中之島フェスティバルタワー17階	06-4706-5820
Consulate-General of the Republic of Korea in Osaka 在大阪大韓民国総領事館	Gomi Bldg. 2-5-13, Kyutaro-machi, Chuo-ku, Osaka 541-0056 〒541-0056 大阪市中央区久太郎町2-5-13 五味ビル	06-4256-2345
Consulate-General of the Republic of Korea in Kobe 在神戸大韓民国総領事館	2-21-5 Nayakayate-dori, Chuo-ku, Kobe 650-0004 〒650-0004 神戸市中央区中山手通2-21-5	078-221-4853 4855
Consulate-General of Mongolia in Osaka 在大阪モンゴル国総領事館	Room 301, 303, 3rd Floor, Bakuro-machi Estate Bldg., 1-4-10 Bakuro-machi, Chuo-ku, Osaka 541-0059 〒541-0059 大阪市中央区博労町1-4-10 博労町エステートビル3階 303号室	06-4963-2572
Consulate-General of the Kingdom of the Netherlands in Osaka 在大阪オランダ王国総領事館	Kitahama 1-Chome Heiwa Bldg. 8B, 1-1-14 Kitahama, Chuo-ku, Osaka 541-0041 〒541-0041 大阪市中央区北浜1-1-14 北浜1丁目平和ビル8階B室	06-6484-6000
Consulate-General of the Republic of Panama in Kobe 在神戸パナマ共和国総領事館	7F Yamamoto Bldg., 71 Kyomachi, Chuo-ku, Kobe 650-0034 〒650-0034 神戸市中央区京町71 山本ビル7階	078-392-3361 3362
Consulate-General of the Republic of the Philippines in Osaka 在大阪フィリピン共和国総領事館	Twin21 Mid Tower 24F, 2-1-61, Shiromi, Chuo-ku, Osaka 540-6124 〒540-6124 大阪市中央区城見2-1-61 ツイン21 MIDタワー24階	06-6910-7881
Consulate-General of the Russian Federation in Osaka 在大阪ロシア連邦総領事館	1-2-2, Nishimidorigaoka, Toyonaka-City, Osaka 560-0005 〒560-0005 豊中市西緑丘1-2-2	06-6848-3451 3452
Royal Thai Consulate-General in Osaka 在大阪タイ王国総領事館	Bangkok Bank Bldg. 4F, 1-9-16, Kyutaro-machi, Chuo-ku, Osaka 541-0056 〒541-0056 大阪市中央区久太郎町1-9-16 バンコク銀行ビル4階	06-6262-9226 9227
British Consulate General in Osaka 在大阪英国総領事館	Midosuji Grand Tower Bldg. 19F, 3-5-1 Bakuro-machi, Chuo-ku, Osaka 541-0059 〒541-0059 大阪市中央区博労町3-5-1 御堂筋グランタワー19階	06-6120-5600
Consulate-General of the United States of America in Osaka-Kobe 在大阪・神戸アメリカ合衆国総領事館	2-11-5 Nishitenma, Kita-ku, Osaka, 530-8543 〒530-8543 大阪市北区西天満2-11-5	06-6315-5900
Consulate-General of the Socialist Republic of Viet Nam in Osaka 在大阪ベトナム社会主義共和国総領事館	4-2-15, Ichino-cho-Higashi, Sakai-ku, Sakai-City 590-0952 〒590-0952 堺市堺区市之町東4-2-15	072-221-6666

【ภาคผนวก 2】 資料 2 非常持出品／備蓄品リスト

รายการสิ่งของดำรงชีวิตยามฉุกเฉินในกระเป๋า / รายการเสบียงสำรองดำรงชีวิตยามฉุกเฉิน

เพื่อลดความเสี่ยงภัยที่อาจเกิดขึ้นเวลาเกิดภัยพิบัติ ควรเตรียมกระเป๋าใส่สิ่งของสำหรับเวลาฉุกเฉินเพื่อที่จะได้หยิบติดตัวไปก่อนที่จะอพยพ ขั้นตอนต่อไปคือ จัดเตรียมสิ่งของให้เพียงพอสำหรับท่านอย่างน้อย 3 วัน แต่ทางที่ดีควรเตรียมไว้หนึ่งสัปดาห์จนกว่าสิ่งของช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติจะมาถึง จัดเตรียมสิ่งที่มีสมาชิกในครอบครัวของท่านต้องการ โดยตรวจสอบจากรายการข้างล่างนี้



災害時の被害を最小限に抑えるために、避難時にご持ち出せる「非常持出品」を準備しておいてください。また次の段階として、救援物資がとどくまで自足するための「備蓄品」(3日間、できれば1週間分)の準備も必要です。下記のリストを参考に、自分の家庭に必要なものを準備しておきましょう。

■ รายการสิ่งของดำรงชีวิตยามฉุกเฉินในกระเป๋า ■ 非常持出品リスト

สิ่งจำเป็นพื้นฐาน (สำหรับทุกครอบครัว) 基本品 あらゆる家庭に共通して必要									
ประเภท カテゴリ	ช่อง เชค チェック	รายการ 品名	วันที่ตรวจสอบ 点検日		ประเภท カテゴリ	ช่อง เชค チェック			
			ครั้งที่ 1 1回目	ครั้งที่ 2 2回目			ครั้งที่ 1 1回目	ครั้งที่ 2 2回目	
เครื่องดื่ม 飲料	<input type="checkbox"/>	น้ำดื่ม 飲料水	/	/	その他	<input type="checkbox"/>	แบตเตอรี่ 乾電池	/	/
	<input type="checkbox"/>	อาหารสำรองในภาวะฉุกเฉิน (อาหารกระป๋อง, บิสกิต, เป็นต้น) 乾パン・缶詰等非常食	/	/		<input type="checkbox"/>	ที่ชาร์จโทรศัพท์มือถือ / แบตเตอรี่มือถือ 携帯電話の充電器/モバイルバッテリー	/	/
ถุงมือผ้าคอตตอน 手袋	<input type="checkbox"/>	ถุงมือผ้าคอตตอน 手手	/	/		<input type="checkbox"/>	เทียนไข / ไฟแช็ก ローソク/ライター	/	/
	<input type="checkbox"/>	ผ้าเช็ดตัว タオル	/	/		<input type="checkbox"/>	มีดอเนกประสงค์ アーミーナイフ	/	/
	<input type="checkbox"/>	ถุงพลาสติก ポリ袋	/	/		<input type="checkbox"/>	หมวกหมวกกันน็อค (เบาะรองศีรษะ) ヘルメット(防災ずきん)	/	/
กระดาษชำระ / ทิชชูเปียก トイレットペーパー/ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/>	กระดาษชำระ / ทิชชูเปียก トイレットペーパー/ウェットティッシュ	/	/		<input type="checkbox"/>	ห้องน้ำพลาสติกแบบพกพา 簡易トイレ	/	/
	<input type="checkbox"/>	เงินสด (เงินเหรียญ) 現金(小銭)	/	/		<input type="checkbox"/>	แชมพู แบบแห้ง 水を使わないシャンプー	/	/
	<input type="checkbox"/>	โทรศัพท์มือถือ 携帯電話	/	/		<input type="checkbox"/>	รองเท้า くつ	/	/
สมุดบัญชีธนาคาร / ตราประทับ 預金通帳/印鑑	<input type="checkbox"/>	สมุดบัญชีธนาคาร / ตราประทับ 預金通帳/印鑑	/	/		<input type="checkbox"/>	ชุดปฐมพยาบาล / ยาสามัญประจำบ้าน / เครื่องวัดอุณหภูมิ 救急医療品/常備薬/体温計	/	/
	<input type="checkbox"/>	ใบประกันสุขภาพ / ใบขับขี่ 健康保険証写/運転免許証	/	/		<input type="checkbox"/>	น้ำยาฆ่าเชื้อแอลกอฮอล์ アルコール消毒薬	/	/
	<input type="checkbox"/>	พาสปอร์ต パスポート	/	/		<input type="checkbox"/>	ผ้าปิดปากและจมูก (ผ้าฝ้าย) マスク	/	/
ใบวีซ่า / ใ้ 在留カード	<input type="checkbox"/>	ใบวีซ่า / ใ้ 在留カード	/	/		<input type="checkbox"/>	เครื่องเขียน 筆記用具	/	/
	<input type="checkbox"/>	ไฟฉาย 懐中電灯	/	/		<input type="checkbox"/>	เสื้อผ้า (รวมทั้งชุดชั้นใน) 上着/下着	/	/
	<input type="checkbox"/>	วิทยุมือถือ 携帯ラジオ	/	/					

■ รายการเสบียงสำรองดำรงชีวิตยามฉุกเฉิน ■ 備蓄品リスト

ประเภท カテゴリ	ช่อง เชค チェック	รายการ 品名	วันที่ตรวจสอบ 点検日		ประเภท カテゴリ	ช่อง เชค チェック	วันที่ตรวจสอบ 点検日		
			ครั้งที่ 1 1回目	ครั้งที่ 2 2回目			ครั้งที่ 1 1回目	ครั้งที่ 2 2回目	
เครื่องดื่ม 飲料	<input type="checkbox"/>	น้ำดื่ม 飲料水	/	/	その他	<input type="checkbox"/>	เชื้อเพลิงแข็ง 固形燃料	/	/
	<input type="checkbox"/>	อาหาร (อาหารที่บรรจุแบบสุญญากาศ, อาหารกระป๋อง, ขนม, เป็นต้น) 食料(レトルト食品/缶詰/お菓子など)	/	/		<input type="checkbox"/>	ผ้าห่ม / ถุงนอน 毛布/寝袋	/	/
อุปกรณ์ในการอาบน้ำ 洗面用具	<input type="checkbox"/>	อุปกรณ์ในการอาบน้ำ 洗面用具	/	/		<input type="checkbox"/>	Hand warmer (ไคโร) แบบใช้แล้วทิ้ง 使い捨てカイロ	/	/
	<input type="checkbox"/>	หม้อ / กาน้ำ 鍋/やかん	/	/		<input type="checkbox"/>	หนังสือพิมพ์ 新聞紙	/	/
	<input type="checkbox"/>	เครื่องใช้พื้นฐาน (ตะเกียบที่ใช้แล้วทิ้ง, จานกระดาษ, แก้วกระดาษ, เป็นต้น) 簡易食器(わりばし/紙皿/紙コップなど)	/	/		<input type="checkbox"/>	ผ้าปิดปากและจมูก (ผ้าฝ้าย) マスク	/	/
กระดาษชำระ / ทิชชูเปียก トイレットペーパー/ウェットティッシュ	<input type="checkbox"/>	กระดาษชำระ / ทิชชูเปียก トイレットペーパー/ウェットティッシュ	/	/		<input type="checkbox"/>	น้ำยาฆ่าเชื้อแอลกอฮอล์ アルコール消毒薬	/	/
	<input type="checkbox"/>	พลาสติกแรป / อลูมิเนียมฟอยล์สำหรับห่อ ラップ/アルミホイル	/	/		<input type="checkbox"/>	เครื่องมือ (เชือก/พั่ว เป็นต้น) 工具類(ロープ/スコップなど)	/	/
	<input type="checkbox"/>	เตาแก๊สแบบเคลื่อนที่ / แก๊สกระป๋องสำรอง 卓上コンロ/ガスボンベ	/	/		<input type="checkbox"/>	ห้องน้ำพลาสติกแบบพกพา 簡易トイレ	/	/
						<input type="checkbox"/>	อุปกรณ์กันฝน 雨具	/	/

ข้อมูลสำคัญในการป้องกันภัยพิบัติ

■ ข้อมูลส่วนตัว ■ 本人	
ชื่อ 名前	
ที่อยู่ 住所	
หมายเลขโทรศัพท์ 電話番号	
หมายเลขโทรศัพท์มือถือ 携帯番号	
อีเมลแอดเดรส (คอมพิวเตอร์) メールアドレス	
อีเมลแอดเดรส (โทรศัพท์มือถือ) 携帯メールアドレス	
ชื่อบุคคลที่อาศัยอยู่ร่วมกัน 同居者氏名	

■ ข้อมูลของครอบครัว / ญาติ / เพื่อน ■ 家族・知り合い連絡先	
ชื่อ 名前	
ที่อยู่ 住所	
หมายเลขโทรศัพท์ 電話番号	
หมายเลขโทรศัพท์มือถือ 携帯番号	
อีเมลแอดเดรส (คอมพิวเตอร์) メールアドレス	
อีเมลแอดเดรส (โทรศัพท์มือถือ) 携帯メールアドレス	
ความเกี่ยวข้อง 本人との関係	

ชื่อ 名前	
ที่อยู่ 住所	
หมายเลขโทรศัพท์ 電話番号	
หมายเลขโทรศัพท์มือถือ 携帯番号	
อีเมลแอดเดรส (คอมพิวเตอร์) メールアドレス	
อีเมลแอดเดรส (โทรศัพท์มือถือ) 携帯メールアドレス	
ความเกี่ยวข้อง 本人との関係	

■ ที่ติดต่อสำคัญ ■ 必要な連絡先	
 สถานีดับเพลิง (เพลิงไหม้, รถพยาบาล) 消防署 (火事、救急車)	119
 สถานีตำรวจ 警察署	110
กองกำลังรักษาชายฝั่ง 海上保安庁	118
บริการกระดานข่าวข้อความยามฉุกเฉิน 災害用伝言ダイヤル	171
สำนักงานเทศบาล 市役所	
สำนักงานเขต 区役所	
สำนักงานตำบล 町役場	
สถานทูต / กงสุล 大使館・領事館	
 ไฟฟ้า 電気	
 แก๊ส ガス	
 ประปา 水道	
ที่อพยพ / ที่หลบภัย 避難場所	
สถานที่นัดพบกับครอบครัว 家族との集合場所	
ที่ติดต่ออื่นๆ その他必要な連絡先	

การค้นหาสถานที่หลบภัยใกล้เคียง

〈เวอร์ชัน PC〉
YAHOO! สภาพอากาศ ภัยพิบัติ “แผนที่สถานที่หลบภัย” (เฉพาะภาษาญี่ปุ่น)

〈PC版〉YAHOO! 天気・災害 “避難場所マップ” (日本語のみ)

ในกรณีที่เมื่ออันตรายจากภัยพิบัติ สามารถค้นหาสถานที่หลบภัยที่ทางเทศบาลกำหนดได้ 災害による危険がせまった時、自治体が指定した避難場所を探せます。



- ① กรอกที่อยู่เพื่อหาสถานที่หลบภัยที่อยู่ใกล้เคียง 探したい避難場所の周辺住所を入力



- ③ กดคลิกสถานที่หลบภัยที่ต้องการทราบ จะปรากฏรายละเอียดขึ้น 知りたい避難場所をクリックすると、詳細が表示される



〈แอปพลิเคชันเวอร์ชันสมาร์ตโฟน〉

ข้อมูลการป้องกันภัยพิบัติ “คู่มือสถานที่หลบภัยทั่วประเทศ” (เฉพาะภาษาญี่ปุ่น, อังกฤษ, จีน, เกาหลี)

〈スマートフォン版アプリ〉防災情報「全国避難所ガイド」(日英中韓)

เป็นแอปพลิเคชันสำหรับเวลาที่เกิดภัยพิบัติ มีทั้งสถานที่หลบภัยเมื่อเกิดภัยธรรมชาติขึ้น และสถานที่หลบภัยที่ทางเทศบาลกำหนด จำนวน 1 แสน 6 หมื่น แห่งที่ขึ้นทะเบียนไว้ ค้นหาสถานที่หลบภัยใกล้เคียงจากที่อยู่ปัจจุบัน และแสดงแผนที่นำทางด้วย ดาวน์ โหลดผ่าน QR code บนเครื่องสมาร์ตโฟน เพื่อนำไปใช้

自治体が定めた災害時の避難所や避難場所を約13万件収録し、所在地周辺の避難所などを検索して、道順をルート案内する災害用ナビゲーションアプリです。スマートフォンにダウンロードして活用してください。



▲iPhone



▲Android

จัดพิมพ์โดย

แผนกความสัมพันธ์ระหว่างต่างประเทศ, สำนักงานสร้างสรรค์เสน่ห์จังหวัดโอซาก้า, ฝ่ายประชาชนและวัฒนธรรม
(มูลนิธิทั่วไปของหน่วยงานท้องถิ่นเพื่อส่งเสริมความร่วมมือระหว่างประเทศสาขาโอซาก้า)

ศาลากลางจังหวัดโอซาก้า อาคารสาคิซิมะ ชั้น 37

1-14-16 นันโค คิตะ เขตสุมิโนะเอะ โอซาก้า 559-8555

โทรศัพท์ : 06-6210-9309 โทรสาร : 06-6210-9316

จัดพิมพ์เมื่อ : เดือนมีนาคม 2021

กำกับดูแลโดย : สำนักงานควบคุมภัยอันตราย

発行

府民文化部都市魅力創造局国際課 (一般財団法人自治体国際化協会大阪府支部)

〒559-8555 大阪市住之江区南港北 1-14-16 大阪府咲洲庁舎 37 階

TEL : 06-6210-9309 FAX : 06-6210-9316

発行年月 : 令和3(2021)年3月

監修 : 危機管理室

เว็บไซต์/แอปพลิเคชันข้อมูลการแจ้งเตือนภัยพิบัติของจังหวัดโอซาก้า ที่มีหลายภาษา
大阪府災害多言語情報ウェブサイト・アプリ



Osaka Safe Travels

แอป "Osaka Safe Travels" นี้เป็นเว็บไซต์และแอปที่ออกแบบ เพื่อให้ผู้ใช้สมาร์ตโฟน ได้รับข้อมูลเกี่ยวกับภัยพิบัติที่จำเป็นในนานาภาษาโดยไม่เสียค่าใช้จ่ายแต่อย่างใด นอกจากนี้ข้อมูลเกี่ยวกับภัยพิบัติและสถานที่อพยพแล้ว ยังมีข้อมูลที่เป็นประโยชน์มากมายสำหรับชาวต่างชาติ เช่นข้อมูลเกี่ยวกับบริการรถไฟ,สายการบิน และข้อมูลจากสถานกงสุลใหญ่ต่างๆในโอซาก้า,รายละเอียดเกี่ยวกับการติดต่อในกรณีฉุกเฉินอื่น ๆ เป็นต้น ขอแนะนำให้ดาวน์โหลดแอป "Osaka Safe Travels" โดยเร็ว!

「Osaka Safe Travels」は、災害時に必要な情報を多言語で提供する無料ウェブサイト・スマートフォンアプリです。災害や避難場所のほか、鉄道や空港、大阪などにある各国の総領事館の情報、緊急時の連絡先など、外国人の皆さんが役立つ情報がたくさん入っています。ぜひ、今すぐ「Osaka Safe Travels」をダウンロードください!

รองรับภาษา 対応言語

- 日本語 (ญี่ปุ่น)
- English (英語 / อังกฤษ)
- 中文简体 (中国語簡体字 / จีนประยุกต์)
- 中文繁體 (中国語繁体字 / จีนดั้งเดิม)
- 한국어 (韓国語 / เกาหลี)
- Português (ポルトガル語 / โปรตุเกส)
- Español (スペイン語 / สเปน)
- Tiếng Việt (ベトナム語 / เวียดนาม)
- Filipino (フィリピン語 / ฟิลิปปินส์)
- ไทย (ไทย)
- Bahasa Indonesia (インドネシア語 / อินโดนีเซีย)
- नेपाली (ネパール語 / เนปาล)



▲ Android

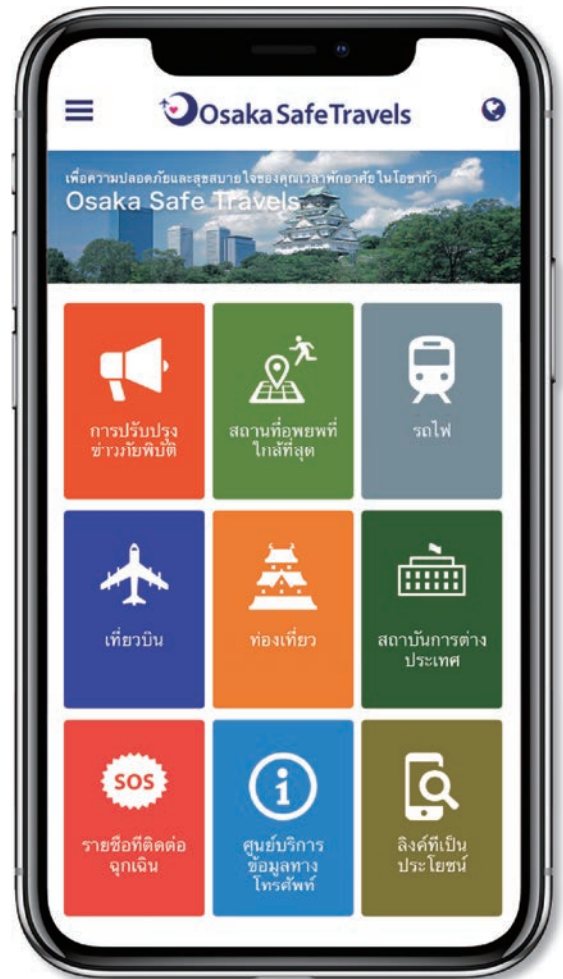


▲ iPhone

Osaka Safe Travels

Website

<https://www.osakasafetravels.com/th/>



ข้อมูลหลัก 主な情報



การปรับปรุงข่าวภัยพิบัติ 災害情報

แจ้งเตือนแผ่นดินไหว, สึนามิ หรือภัยพิบัติอื่น ๆ ที่เกิดขึ้น โดยเสียงหรือรูปภาพที่แสดงขึ้นบนจออุปกรณ์สื่อสาร
地震や津波等の災害発生時にプッシュ通知でお知らせします。



สถานที่อพยพที่ใกล้ที่สุด 現在地・避難情報

สามารถค้นหาตำแหน่งสถานที่อพยพหนีภัย ฯลฯ ในบริเวณใกล้เคียงตำแหน่งปัจจุบันจากแผนที่ ด้วยบริการข้อมูลตำแหน่งที่ตั้ง
位置情報サービスにより、マップで現在地及び周辺の避難場所等が検索できます。



เที่ยวบิน 空港情報

สามารถตรวจสอบข้อมูลเที่ยวบินของสายการบินที่มีในสนามบินนานาชาติคันไซ และสภาพการคมนาคมของการรถไฟ รถโดยสารประจำทาง ฯลฯ ที่เดินทางไปยังสนามบิน
関西国際空港のフライト情報や、空港までの鉄道・バス等の運行状況が確認できます。



รถไฟ 鉄道情報

สามารถตรวจสอบสภาพการคมนาคม เช่น ความล่าช้า และการระงับการเดินทางของการรถไฟ ได้ทันทีบนแผนที่
鉄道の遅延・運休の状況がマップ上ですぐに確認できます。



สถานบริการต่างประเทศ 外国機関情報

สามารถตรวจสอบข้อมูลของสถานทูตและสถานกงสุล ฯลฯ
大使館や総領事館等の情報を確認できます。

แผ่นดินไหว

地震

1

เกิดแผ่นดินไหวครั้งใหญ่

ไม่มีความเสี่ยงภัยสึนามิจากแผ่นดินไหวครั้งนี้

大きい地震が発生しました。この地震による津波の心配はありません。

- สงบสติอารมณ์และรักษาความปลอดภัยของตัวเอง
- ระวังแผ่นดินไหวตามหรืออพยพเตอร์ช็อก
- รถไฟรถบัสและเครื่องบินอาจยกเลิกการให้บริการ
- ดูข้อมูลการให้บริการของรถไฟรถบัสและสนามบินจากOsaka Safe Travels

- 落ち着いて身の安全を確保しましょう。
- 余震に気を付けてください。
- 電車やバス、飛行機が運休する可能性があります。
- Osaka Safe Travelsで交通情報を確認してください。

2

เกิดแผ่นดินไหวครั้งใหญ่

อาจมีความเสี่ยงที่จะเกิดสึนามิ โปรดออกจากชายฝั่งและริมฝั่งแม่น้ำทันที แล้วพยายามอพยพไปยังที่ที่สูงที่สุดเท่าที่จะทำได้

大きい地震が発生しました。津波が発生するおそれがあります。すぐに海や川から離れて、できるだけ高い場所に避難してください。

- สงบสติอารมณ์และรักษาความปลอดภัยของตัวเอง
- อย่าคิดว่าที่นี้ปลอดภัยแล้ว พยายามอพยพไปยังที่สูงกว่าหรือไปยังชั้นสูงสุดของอาคารเท่าที่จะทำได้
- อย่าออกจากสถานที่ที่ปลอดภัยจนกว่าจะมีการยกเลิกเตือนภัยสึนามิเนื่องจากสึนามิจะเข้าโจมตีซ้ำหลายครั้ง

- 落ち着いて身の安全を確保しましょう。
- ここなら安心と思わず、より高い場所や建物のできるだけ上の階に避難してください。
- 津波は繰り返し襲ってきますので、津波警報が解除されるまで安全な場所から離れないでください。

3

ระวังแผ่นดินไหวตามหรืออพยพเตอร์ช็อก

เวลาเกิดแผ่นดินไหวให้สงบสติอารมณ์และรักษาความปลอดภัยของตัวเอง

余震にご注意ください。地震が起こったら、落ち着いて身の安全を確保しましょう。

- หลังจากเกิดแผ่นดินไหวครั้งใหญ่อาจมีแผ่นดินไหวตามหรืออพยพเตอร์ช็อกหลายครั้งตามมา
- ถึงแม้ว่าอพยพเตอร์ช็อกจะค่อยๆ ลดความสั่นสะเทือนลง แต่ก็ยังมีความเสี่ยงที่จะเกิดการสั่นสะเทือนครั้งใหญ่ขึ้นอีก
- เวลาเกิดแผ่นดินไหวให้สงบสติอารมณ์และรักษาความปลอดภัยของตัวเอง

<เวลาอยู่ที่บ้าน>

- 1 ปกป้องตัวเอง : หากมีการสั่นสะเทือนก่อนอื่นให้หลบเข้าไปใต้โต๊ะ
- 2 ปิดเตาหรือเครื่องใช้อื่นๆ ที่เกี่ยวข้องกับไฟ : ปิดเครื่องใช้ที่ใช้แก๊สและปิดวาล์วแก๊สหลัก
- 3 ดับไฟก่อนหากเกิดไฟไหม้ : ดับไฟด้วยถังดับเพลิงเป็นต้นทันที
- 4 เตรียมทางออกไว้ : อพยพออกไปข้างนอก ควรเปิดประตูทิ้งไว้เพื่อความปลอดภัยที่จะมีทางออก
- 5 ตรวจสอบอุปกรณ์ฉุกเฉิน : ตรวจสอบรายการของอุปกรณ์ฉุกเฉินที่เตรียมไว้อีกครั้ง
- 6 รับข่าวและข้อมูลแผ่นดินไหว : ติดตามข่าวและรับข้อมูลล่าสุดของแผ่นดินไหวจากวิทยุ ฯลฯ

<เวลาอยู่นอกบ้าน>

- 1 เมื่ออยู่ที่ทำงานหรือโรงเรียน : ให้หลบเข้าไปอยู่ใต้โต๊ะ อยู่ห่างจากชั้นหนังสือและหน้าต่าง
- 2 เมื่ออยู่ในลิฟต์ : กดปุ่มหยุดของทุกชั้นและออกจากลิฟต์ในชั้นที่หยุด หากลิฟต์ไม่เปิดและติดอยู่ในลิฟต์ให้กดปุ่มฉุกเฉิน
- 3 ขณะขับรถ : ชะลอความเร็วและจอดรถทางด้านซ้ายของถนน อย่าออกไปจากรถจนกว่าการสั่นสะเทือนจะเบาลงและ
ฟังข่าวเพื่อรวบรวมข้อมูลจากวิทยุติดรถยนต์ อพยพโดยไม่ต้องล็อครถและเสียใบอนุญาตทิ้งไว้
- 4 หากอยู่ใกล้ชายฝั่ง ริมฝั่งแม่น้ำหรือหน้าผา : อพยพไปยังที่สูง อพยพออกจากชายหาด ริมฝั่งแม่น้ำหรือหน้าผาโดยเร็วที่สุด

- 大きな地震のあとには、余震が何度も続くおそれがあります。
- 余震は徐々に少なくなります、大きな揺れが再度あるおそれがあります。

- 地震が起こったら、落ち着いて身の安全を確保しましょう。

<自宅にいるとき>

- 1 身を守る : 揺れたらまず机の下にもぐる。
- 2 すばやく火の始末 : ガス器具の火を消し、元栓を閉める
- 3 火がでたらまず消火 : 消火器などですぐに消す。
- 4 出口の確保 : あわてて外に飛び出さない。ドアを開けて出口を確保する
- 5 非常持出品の確認 : 準備しておいた非常持出品の中身を再確認する。
- 6 地震情報の入手 : ラジオなどで地震の情報をキャッチする。

<外出先>

- 1 職場・学校にいるとき : 机の下にもぐる。本棚や窓からはなれる。
- 2 エレベーターの中にいるとき : 全ての階のボタンを押し、止まった階で降りる。閉じ込められたら非常用ボタンを押す。
- 3 車の運転中 : 車のスピードを落とし、道路の左側に停止させる。揺れがおさまるまで外に出ず、カーラジオ等により情報収集する。キーをつけたままドアロックせず避難する。
- 4 海岸や川べり・がけの近くにいるとき : 高い所に避難する。がけの近く・海岸や川べりから早めに避難する。"

ฝนตกหนัก

大雨

4

มีพยากรณ์ว่าจะมีฝนตกหนักตั้งแต่วันที่ ____ ถึงวันที่ ____

__日から__日にかけて、大雨となる予報が出ています。

- การที่ฝนตกหนัก อาจเป็นอันตรายมาก เพราะอาจทำให้เกิดน้ำท่วมและที่บริเวณภูเขาอาจเกิดดินถล่ม
- ดังนั้นควรออกจากบริเวณพื้นที่ทะเลแม่น้ำและภูเขา
- ตรวจสอบข้อมูลสภาพอากาศและสถานที่อพยพได้ที่เว็บไซต์ 'Osaka Disaster Prevention Net'.

ภาษาญี่ปุ่น: <https://www.osaka-bousai.net>

ภาษาอังกฤษ: <https://www.osaka-bousai.net.e.add.hp.transer.com/>

- 大雨の影響で洪水が発生したり、山で土砂崩れが起こるおそれがあるので、とても危険です。海や川、山には近づかないでください。
- 「おおさか防災ネット」で、気象情報や避難所の確認ができます。
- 日本語: <https://www.osaka-bousai.net/>
- 英語: <https://www.osaka-bousai.net.e.add.hp.transer.com/>

5 พายุไต้ฝุ่นหมายเลข ___ ที่แรงมากคาดว่าจะเข้าใกล้จังหวัดโอซาก้ามากที่สุดในวันที่ ___ ระวังอันตรายจากลมแรงและฝนตกหนัก

とても強い台風__号が、__日に大阪府に最も接近する見込みです。強風や大雨にご注意ください。

- ・ โปรดงดการออกไปข้างนอกให้มากที่สุด เนื่องจากลมแรงอาจพัดทำให้สิ่งของต่างๆปลิวมาได้
- ・ เมื่อพายุไต้ฝุ่นพัดใกล้เข้ามา จะส่งผลให้เกิดฝนตกหนัก อาจทำให้เกิดน้ำท่วมและที่บริเวณภูเขาอาจเกิดดินถล่ม
- ซึ่งเป็นอันตรายมากควรออกจากบริเวณพื้นที่ทะเลแม่น้ำและภูเขา
- ・ รถไฟรถบัสและเครื่องบินอาจยกเลิกการให้บริการ
- ・ ตรวจสอบข้อมูลจาก Osaka Safe Travels เพื่อดูการให้บริการงานของรถไฟ รถบัส และสนามบินล่าสุด

- ・ 強風で物が飛んでくることがありますので、できるだけ外出は控えてください。
- ・ 台風が近づくと、大雨による洪水や山で土砂崩れが起こるおそれがあるので、とても危険です。海や川、山には近づかないでください。
- ・ 電車やバス、飛行機が運休する可能性があります。
- ・ Osaka Safe Travelsで交通情報を確認してください。

6 เนื่องจากผลกระทบของ“ไต้ฝุ่น” รถไฟอาจลดการให้บริการเดินรถบางขบวนหรืองดหมดทุกขบวน

台風の影響で、電車が減便・運休になる可能性があります。

- ・ ทาง JR West Japan ได้ประกาศว่าเนื่องจากมีพยากรณ์ว่าพายุไต้ฝุ่นจะเข้าใกล้พื้นที่ตั้งแต่วันที่ ___ ถึงวันที่ ___
- รถไฟอาจลดการให้บริการเดินรถบางขบวนหรืองดหมดทุกขบวน
- ・ นอกเหนือจากรถไฟ ___ แล้วรถไฟอื่นก็อาจงดการให้บริการเดินรถด้วย
- ・ ตรวจสอบข้อมูลจาก Osaka Safe Travels เพื่อดู「การให้บริการงานของรถไฟ」

- ・ JR西日本は、台風が接近する可能性がある__日から__日にかけて、通常ダイヤから減便したり、運休になる可能性がありますと発表しました。
- ・ (__以外の)ほかの電車も止まる可能性があります。
- ・ Osaka Safe Travelsでの「鉄道情報」を確認してください。

7 เนื่องจากผลกระทบของไต้ฝุ่นสายการบินอาจลดเที่ยวบินหรือยกเลิกเที่ยวบินทั้งหมดได้

台風の影響で、飛行機が減便・運休になる可能性があります。

- ・ ตรวจสอบ「ข้อมูลของสนามบิน」ของสายการบินได้ที่ Osaka Safe Travels

- ・ Osaka Safe Travelsの「空港情報」を確認してください。

8 มีประกาศว่า ขณะนี้ใน เวลา hhนาฬิกา:mmนาที เข้า/บ่าย ของวันที่dd เดือนmm มีการออกข้อมูลการอพยพในพื้นที่ ___ ของจังหวัดโอซาก้า

MM月DD日午前/午後hh時mm分現在、大阪府__地域で避難情報が出ています。

- ・ ตรวจสอบข้อมูลการอพยพในพื้นที่ของตนเองและทำการอพยพโดยเร็วที่สุด
 - ・ ตรวจสอบข้อมูลการอพยพและสถานที่อพยพได้ที่เว็บไซต์ 'Osaka Disaster Prevention Net'.
- ภาษาญี่ปุ่น: <https://www.osaka-bousai.net>
ภาษาอังกฤษ: <https://www.osaka-bousai.net.e.add.hp.transer.com/>

- ・ 住んでいる地域の避難情報を確認して、できるだけ早く避難してください。
 - ・ 「おおさか防災ネット」で、避難情報や避難所の確認ができます。
- 日本語: <https://www.osaka-bousai.net>
英語: <https://www.osaka-bousai.net.e.add.hp.transer.com/>

9 ระวังการเกิดโรคหลอดเลือดอุดตัน (โรคฮีโคโนมีคลาสซินโดรม) พยายามเปลี่ยนอิริยาบถบ่อยๆเพื่อเป็นการป้องกันอาการที่จะเกิดขึ้น

エコノミークラス症候群に注意！体を動かすことが大切です。

- ・ โรคหลอดเลือดอุดตัน (โรคฮีโคโนมีคลาสซินโดรม) เกิดขึ้นเนื่องจากการนั่งเป็นเวลานานๆโดยไม่ได้เปลี่ยนอิริยาบถ
- ทำให้เลือดจับตัวเป็นลิ่มที่ขา แล้วเมื่อลิ่มเลือดนี้ไหลไปอุดตันกระแสเลือดที่ปอด ส่งผลให้หายใจลำบาก
- อาจเป็นอันตรายถึงแก่ชีวิตได้
- ・ การเดินเป็นการป้องกันที่ดีที่สุด ดังนั้นพยายามลุกเดินเป็นครั้งเป็นคราว หากเดินลำบาก การนวดน่องก็สามารถช่วยได้
- เช่นกัน นอกจากนี้มีมาตรการป้องกันอื่น ๆ ได้แก่ ดื่มน้ำให้เพียงพอ หายใจลึกๆ และนอนยกเท้าสูงโดยเอาอะไรหนุนที่ขา
- ・ นอกจากนี้สิ่งสำคัญก็คือต้องเคลื่อนไหวร่างกาย เพราะจะเป็นการปรับเปลี่ยนอารมณ์ด้วย

- ・ エコノミークラス症候群とは、長い間、同じ姿勢で座っていたり、動かないしていると、足に血栓ができて、それが肺の血管に詰まって呼吸困難になる病気です。最悪の場合は命を落とします。
- ・ 歩くことが一番の予防になるので、ときどき歩くようにしましょう。歩くことが難しい場合は、ふくらはぎのマッサージも有効です。ほかにも、水分補給する、深呼吸する、足を何かの上に乗せた状態で寝ることなどで予防できます。
- ・ 気分転換のためにも、体を動かすことが大切です。

10 ขณะนี้ใน เวลา hhนาฬิกา:mmนาที เข้า/บาย ของวันที่dd เดือนmm จะมีไฟฟ้าดับในพื้นที่ ____ ของจังหวัดโอซาก้า

เพื่อความปลอดภัยกรุณาปิดเบรกเกอร์ไฟฟ้า

MM月DD日午前/午後hh時mm分現在、大阪府__地域で電気が止まっています。安全のため、電気のブレーカーを「切」にしてください。

- ・ สามารถตรวจสอบข้อมูลไฟฟ้าดับได้ที่เว็บไซต์ Kansai Electric Power (ภาษาญี่ปุ่น/ภาษาอังกฤษ)
- ภาษาญี่ปุ่น: <https://www.kansai-td.co.jp/teiden-info/index.php>
- ภาษาอังกฤษ: <https://www.kansai-td.co.jp/english/home/teiden-info/index.php>

- ・ 停電情報は、関西電力送配電のホームページ(日本語・英語)から確認できます。
- 日本語: <https://www.kansai-td.co.jp/teiden-info/index.php>
- 英語: <https://www.kansai-td.co.jp/english/home/teiden-info/index.php>

11 ขณะนี้ใน เวลา hhนาฬิกา:mmนาที เข้า/บาย ของวันที่dd เดือนmm จะมีน้ำประปาหยุดไหลในพื้นที่ ____ ของจังหวัดโอซาก้า

MM月DD日午前/午後hh時mm分現在、大阪府__地域で水道が止まっています。

- ・ ตรวจสอบ ข้อมูลของสำนักงานประปา ในพื้นที่ที่อาศัยอยู่ได้ที่ "Osaka Disaster Prevention Net"
- ภาษาญี่ปุ่น: <https://www.osaka-bousai.net/27000/waterworks-list.html>
- ภาษาอังกฤษ: <https://www.osaka-bousai.net.e.add.hp.transer.com/27000/waterworks-list.html>

- ・ 「おおさか防災ネット」で、住んでいる地域の水道局の情報を確認してください。
- 日本語: <https://www.osaka-bousai.net/27000/waterworks-list.html>
- 英語: <https://www.osaka-bousai.net.e.add.hp.transer.com/27000/waterworks-list.html>

12 ขณะนี้ใน เวลา hhนาฬิกา:mmนาที เข้า/บาย ของวันที่dd เดือนmm มีการรั่วไหลของแก๊สในพื้นที่ ____ ของจังหวัดโอซาก้า

ห้ามใช้ไฟโดยเด็ดขาด

MM月DD日午前/午後hh時mm分現在、大阪府__地域でガスが漏れています。絶対に火は使わないでください。

- ・ ผู้อยู่อาศัยในพื้นที่ ____ ห้ามใช้ไฟโดยเด็ดขาด จนกว่าจะได้รับการยืนยันว่าปลอดภัย เพราะอันตรายมาก

- ・ __地域にお住いの方は、安全が確認できるまで、危険ですので火は使わないでください。

13 แก๊สอาจดับเนื่องจากเกิดแผ่นดินไหว หากยังไม่สามารถใช้แก๊สได้ตรวจสอบวิธีการเปิดใช้แก๊สจากเว็บไซต์ของ Osaka Gas Network

地震の影響でガスが止まっている場合があります。ガスが使えない場合は、大阪ガスネットワークのホームページで対応方法を確認してください。

- ・ เว็บไซต์ของOsaka Gas Network (ในกรณีฉุกเฉิน)
- ภาษาญี่ปุ่น: <https://network.osakagas.co.jp/emergent/disaster.html#emergency>
- ภาษาอังกฤษ: <https://network.osakagas.co.jp/en/index.html#emergency>
- ・ หากยังไม่สามารถใช้แก๊สได้ คลิกที่นี่เพื่อดูวิดีโอของ "วิธีรีเซ็ตมิเตอร์แก๊ส" (ภาษาญี่ปุ่นและภาษาอังกฤษ)
- <https://www.youtube.com/embed/OYSmTuE4r2E>
- ・ คลิกที่นี่เพื่อดูข้อมูลการดับของแก๊ส (ภาษาญี่ปุ่นเท่านั้น)
- <https://network.osakagas.co.jp/area-exhibition/index.html>

- ・ 大阪ガスネットワークのホームページ (緊急のとき)
- 日本語: <https://network.osakagas.co.jp/emergent/disaster.html#emergency>
- 英語: <https://network.osakagas.co.jp/en/index.html#emergency>
- ・ ガスが使えない場合の復帰方法、「ガスメーターの復帰手順」の動画 (日本語・英語)はこちら
- <https://www.youtube.com/embed/OYSmTuE4r2E>
- ・ ガスの停止状況はこちら (日本語のみ)
- <https://network.osakagas.co.jp/area-exhibition/index.html>

14 บริการให้คำปรึกษาหลายภาษา (โทรศัพท์และอีเมล)

多言語相談 (電話・メール) の案内

- ・ มูลนิธิแลกเปลี่ยนระหว่างประเทศแห่งจังหวัดโอซาก้า (OFIX) ให้คำปรึกษาหลายภาษา

เกี่ยวกับ ____

ที่เกิดขึ้นใน ____ / ____

<บริการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์>

06-6941-2297

ภาษาที่ให้บริการ: อังกฤษ จีน เกาหลี • เกาหลีเหนือ โปรตุเกส สเปน เวียดนาม ฟิลิปปินส์ ไทยอินโดนีเซียเนปาลและญี่ปุ่น

<บริการให้คำปรึกษาทางอีเมล>

ที่อยู่อีเมล: jouhou-c@ofix.or.jp

*การให้คำปรึกษาทางอีเมลมีให้บริการเฉพาะภาษาญี่ปุ่นและภาษาอังกฤษเท่านั้น

*จะได้รับการตอบกลับตามลำดับ

__/_に発生した__について、大阪府国際交流財団 (OFIX) では、多言語での相談を受け付けています。

<電話相談>

06-6941-2297

対応言語: 英語、中国語、韓国・朝鮮語、ポルトガル語、スペイン語、ベトナム語、フィリピン語、タイ語、インドネシア語、ネパール語、日本語

<メール相談>

メールアドレス: jouhou-c@ofix.or.jp

※メール相談は日本語、英語のみ

※返信は、順次対応します。