

外国人のための

防災ガイド

地震編

Tài liệu hướng dẫn phòng chống thiên tai cho người nước ngoài
(Phần Động đất)



Tài liệu hướng dẫn phòng chống thiên tai cho người nước ngoài (Phần Động đất)

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 Khi động đất xảy ra

- 1 Thiên tai và thiệt hại khi động đất xảy ra 1
- 2 Phải làm gì khi động đất xảy ra 2

II Phòng chống thiên tai

- 1 Phòng chống động đất 3
 - 2 Cách liên lạc 3
 - 3 Thu thập thông tin 5
 - 4 Chuẩn bị phòng chống thiên tai 6
- Tài liệu 1 Danh sách Lãnh sự quán ở khu vực Kansai ... 7
- Tài liệu 2 Danh sách đồ dùng mang theo khi khẩn cấp/
Đồ dự phòng 8
- Tài liệu 3 Ghi chú phòng khi thiên tai 9
- Tài liệu 4 Cách tìm chỗ lánh nạn gần nhất 9

Tài liệu này gồm những nội dung về thiên tai (phần này là về động đất) hướng dẫn cho người nước ngoài sống tại Nhật Bản cách ứng phó khi xảy ra động đất và cách đề phòng thiên tai trong sinh hoạt hằng ngày. Động đất có thể xảy ra bất cứ lúc nào, nên chúng ta cần trang bị sẵn cho mình kiến thức về phòng chống thiên tai để bảo vệ cho bản thân và gia đình, và có thể giảm thiểu tối đa thiệt hại khi thiên tai xảy ra. Đối với người nước ngoài không biết tiếng Nhật, không có kinh nghiệm về động đất, hy vọng tài liệu này sẽ giúp các bạn có kiến thức và có sự chuẩn bị tốt về phòng chống thiên tai, để không bị hoảng loạn khi thiên tai ập đến.

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 Khi động đất xảy ra I 地震がおこったら

1 Thiên tai và thiệt hại khi động đất xảy ra 1 地震の時に起こる災害・被害

Thiên tai 災害



Sóng thần:

Khi động đất xảy ra ở đáy biển, chuyển dịch của các mảng lục địa truyền xung động đến mặt biển, gây ra sóng thần. Người ở gần biển, sông phải cẩn thận đề phòng.

【津波】 地震が海底でおこると、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。

Hỏa hoạn:

Hỏa hoạn có thể xảy ra sau khi động đất. Khi động đất bắt rung lắc, tắt ngay các nguồn lửa, điều quan trọng là phải dập lửa ngay khi mới cháy.

【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。



Sạt lở đất, sườn núi:

Khi động đất, các sườn núi dốc đứng có thể bị sạt lở.

【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。

Nhà cửa sụp đổ:

Nhà cửa, các tòa nhà có thể sụp đổ đè lên người.

【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。



Thiệt hại về cung ứng sinh hoạt, v.v.. ライフライン等の被害

Cúp điện :

Động đất có thể gây cúp điện. Cần chuẩn bị sẵn đèn pin dự phòng.

【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。



Cúp nước :

Động đất có thể gây cúp nước trên nhiều khu vực làm thiếu nước uống, nước dùng trong sinh hoạt như: xả toilet, v.v..

【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。



Cúp gas :

Động đất có thể gây cúp gas không thể sử dụng bếp, lò sưởi, máy nước nóng ... được.

【ガスが止まる】

地震の影響で、ガスが止まることが想定されます。調理、暖房、入浴などができなくなる可能性があります。

Tê liệt giao thông :

Xe điện, Shinkansen, tàu điện ngầm, xe buýt không hoạt động làm nhiều người làm việc ở thành phố không thể về nhà.

【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。

Thiệt bị liên lạc không thể sử dụng :

Bị cúp điện nên không thể sạc điện cho điện thoại di động, máy tính, không thể liên lạc với gia đình, người thân, và khó tiếp nhận thông tin từ internet.

【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 Phải làm gì khi động đất xảy ra 2 地震発生時の行動

Khi ở nhà 自宅

1 Tự bảo vệ bản thân

Khi thấy rung chuyển, chui xuống dưới gầm bàn.

1 身を守る 揺れたらまず机の下にもぐる。



2 Tắt ngay nguồn lửa

Tắt bếp gas, khóa van đường ống gas.

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 Dập lửa ngay khi có cháy

Dập lửa ngay bằng bình chữa cháy v.v..

3 火がでたらまず消火 消火器などですばやく消す。



4 Mở cửa để có lối thoát

Không nên vội chạy ra đường, mở sẵn cửa để có lối thoát.

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 Kiểm tra đồ cần thiết mang theo khi khẩn cấp

Kiểm tra lại các đồ dùng cần mang theo khi khẩn cấp đã chuẩn bị trước.

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 Kiểm tra thông tin động đất

Kiểm tra thông tin động đất qua đài phát thanh v.v..

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。

Khi đang ở ngoài đường 外出先

1 Khi đang đi học, đi làm :

- Chui xuống gầm bàn.
- Tránh xa kệ sách, cửa sổ.

1 職場・学校

- 机の下にもぐる。
- 本棚や窓からはなれる。



2 Khi đang ở trong thang máy :

- Nhấn nút tất cả các tầng, và xuống ngay khi thang máy dừng.
- Nếu bị kẹt trong thang máy, nhấn nút khẩn cấp.

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 Khi đang lái xe ô tô :

- Giảm tốc độ, dừng xe ở lề đường bên trái.
- Không ra khỏi xe cho đến khi bớt rung chuyển, kiểm tra thông tin từ radio trên xe ô tô.
- Đi lánh nạn để lại xe với chìa khóa cắm sẵn và cửa không khóa.

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 Khi đang ở gần bờ biển, bờ sông, vách núi:

- Đi lánh nạn ở nơi cao ráo.
- Nhanh chóng tránh xa bờ biển, bờ sông, vách núi.

4 海岸や川べり・がけの近く

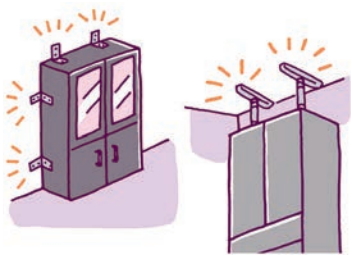
- 高い所に避難する。
- がけの近く・海岸や川べりから早めに避難する。



II Phòng chống thiên tai II 災害にそなえて

1 Phòng chống động đất 1 地震へのそなえ

Bên trong và xung quanh nhà ở 家の中や自宅のまわり



1 Tủ, kệ trong nhà cần lắp đặt thiết bị cố định tránh gây ngã đổ.

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 Chú ý cách xếp đặt tủ kệ trong nhà. Không để vật nặng trên đầu tủ kệ.

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 Cửa kính cần dán phim chống vỡ kính khi bị vỡ, bể.

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 Kiểm tra và sắp xếp lại vật dụng để ngoài ban công, tránh rơi xuống gây nguy hiểm.

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 Cách liên lạc 2 連絡方法

Hằng ngày, cần bàn bạc với gia đình cách liên lạc và nơi tập trung khi các thành viên trong gia đình bị chia cách khi thiên tai.

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

1) Dịch vụ bảng tin khẩn khi có thiên tai 災害用伝言板サービス

Khi có thiên tai lớn xảy ra, màn hình điện thoại di động sẽ hiển thị hướng dẫn "Bắt đầu sử dụng bảng tin khẩn khi có thiên tai". Để biết có dịch vụ này hay không và nội dung như thế nào, vui lòng kiểm tra trên website các công ty điện thoại. (Dịch vụ này chỉ hỗ trợ tiếng Nhật)

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)

※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。

※Một số điện thoại không thể đọc mã QR dưới đây.

■ NTT DOCOMO NTTドコモ

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

1 ▶ i-mode : 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 : 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/dengon/>

1 ▶ iPhone : iPhone用アプリのダウンロード :

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

2 ▶ Smartphone : 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-dengon/>

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

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

2 ▶ Future phone : auケータイでの利用方法 :

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



au

1 Smart phone
iPhone

2 Future phone

■ Y! mobile ワイモバイル

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



Y!mobile

2) Dịch vụ nhắn tin khi thiên tai 171 災害用伝言ダイヤル 171

Dịch vụ nhắn tin khi thiên tai 171 do NTT cung cấp có thể ghi âm và nghe tin nhắn bằng điện thoại (điện thoại cố định, điện thoại công cộng) để thông báo và xác nhận an toàn của gia đình và người thân khi có thiên tai lớn xảy ra.

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。

- * Có thể nhắn tin tới số 171 bằng điện thoại di động. Vui lòng liên hệ các công ty điện thoại để biết thêm chi tiết.
- * Mỗi tin nhắn tối đa 30 giây và được lưu đến khi ngừng cung cấp dịch vụ này.
- * Đây là dịch vụ nhắn tin miễn phí; tuy nhiên khi sử dụng công ty điện thoại khác ngoài NTT thì cần liên lạc các công ty điện thoại để biết thêm chi tiết.
- ▶ Thông tin này (dịch vụ nhắn tin khi thiên tai 171) được soạn thảo tại thời điểm phát hành tài liệu hướng dẫn và có thể bị sửa đổi trong tương lai. Vui lòng truy cập trang web NTT Nishi-Nihon/NTT Higashi-Nihon để có thể cập nhật thông tin mới nhất.

- * 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です。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 **Người đang ở vùng bị thiên tai:** nhấn số điện thoại nhà của mình hoặc số điện thoại cố định / số di động của người ở vùng bị thiên tai cần liên lạc.
Người ở ngoài vùng bị thiên tai: nhấn số điện thoại cố định / số di động của người ở vùng bị thiên tai cần liên lạc.
- *2 Nhấn số 8 khi muốn ghi âm lại.
- *3 Nhấn số 8 để nghe lại tin nhắn. Nhấn số 9 để nghe tin nhắn tiếp theo, nhấn số 3 để ghi âm thêm sau khi nghe tin nhắn.

- *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) Dịch vụ tin nhắn bằng giọng nói chuyên dụng khi xảy ra thiên tai 災害用音声お届けサービス(スマートフォン)

Nếu download sẵn ứng dụng dành riêng cho smart phone, ngay cả khi điện thoại không có sóng, bạn nhập số điện thoại người bạn muốn gọi, và nói vào micro thì tin nhắn ghi âm sẽ được gửi đi.

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く(メッセージ)で音声をお届けられます。

3 Thu thập thông tin 3 情報の入手

1) Truy cập website "Osaka Bosai Net." 「おおさか防災ネット」へのアクセス

"Osaka bosai net" là website cung cấp thông tin về phòng chống thiên tai trên toàn Phủ Osaka như :thời tiết biến động, động đất, v.v.. cũng như các thông tin thiệt hại và lánh nạn khi có thiên tai. Hãy thường xuyên kiểm tra các địa chỉ liên lạc khẩn cấp... khi có thiên tai.

「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。

- [Web tiếng Nhật] <http://www.osaka-bousai.net/pref/index.html>
- [Web tiếng Anh] <http://www.osaka-bousai.net.e.add.hp.transer.com/pref/index.html>
- [Web tiếng Trung Quốc] <http://www.osaka-bousai.net.c.add.hp.transer.com/pref/index.html>
- [Web tiếng Hàn Quốc] <http://www.osaka-bousai.net.k.add.hp.transer.com/pref/index.html>
- [Bản Twitter] [@osaka_bousai](https://twitter.com/osaka_bousai)



2) Truy cập và đăng ký vào website "Thông tin phòng chống thiên tai" phiên bản điện thoại di động 携帯電話用サイト(「防災情報メール」)へのアクセス・登録

Khi xảy ra thiên tai, từ điện thoại di động vui lòng truy cập website cho điện thoại của "Osaka bosai net" (<http://www.osaka-bousai.net.e.add.hp.transer.com/mobile/pref/MobilePreventInfoMail.html>). Bạn có thể nhận được các thông tin khẩn cấp, lệnh yêu cầu lánh nạn v.v.. Nếu bạn đăng ký vào website này, thì khi có thiên tai, các thông tin về lánh nạn sẽ được gửi e-mail đến di động của bạn.

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と、災害の時に避難に関する情報などが配信されます。

Cách đăng ký
登録方法

Gửi E-mail
メール作成 (新規)

To 宛先

Tựa đề 件名

Nội dung 本文

Gửi 送信

E-mail nhận thông tin
受信メール

Tựa đề 件名

Nội dung 本文

Truy cập link bên dưới để đăng ký.

以下の URL にアクセスし、ユーザー登録を行ってください。

■ Đăng lý 登録
<http://mail.osaka-...>

■ Gỡ bỏ đăng ký 解除
<http://mail.osaka-...>

Điều khoản dịch vụ
利用規約

* * * * *

* * * * *

* * * * *

* * * * *

* * * * *

Đồng ý 同意する

Không đồng ý 同意しない

Vùng nhận thông tin
(có thể chọn nhiều vùng)
配信地域

Tất cả các vùng 全域指定
 All Areas 大阪府全域

Chọn vùng 区域指定
 * * * * * * * *

Chọn thành phố, quận huyện xã 市町村指定
 * * * * * * * *

Tiếp theo 次へ

Xóa mục đã chọn
選択項目のクリア

- ① Gửi e-mail không văn bản đến email "regist-eng@osaka-bousai.net".
- ② Truy cập vào link trong mail phản hồi từ hệ thống.
- ③ Chọn "Đồng ý" các điều khoản sử dụng trên màn hình.
- ④ Ở màn hình chọn vùng nhận thông tin, chọn các vùng, khu vực muốn nhận thông tin. Sau đó chọn "Tiếp theo" và chọn "Đăng ký" ở màn hình xác nhận cuối cùng.
- 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 Điều cần nhớ khi có thiên tai 4 災害へのこころえ

72 tiếng sau khi thiên tai lớn xảy ra rất quan trọng vì đó là thời gian có thể sinh tồn.

Nên trong sinh hoạt hằng ngày cần chuẩn bị các biện pháp cần thiết để phòng chống thiên tai.

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。

Chuẩn bị túi đồ cần mang theo khi khẩn cấp 非常持出品

Các đồ dùng cần thiết mang theo khi lánh nạn gom chung vào túi. Và để túi đó ở nơi có thể lấy đi ngay. Nên tính toán để chuẩn bị các đồ dùng phù hợp với các thành viên gia đình và tình hình sinh hoạt của nhà mình.

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。



Chuẩn bị đồ dùng dự phòng 備蓄品

Khi thiên tai xảy ra có thể bị mất điện, nước, gas, thông tin v.v.. Trong khi chờ khôi phục lại, nên chuẩn bị sẵn nước uống, thức ăn, đồ dùng sinh hoạt có thể dùng trong 3 ngày đến 1 tuần.

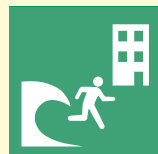


災害がおきたときは、水、電気、ガス、通信などのライフラインが止まる可能性があります。復旧までの間の水や食料、生活用品を、3日間、できれば1週間そなえておきましょう。

Kiểm tra chỗ lánh nạn 避難所の確認

Tìm và xác định chỗ lánh nạn ở gần nhà.

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。



Tòa nhà tránh sóng thần

Ở vùng có nguy cơ bị ngập nước, sau khi động đất rung chấn giảm, phải đi lánh nạn lên chỗ cao, hoặc các tòa nhà bê tông cao trên 3 tầng. Chú ý không được quay về nhà cho đến khi hết lệnh lánh nạn/chú ý sóng thần. Vị trí các tòa nhà tránh sóng thần nên tìm hiểu trước trên bản đồ phòng tránh thiên tai của địa phương.

【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。



Chỗ lánh nạn

Đây là chỗ để tạm thời bảo vệ mình khi có thiên tai xảy ra như: động đất. Mọi người nên tìm hiểu trước vị trí chỗ lánh nạn trên bản đồ phòng tránh thiên tai của địa phương.

【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。

Tham gia các hoạt động diễn tập và lớp tập huấn phòng chống thiên tai 防災活動(訓練・研修会)への参加

Nên tích cực tham gia huấn luyện phòng chống thiên tai được tổ chức tại nơi đang cư trú.



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。

[Tài liệu 1] Danh sách Lãnh sự quán ở khu vực Kansai

資料1 在関西総領事館

Tên lãnh sự quán 総領事館・領事館	Địa chỉ 住所	Số điện thoại 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 御堂筋グラントワー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

[Tài liệu 2] **資料 2** **非常持出品／備蓄品リスト**

Danh sách đồ mang theo khi khẩn cấp/đồ dự phòng

Để hạn chế tối đa thiệt hại khi xảy ra thiên tai, nên chuẩn bị sẵn “đồ mang theo khi khẩn cấp”. Và cũng cần chuẩn bị “đồ dự phòng” (tối thiểu là 3 ngày, nếu được thì 7 ngày) để tự lo cho bản thân trong khi chờ đồ cứu viện đến. Vui lòng tham khảo danh sách bên dưới để chuẩn bị những thứ cần thiết cho gia đình mình.



災害時の被害を最小限に抑えるために、避難時にすぐ持ち出せる「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、自分の家庭で必要なものを準備しておきましょう。

■ Danh sách đồ mang theo khi khẩn cấp **■ 非常持出品リスト**

Đồ dùng cơ bản (cần thiết cho mọi gia đình) 基本品目 あらゆる家庭に共通して必要									
Phân loại カテゴリ	Kiểm tra チェック	Đồ dùng 品名	Ngày kiểm tra 点検日		Phân loại カテゴリ	Kiểm tra チェック	Đồ dùng 品名	Ngày kiểm tra 点検日	
			Lần 1 1回目	Lần 2 2回目				Lần 1 1回目	Lần 2 2回目
Thực ăn nước uống 食料・飲料	<input type="checkbox"/>	Nước uống 飲料水	/	/	Khác その他	<input type="checkbox"/>	Pin 乾電池	/	/
	<input type="checkbox"/>	Thức ăn dự phòng (đồ hộp, bánh mì hộp, v.v.) 乾パン・缶詰等非常食	/	/		<input type="checkbox"/>	Đèn cầy / hộp quẹt (bật lửa) ローソク/ライター	/	/
Đồ dùng sinh hoạt 生活用品	<input type="checkbox"/>	Bao tay bảo hộ 軍手	/	/		<input type="checkbox"/>	Sạc pin điện thoại/ Sạc dự phòng 携帯電話の充電器/モバイルバッテリー	/	/
	<input type="checkbox"/>	Khăn lông タオル	/	/		<input type="checkbox"/>	Dao đa năng アーミーナイフ	/	/
	<input type="checkbox"/>	Bao nylon ポリ袋	/	/		<input type="checkbox"/>	Nón bảo hiểm (đệm bảo hộ) ヘルメット(防災ずきん)	/	/
Đồ quý giá 貴重品	<input type="checkbox"/>	Giấy vệ sinh / Khăn giấy ướt トイレットペーパー/ウェットティッシュ	/	/		<input type="checkbox"/>	Toilet dã chiến 簡易トイレ	/	/
	<input type="checkbox"/>	Tiền mặt (tiền xu) 現金(小銭)	/	/		<input type="checkbox"/>	Dầu gội đầu không cần nước 水を使わないシャンプー	/	/
	<input type="checkbox"/>	Điện thoại di động 携帯電話	/	/		<input type="checkbox"/>	Giày くつ	/	/
	<input type="checkbox"/>	Sổ ngân hàng / Con dấu (mộc) 預金通帳/印鑑	/	/		<input type="checkbox"/>	Hộp cứu thương / Thuốc / Nhiệt kế 救急医療品/常備薬/体温計	/	/
	<input type="checkbox"/>	Thẻ bảo hiểm / Bằng lái xe 健康保険証写/運転免許証	/	/		<input type="checkbox"/>	Cồn khử trùng/ sát khuẩn アルコール消毒薬	/	/
Khác その他	<input type="checkbox"/>	Passport パスポート	/	/	<input type="checkbox"/>	Khẩu trang マスク	/	/	
	<input type="checkbox"/>	Thẻ cư trú 在留カード	/	/	<input type="checkbox"/>	Giấy viết 筆記用具	/	/	
	<input type="checkbox"/>	Đèn pin 懐中電灯	/	/	<input type="checkbox"/>	Quần áo (bao gồm đồ lót) 上着/下着	/	/	
	<input type="checkbox"/>	Radio cầm tay 携帯ラジオ	/	/					

■ Danh sách đồ dự phòng **■ 備蓄品リスト**

Phân loại カテゴリ	Kiểm tra チェック	Đồ dùng 品名	Ngày kiểm tra 点検日		Phân loại カテゴリ	Kiểm tra チェック	Đồ dùng 品名	Ngày kiểm tra 点検日	
			Lần 1 1回目	Lần 2 2回目				Lần 1 1回目	Lần 2 2回目
Thực ăn nước uống 食料・飲料	<input type="checkbox"/>	Nước uống 飲料水	/	/	Khác その他	<input type="checkbox"/>	Cồn sáp 固形燃料	/	/
	<input type="checkbox"/>	Thức ăn (đồ ăn sẵn đóng gói, đồ hộp, bánh kẹo, v.v.) 食料(レトルト食品/缶詰/お菓子など)	/	/		<input type="checkbox"/>	Chăn mền / Túi ngủ 毛布/寝袋	/	/
Đồ dùng sinh hoạt 生活用品	<input type="checkbox"/>	Đồ dùng đánh răng, rửa mặt 洗面用具	/	/		<input type="checkbox"/>	Miếng dán giữ ấm Kairo 使い捨てカイロ	/	/
	<input type="checkbox"/>	Nồi / Ấm nước 鍋/やかん	/	/		<input type="checkbox"/>	Giấy báo 新聞紙	/	/
	<input type="checkbox"/>	Đũa dùng 1 lần, đĩa giấy, ly cốc giấy v.v.. 簡易食器(わりばし/紙皿/紙コップなど)	/	/		<input type="checkbox"/>	Khẩu trang マスク	/	/
	<input type="checkbox"/>	Giấy vệ sinh / Khăn giấy ướt トイレットペーパー/ウェットティッシュ	/	/		<input type="checkbox"/>	Cồn khử trùng/ sát khuẩn アルコール消毒薬	/	/
	<input type="checkbox"/>	Nylon / Giấy bạc bọc thực phẩm ラップ/アルミホイル	/	/		<input type="checkbox"/>	Dụng cụ (Dây thừng / xẻng, v.v.) 工具類(ロープ/スコップなど)	/	/
	<input type="checkbox"/>	Bếp gas mini / bình gas mini 卓上コンロ/ガスボンベ	/	/		<input type="checkbox"/>	Toilet dã chiến 簡易トイレ	/	/
						<input type="checkbox"/>	Áo mưa, đồ che mưa 雨具	/	/

[Tài liệu 3] 資料3 防災メモ

Ghi chú phòng khi thiên tai

■ Thông tin cá nhân của tôi ■ 本人	
Họ tên 名前	
Địa chỉ ở Nhật Bản 住所	
Số điện thoại 電話番号	
Số điện thoại di động 携帯番号	
Địa chỉ E-mail (PC) メールアドレス	
Địa chỉ E-mail (di động) 携帯メールアドレス	
Họ tên người sống chung 同居者氏名	

■ Thông tin gia đình / người thân / bạn bè ■ 家族・知り合い連絡先	
Họ tên 名前	
Địa chỉ 住所	
Số điện thoại 電話番号	
Số điện thoại di động 携帯番号	
Địa chỉ E-mail (PC) メールアドレス	
Địa chỉ E-mail (di động) 携帯メールアドレス	
Quan hệ 本人との関係	

Họ tên 名前	
Địa chỉ 住所	
Số điện thoại 電話番号	
Số điện thoại di động 携帯番号	
Địa chỉ E-mail (PC) メールアドレス	
Địa chỉ E-mail (di động) 携帯メールアドレス	
Quan hệ 本人との関係	

■ Số liên lạc cần thiết ■ 必要な連絡先	
Cứu hỏa (Hoả hoạn, Xe cấp cứu) 消防署 (火事、救急車)	119
Cảnh sát 警察署	110
Cảnh sát biển 海上保安庁	118
Số nhắn tin khi thiên tai 災害用伝言ダイヤル	171
Ủy ban thành phố 市役所	
Ủy ban quận 区役所	
Ủy ban phường 町役場	
Tổng lãnh sự quán / Đại sứ quán 大使館・領事館	
Điện 電気	
Gas ガス	
Nước 水道	
Chỗ lánh nạn 避難場所	
Chỗ hẹn tập hợp gia đình 家族との集合場所	
Khác 其他必要な連絡先	

[Tài liệu 4] 資料4 近くの避難場所の検索

Cách tìm chỗ lánh nạn gần nhất

〈Phiên bản cho máy tính〉

YAHOO! Thời tiết và Thiên tai “Bản đồ chỗ lánh nạn”(Chỉ dùng tiếng Nhật)

〈PC版〉YAHOO! 天気・災害 “避難場所マップ”(日本語のみ)

Trong lúc thiên tai nguy hiểm, có thể tìm kiếm chỗ lánh nạn của địa phương chi định.

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 **YAHOO 避難場所マップ** **検索**

② Nhập địa chỉ cần tìm chỗ lánh nạn
探したい避難場所の周辺住所を入力



③ Click (nhấn chuột) vào chỗ lánh nạn muốn tìm hiểu, thì thông tin chi tiết sẽ hiện ra
知りたい避難場所をクリックすると、詳細が表示される



〈Ứng dụng cho điện thoại smart phone〉

Thông tin phòng chống thiên tai “Hướng dẫn chỗ lánh nạn toàn quốc”

(Chỉ dùng tiếng Nhật, tiếng Anh, tiếng Trung Quốc, tiếng Hàn Quốc)

〈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)

Đây là ứng dụng bản đồ định vị, được tích hợp thông tin của khoảng 130.000 chỗ lánh nạn khi thiên tai của các khu vực toàn quốc. Ứng dụng cho phép tìm kiếm chỗ lánh nạn xung quanh vị trí hiện tại của Bạn, và hướng dẫn đường đến chỗ lánh nạn. Dùng điện thoại smart phone đọc mã QR, và download ứng dụng để dùng khi cần thiết.

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**

Nơi phát hành :

Ban Quốc tế, Cục phát triển nét đẹp thành phố, Phòng Văn hóa Phủ Osaka (Hiệp hội quốc tế hóa vùng tự trị, Chi cục phủ Osaka)

Chính phủ Osaka Sakishima Building 37F,
1-14-16 Nanko Kita, Suminoe-ku, Osaka, 559-8555

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

Phát hành : Tháng 3 năm 2021

Giám sát : Phòng quản lý rủi ro

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

Ứng dụng • trang web thông tin đa ngôn ngữ về thảm họa Tỉnh Osaka.

大阪府災害多言語情報ウェブサイト・アプリ



Osaka Safe Travels

“Osaka Safe Travels” là một ứng dụng miễn phí dành cho điện thoại di động, nơi có thể cung cấp những thông tin khi xảy ra thiên tai bằng nhiều thứ tiếng khác nhau. Ngoài những thông tin về nơi lánh nạn hay thiên tai, ứng dụng còn cung cấp cho người nước ngoài các thông tin hữu ích như số điện thoại liên lạc khẩn cấp hay các thông tin về tổng lãnh sự quán các nước tại Osaka, v.v. Hãy tải app “Osaka Safe Travels” ngay bây giờ để có được những thông tin hữu ích!

「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！

Ngôn ngữ được hỗ trợ 対応言語

日本語 (Tiếng Nhật Bản)
English (英語 / Tiếng Anh)
中文简体 (中国語简体字 / Tiếng Trung Quốc Chữ Hán Đơn Giản)
中文繁體 (中国語繁体字 / Tiếng Trung Quốc Chữ Hán Truyền Thống)
한국어 (韓国語 / Tiếng Hàn Quốc)
Português (ポルトガル語 / Tiếng Bồ Đào Nha)
Español (スペイン語 / Tiếng Tây Ban Nha)
Tiếng Việt (ベトナム語)
Filipino (フィリピン語 / Tiếng Philippines)
ไทย (タイ語 / Tiếng Thái Lan)
Bahasa Indonesia (インドネシア語 / Tiếng Indonesia)
नेपाली (ネパール語 / Tiếng Nepal)

Osaka Safe Travels

Website

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



GET IT ON
Google Play

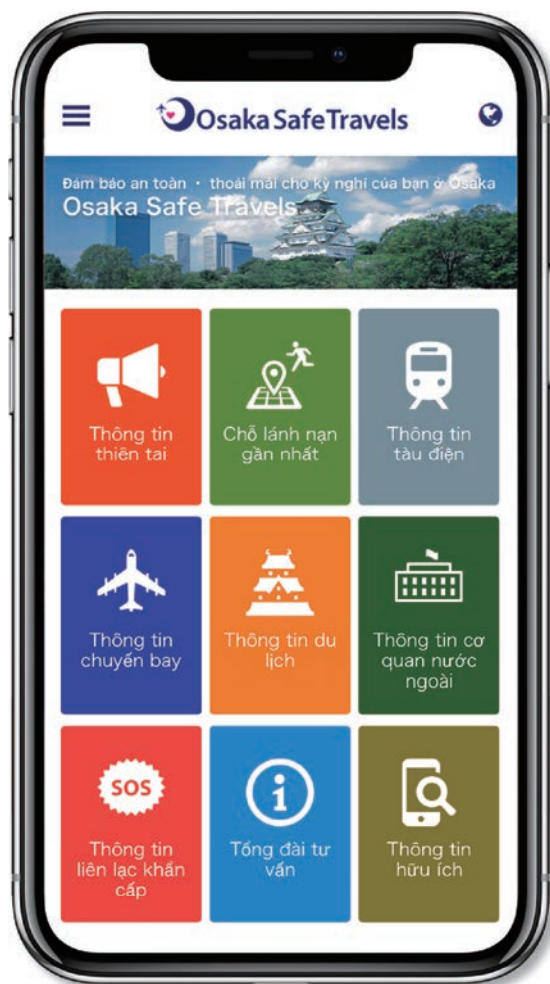


▲ Android

Available on the
App Store



▲ iPhone



Các thông tin chủ yếu 主な情報



Thông tin thiên tai 災害情報

Khi có thảm họa xảy ra, phát sinh động đất hoặc sóng thần, thì ứng dụng này sẽ tự động reo lên (push) thông báo cho bạn biết.

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。



Chỗ lánh nạn gần nhất 現在地・避難情報

Bằng cách xử dụng dịch vụ thông tin vị trí, bạn có thể tìm kiếm vị trí hiện tại, nơi sơ tán xung quanh đó, trong bảng đồ v.v...

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。



Thông tin chuyến bay 空港情報

Ngoài ra Bạn còn có thể kiểm tra thông tin các chuyến bay của sân bay quốc tế Kansai và tình trạng hoạt động của các tuyến đường sắt, xe buýt, v.v.. đến sân bay.

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。



Thông tin tàu điện 鉄道情報

Bạn có thể xác nhận ngay lập tức trên bản đồ tình hình các tuyến đường sắt bị chậm trễ hay bị ngưng hoạt động.

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。



Thông tin cơ quan nước ngoài 外国機関情報

Bạn có thể kiểm tra thông tin của Đại sứ quán và tổng lãnh sự quán, v.v.

大使館や総領事館等の情報を確認できます。

Động đất

地震

1 Trận động đất lớn đã xảy ra. Trận động đất này không có sóng thần đi kèm.

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。

- ・ Hãy bình tĩnh và bảo đảm an toàn cho bản thân.
- ・ Lưu ý đề phòng dư chấn.
- ・ Tàu điện, xe buýt và máy bay có khả năng bị dừng hoạt động.
- ・ Cập nhật thông tin về giao thông tại Osaka 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 Trận động đất lớn đã xảy ra. Có khả năng xảy ra sóng thần. Tránh xa khu vực gần sông và biển, cố gắng lánh nạn tại nơi có địa hình cao.

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。

- ・ Hãy bình tĩnh và bảo đảm an toàn cho bản thân.
- ・ Không chú quan về nơi ở hiện tại mà hãy tìm kiếm khu vực lánh nạn ở vị trí cao hơn nữa.
- ・ Sóng thần có thể sẽ xảy ra liên tiếp, vui lòng không rời khu vực an toàn cho đến khi cảnh báo sóng thần được gỡ bỏ.

- ・ 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 Lưu ý đề phòng dư chấn. Nếu xảy ra động đất, hãy bình tĩnh và bảo đảm bản thân an toàn.

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。

- ・ Sau khi một trận động đất lớn xảy ra, dư chấn có thể sẽ xuất hiện liên tiếp vài lần nữa.
- ・ Dư chấn sẽ dần dần ít đi, tuy nhiên các đợt rung mạnh có khả năng sẽ diễn ra.
- ・ Nếu xảy ra động đất, hãy bình tĩnh và bảo đảm bản thân an toàn.

- ・ 大きな地震のあとには、余震が何度も続きます。
- ・ 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。

< Khi đang ở trong nhà >

- 1 Bảo đảm bản thân an toàn: Khi cảm thấy có rung lắc, ngay lập tức trốn dưới gầm bàn.
- 2 Nhanh chóng xử lý lửa: Tắt nguồn lửa của các dụng cụ sử dụng ga, khoá van ga.
- 3 Nếu xảy ra cháy, đầu tiên cần phải dập lửa: Dập lửa bằng bình cứu hoả.
- 4 Bảo đảm lối thoát hiểm: Không vội vã nhảy ra ngoài. Bình tĩnh mở cửa và đảm bảo đường lui.
- 5 Kiểm tra vật dụng cần khi khẩn cấp: Kiểm tra lại đồ mang theo lánh nạn khi khẩn cấp đã chuẩn bị từ trước.
- 6 Cập nhật thông tin động đất: Cập nhật thông tin động đất qua đài radio,...

- ・ 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。

< Khi đang ra ngoài >

- 1 Khi đang ở nơi làm việc, ở trường: Chui xuống gầm bàn. Tránh xa khu vực giá sách và cửa sổ.
- 2 Khi đang ở trong thang máy: Ấn nút tất cả các tầng, ra ở tầng thang máy dừng đầu tiên. Nếu bị kẹt, ấn nút cứu hộ khẩn cấp.
- 3 Khi đang lái xe: Giảm tốc độ, tấp vào lề trái ngay lập tức. Không ra khỏi xe cho đến khi ngừng rung, cập nhật thông tin qua đài radio của ô tô. Không khoá xe mà hãy đi lánh nạn ngay lập tức.
- 4 Khi đang ở gần khu vực bờ biển, bờ sông: Tìm kiếm và lánh nạn ở nơi có địa hình cao, tránh xa khu vực bờ biển, bờ sông càng nhanh càng tốt.

- ・ 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。
- ・ エレベーターの中にいるとき: 全ての階のボタンを押す、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。
- ・ 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。
- ・ 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。"

Mưa lớn

大雨

4 Từ ngày ____ đến ngày ____, dự báo sẽ xảy ra mưa lớn.

__日から__日にかけて、大雨となる予報が出ています。

- ・ Do ảnh hưởng của mưa lớn, có khả năng sẽ xảy ra lũ lụt và sạt lở đất, rất nguy hiểm.
- ・ Không lại gần các khu vực biển, sông, núi.
- ・ Có thể tìm kiếm thông tin nơi lánh nạn và cập nhật thông tin thời tiết qua trang web "Osaka bosai net".

Tiếng Nhật: <https://www.osaka-bousai.net>

Tiếng Anh: <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 Dự báo siêu bão số _____ sẽ tiến vào tỉnh Osaka ngày _____. Chú ý đề phòng gió mạnh và mưa lớn.

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。

- ・ Gió mạnh sẽ khiến đồ vật bay tứ tung, cần chú ý hạn chế ra ngoài.
- ・ Khi bão đến gần, do ảnh hưởng của mưa lớn, có khả năng sẽ xảy ra lũ lụt và sạt lở đất, rất nguy hiểm. Không lại gần các khu vực biển, sông, núi.
- ・ Tàu điện, xe buýt và máy bay có khả năng dừng hoạt động..
- ・ Cập nhật thông tin về giao thông tại Osaka Safe Travels.

- ・ 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 Do ảnh hưởng của bão, các hãng hàng không có khả năng sẽ giảm chuyến hoặc dừng hoạt động.

台風の影響で、電車が減便・運休になる可能性があります。

- ・ Do bão có khả năng đổ bộ từ ngày ____ đến ngày ____, hãng đường sắt phía tây Nhật Bản JR đã ra thông báo sẽ giảm chuyến, dừng hoạt động các tuyến so với thông thường.
- ・ (Ngoài ____), các tuyến tàu khác cũng có khả năng dừng hoạt động.
- ・ Cập nhật thông tin đường sắt tại Osaka Safe Travels.

- ・ 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るとして発表しました。
- ・ (____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 Do ảnh hưởng của bão, các hãng hàng không có khả năng sẽ giảm chuyến hoặc dừng hoạt động.

台風の影響で、電車が減便・運休になる可能性があります。

- ・ Cập nhật thông tin hàng không tại Osaka Safe Travels.

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

8 Thời điểm hiện tại, hh giờ mm phút sáng/chiều ngày DD tháng MM, tỉnh Osaka ra thông báo lánh nạn tại khu vực _____.

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。

- ・ Cập nhật thông tin lánh nạn khu vực bạn đang sống và sơ tán ngay lập tức.
- ・ Có thể tìm kiếm thông tin nơi lánh nạn và thông tin sơ tán qua trang web "Osaka bosai net".

Tiếng Nhật: <https://www.osaka-bousai.net>

Tiếng Anh: <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 Chú ý ngăn ngừa hội chứng hạ thấp phổ thông! Vận động cơ thể thường xuyên là cực kỳ quan trọng.

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。

- ・ Hội chứng hạ thấp phổ thông là hội chứng bệnh do ngồi lâu ở một tư thế mà hình thành các cục máu đông ở chân, khiến mạch máu ở phổi bị tắc nghẽn, dẫn đến suy hô hấp. Trường hợp xấu nhất có thể dẫn đến tử vong.
- ・ Biện pháp phòng tránh tốt nhất là đi bộ, do vậy hãy đi lại thường xuyên. Nếu việc đi lại gặp khó khăn, việc mát-xa bắp chân cũng là một biện pháp hiệu quả. Ngoài ra, bổ sung đủ nước, hít thở sâu, kê chân cao khi ngủ,... cũng là các cách phòng tránh hiệu quả.
- ・ Vận động cơ thể cũng là việc quan trọng để thay đổi tâm trạng.

- ・ 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、動かないでいると、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 Thời điểm hiện tại, hh giờ mm phút sáng/chiều ngày DD tháng MM, khu vực ____ tỉnh Osaka bị cắt điện.**Để đảm bảo an toàn, hãy để công tắc điện ở chế độ "Tắt".**

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。

- ・ Có thể cập nhật tình trạng cắt điện tại trang chủ của công ty điện lực Kansai (tiếng Nhật, tiếng Anh).

Tiếng Nhật: <https://www.kansai-td.co.jp/teiden-info/index.php>Tiếng Anh: <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** Thời điểm hiện tại, hh giờ mm phút sáng/chiều ngày DD tháng MM, khu vực ____ tỉnh Osaka bị cắt nước.

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。

- ・ Cập nhật thông tin của đơn vị cung cấp nước tại khu vực bạn đang sống tại trang web "Osaka bosai net".

Tiếng Nhật: <https://www.osaka-bosai.net/27000/waterworks-list.html>Tiếng Anh: <https://www.osaka-bosai.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-bosai.net/27000/waterworks-list.html>英語: <https://www.osaka-bosai.net.e.add.hp.transer.com/27000/waterworks-list.html>**12** Thời điểm hiện tại, hh giờ mm phút sáng/chiều ngày DD tháng MM, khu vực ____ tỉnh Osaka bị rò rỉ ga. Nghiêm cấm sử dụng lửa.

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。

- ・ Đối với các công dân sinh sống tại khu vực ____, vui lòng không sử dụng lửa cho đến khi có thông tin đảm bảo an toàn.

- ・ __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 Có khả năng ga sẽ bị tạm ngừng cung cấp do ảnh hưởng của động đất. Trong trường hợp không sử dụng được ga, hãy tìm hiểu cách ứng phó trên trang chủ của công ty Osaka Gas.

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。

- ・ Trang chủ của công ty Osaka Gas (chỉ khi khẩn cấp)

Tiếng Nhật: <https://network.osakagas.co.jp/emergent/disaster.html#emergency>Tiếng Anh: <https://network.osakagas.co.jp/en/index.html#emergency>

- ・ Vui lòng xem video "Các bước khôi phục đồng hồ ga" dưới đây (tiếng Nhật, tiếng Anh) để nắm được biện pháp khôi phục khi không thể sử dụng ga.

<https://www.youtube.com/embed/0YSmTuE4r2E>

- ・ Cập nhật tình trạng ga bị tạm ngừng cung cấp tại đây (tiếng Nhật)

<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/0YSmTuE4r2E>

- ・ 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** Cổng thông tin tư vấn đa ngôn ngữ (điện thoại, e-mail)

多言語相談（電話・メール）の案内

- ・ Quỹ Giao lưu Quốc tế tỉnh Osaka (OFIX) hiện đang tiếp nhận tư vấn đa ngôn ngữ về ____ xảy ra vào ____/____.

< Tư vấn qua điện thoại >

06-6941-2297

Ngôn ngữ hỗ trợ: Tiếng Anh, Trung, Hàn - Triều Tiên, Bồ Đào Nha, Tây Ban Nha, Việt, Philip-pin, Thái, In-đô-nê-xi-a, Nê-pan, Nhật.

< Tư vấn qua e-mail >

Email: jouhou-c@ofix.or.jp

※ Tiếp nhận tư vấn qua e-mail chỉ với tiếng Nhật và tiếng Anh.

※ Chúng tôi sẽ hồi âm theo thứ tự.

- ・ ____/____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。