

บทที่ 2
เหตุฉุกเฉิน ภัยพิบัติ
อาชญากรรม
การจราจร



โคบายาง มาสคอตจังหวัดไซตามะ

- 1 ข้อมูลการติดต่อกรณีฉุกเฉิน
- 2 กฎจราจรของญี่ปุ่น
- 3 อุบัติเหตุจราจร
- 4 การป้องกันอาชญากรรม
- 5 การช่วยเหลือผู้ประสบอาชญากรรม
- 6 ภัยพิบัติทางธรรมชาติ

1 ข้อมูลการติดต่อกรณีฉุกเฉิน

- (1) ไฟไหม้ เจ็บป่วยกะทันหัน บาดเจ็บ ฯลฯ 119

เมื่อต้องการเรียกรถดับเพลิงหรือรถพยาบาล ให้กด 119 เมื่อเจ้าหน้าที่รับสาย

ให้ระบุว่าคุณต้องการรถดับเพลิง (shoubosha) หรือรถพยาบาล (kyuukyuusha)

จากนั้นให้รายละเอียดและที่อยู่ของที่เกิดเหตุฉุกเฉินกับเจ้าหน้าที่ดำเนินการ

ชื่อสถานที่สำคัญที่อยู่ใกล้เคียงที่เกิดเหตุ ชื่อของคุณ และหมายเลขโทรศัพท์ของคุณ

หากคุณใช้รถพยาบาล การขนส่งไปยังสถานพยาบาลไม่เสียค่าใช้จ่าย

แต่คุณต้องรับผิดชอบค่ารักษาพยาบาลที่สถานพยาบาล

โปรดเตรียมบัตรประกันสุขภาพและเงินสดที่จำเป็นให้พร้อม

โรงพยาบาลมีไว้สำหรับผู้ที่มีความจำเป็นต้องนำส่งโรงพยาบาลอย่างเร่งด่วน เช่น
ได้รับบาดเจ็บหรือเจ็บป่วยกะทันหัน กรุณาใช้รถแท็กซี่ ฯลฯ ยกเว้นในกรณีฉุกเฉิน
หากคุณไม่ทราบว่าจะไปโรงพยาบาลใด
บริการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ฉุกเฉินของจังหวัดไชตามะ (# 7119 หรือ 048-824-4199)
จะให้คำแนะนำแก่สถาบันทางการแพทย์ตลอด 24 ชั่วโมง (ยกเว้นวันหยุด คัลยกรรมช่องปาก
และจิตเวช) (สามารถใช้ได้ในภาษาญี่ปุ่น)
นอกจากนี้แผนกดับเพลิงยังแนะนำบริษัทขนส่งผู้ป่วยเอกชน (คิดค่าบริการ)
ที่ได้รับการรับรองจากแผนกดับเพลิงที่สามารถใช้ได้เมื่อเข้าหรือออกจากโรงพยาบาลหรือไปโรงพ
ยาบาล

119 ตัวอย่างการโทร

ในกรณีไฟไหม้: "ไฟไหม้" "○กำลังลุกไหม้"
ในกรณีฉุกเฉิน: "กรุณาส่งรถพยาบาลให้ฉันด้วย"
"กรุณาส่งรถพยาบาล (ฉัน / มีคน) ได้รับความบาดเจ็บจากอุบัติเหตุทางรถยนต์" (ให้รายละเอียดเช่นว่ามีคนติดอยู่ข้างใน ["hasamarete iru"] เป็นต้น)
"กรุณาส่งรถพยาบาลให้ฉันด้วย"
"มีการเจ็บป่วยกะทันหัน (โดยเฉพาะ หหมดสติ ฯลฯ)"
ถัดต่อไป
สถานที่: "สถานที่คือ ○ เมือง ○ ที่อยู่ หมายเลขโทรศัพท์คือ ○○○ — ○○○○ มี ○○ บริเวณใกล้เคียง"
"ข้อมูลผู้โทร: "ฉันชื่อ○○"

(2) ตำรวจ-110

เมื่อคุณตกเป็นเหยื่อของอาชญากรรม ประสบอุบัติเหตุบนท้องถนน หรือโทรแจ้งตำรวจฉุกเฉิน หากคุณตกเป็นเหยื่อของอาชญากรรมหรือเกี่ยวข้องกับอุบัติเหตุจราจร กรุณาโทรศัพท์แจ้งตำรวจที่หมายเลข 110 ทันที เมื่อตำรวจถาม ให้เล่าว่าเกิดอะไรขึ้น (มีผู้ได้รับบาดเจ็บหรือไม่ ผู้ต้องหายังอยู่หรือไม่ เป็นต้น) จากนั้นให้ตอบคำถามอย่างใจเย็นที่สุดว่าเหตุการณ์เกิดขึ้นเมื่อใด (กันาทีที่แล้ว) ที่ไหน (ที่อยู่และ/หรือจุดสังเกตใกล้เคียง) และสิ่งที่ผู้กระทำความผิดทำ และแจ้งชื่อและเบอร์โทรตามลำดับ

110 ตัวอย่างการโทร

อาชญากรรม: 「"ฉันเจอโจร (คนฉกกระเป๋า) ฉันไม่ได้รับบาดเจ็บ ไม่มีใครได้รับบาดเจ็บ"
เกิดขึ้นกี่โมง: 「ประมาณ 3 นาทีที่แล้ว」
ที่ไหน: 「○ เมือง ○ ที่อยู่ มีที่ทำการไปรษณีย์ ○○ อยู่ในบริเวณใกล้เคียง」
ข้อมูลเกี่ยวกับอาชญากร: 「คนสองคนขี่มอเตอร์ไซด์ ○○ รังหนีไปมุ่งหน้าไปยังสถานี ○○」
ข้อมูลผู้โทร: 「ฉันชื่อ ○○ หมายเลขโทรศัพท์ ○○○ — ○○○○」

(3) โทรจากโทรศัพท์สาธารณะ (โทรฉุกเฉินฟรี)

① โทรศัพท์สาธารณะสีเขียว

สำหรับโทรศัพท์ที่มีปุ่มโทรฉุกเฉินสีแดง

: ยกหูโทรศัพท์แล้วกดปุ่มโทรฉุกเฉินสีแดง จากนั้นกด 110 หรือ 119

แล้วพูด

สำหรับโทรศัพท์ที่ไม่มีปุ่มโทรฉุกเฉินสีแดง

: ยกหูโทรศัพท์แล้วโทร 110 หรือ 119

② โทรศัพท์สาธารณะสีเทา (โทรศัพท์สาธารณะดิจิทัล): ยกหูโทรศัพท์แล้วกด 110 หรือ 119

(4) อีเมล / แฟกซ์ 110

อีเมล110 <http://saitama110.jp/>

แฟกซ์ 110 0120-264-110

2 กฎจราจรของญี่ปุ่น

(1) กฎจราจรเบื้องต้น

- คนเดินเท้าควรชิดขวา และยานพาหนะเช่นรถยนต์และจักรยานควรชิดซ้าย
- คนเดินเท้ามีความสำคัญเหนือกว่ายานพาหนะ
- ปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจรและป้ายถนน
- ปฏิบัติตามคำแนะนำของตำรวจ

(2) กฎพื้นฐานสำหรับคนเดินเท้า

- หากมีทางเท้าติดกับถนน คนเดินเท้าควรเดินบนทางเท้า
- หากไม่มีทางเท้าหรือแถบข้าง (ทางเท้า) คนเดินเท้าควรเดินบนไหล่ขวาของถนน
- หากมีสัญญาณ (ป้ายเดิน) ที่ทางแยก ควรปฏิบัติตามสัญญาณ
- หากไม่มีทางม้าลาย ให้แสดงเจตนาที่จะข้ามโดยยกมือขึ้น ฯลฯ
- เมื่อข้ามถนน ให้มองขวาและซ้าย และตรวจสอบว่าข้ามได้อย่างปลอดภัย
- สวมชุดสะท้อนแสงและเสื้อผ้าสีสดใสในตอนกลางคืน

(3) กฎพื้นฐานสำหรับจักรยาน

- ตามกฎหมาย จักรยานถือเป็นยานพาหนะขนาดเล็ก

ดังนั้นตามกฎหมายทั่วไปควรขี่ทางด้านซ้ายของถนน

- กรณียกเว้น เมื่อขี่ผ่านบนทางเท้า ต้องให้ความสำคัญกับคนเดินถนนและชะลอความเร็ว
- แม้ว่าจะขี่ผ่านบนทางเท้าได้ แต่ควรให้ความสำคัญกับคนเดินถนนก่อนและขี่ช้าๆ ชิดขอบทาง
- บริเวณทางแยก

ให้ปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจรและหยุดรถเสมอและตรวจสอบความปลอดภัยของสภาพแวดล้อมก่อนขั

าม

- โปรดเปิดไฟในเวลาากลางคืน
- ห้ามเมาแล้วขี่จักรยาน
- โปรดพยายามสวมหมวกกันน็อค
- โปรดสมัครประกันความเสียหายของจักรยาน

※ ในจังหวัดไซตามะเป็นเรื่องบังคับที่จำเป็นต้องทำประกันวินาศภัยสำหรับจักรยาน ฯลฯ

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/jitensya/jitensyajyourei.html>

(4) กฎพื้นฐานสำหรับรถยนต์

- คนไม่มีใบขับขี่ไม่สามารถขับรถได้
- ผู้ที่ดื่มสุราไม่ควรขับรถ
- อย่าลืมนัดเข็มขัดนิรภัยไม่เพียงแต่ในที่นั่งคนขับเท่านั้น

แต่ยังต้องคาดเข็มขัดนิรภัยในที่นั่งผู้โดยสารและเบาะหลังด้วย

- อย่าลืมนำใบขับขี่มาแสดงเมื่อพบปะเด็กอายุต่ำกว่าหกขวบ
- อย่าลืมนัดเข็มขัดนิรภัยในรถเมื่อขี่มอเตอร์ไซด์
- ควรเปิดไฟก่อนที่จะเริ่มจะมืด
- คุณไม่สามารถขับรถขณะใช้โทรศัพท์มือถือ ฯลฯ
- เมื่อขับผ่านถนนที่มีคนเดินบนถนน คุณต้องดูช่วงที่ปลอดภัยหรือขับช้าๆ

(5) กฏสำหรับจักรยานและรถจักรยานยนต์ขนาดเล็ก

- ต้องเป็นรถที่ผ่านการตรวจมาตรฐานการติดตั้ง เครื่องยนต์ในรถจักรยานและจักรยานยนต์เท่านั้น
- ต้องมีป้ายทะเบียนรถ
- ผู้ขับขี่ต้องมีอายุเกิน 16 ปีขึ้นไป
- ห้ามดื่มสุราก่อนขับขี่

3 อุบัติเหตุจราจร

(1) กรณีเกิดอุบัติเหตุทางจราจร

- ① หากมีผู้ได้รับบาดเจ็บ ให้ปฐมพยาบาลผู้บาดเจ็บ ถ้าเป็นไปได้ และเรียกรถพยาบาล 119 ปฐมพยาบาลต่อไปจนกว่ารถพยาบาลจะมาถึง
- ② ย้ายไปที่ที่ปลอดภัยแล้วกด 110 เพื่อแจ้งตำรวจ
- ③ ถามชื่อ ที่อยู่ หมายเลขโทรศัพท์ หมายเลขใบอนุญาตขับขี่ เลขทะเบียน บริษัทประกันภัยประเภทของประกันภัย ฯลฯ กับผู้ที่เกี่ยวข้องในอุบัติเหตุทุกคน
- ④ หากมีพยานบุคคลใด สอบถามข้อมูลการติดต่อ
- ⑤ ติดต่อบริษัทประกันภัยรถยนต์ของคุณ
- ⑥ รับการวินิจฉัยจากแพทย์ทันที

(2) ปริญญาอุบัติเหตุจราจร

ที่ศูนย์ให้คำปรึกษาอุบัติเหตุจราจรจังหวัดไซตามะ

การให้คำปรึกษาในภาษาญี่ปุ่นเกี่ยวกับวิธีการยุติอุบัติเหตุจราจร วิธีเรียกร้องค่าสินไหมทดแทน

วิธีคำนวณค่าชดเชย ฯลฯ ให้บริการตั้งแต่วันจันทร์ถึงวันศุกร์ เวลา 9:00 น. - 12:00 น. และ 13:00

น. เราไปตั้งแต่ 17:00 น. ถึง 17:00 น. (แผนกต้อนรับถึง 16:30 น.) สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม

โปรดติดต่อศูนย์ให้คำปรึกษาอุบัติเหตุจราจร

จุดให้คำปรึกษาและสอบถาม

ชื่อสถาบัน	เบอร์โทร	ที่อยู่	เวลาติดต่อ
------------	----------	---------	------------

ศูนย์ให้คำปรึกษาอุบัติเหตุจราจรจังหวัดไซตามะ	048-830-2963	อาคารราชการจังหวัดไซตามะ ที่ 2 ชั้น 1 ในศูนย์ให้คำปรึกษาจังหวัดทั่วไป 3-15-1 Takasago, Urawa-ku, Saitama-shi	วันจันทร์~วันศุกร์ เว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์และเทศกาลปีใหม่ 9:00~12:00 13:00~17:00 ※ให้คำปรึกษาถึง 16:30
--	--------------	--	--

URL: <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/soudankyuhu/koutuujikosoudan.html>

4 อาชญากรรม

(1) ขโมยจักรยาน

- ① อย่าลืมล็อกไว้เมื่อจอดรถจักรยานที่บ้าน
- ② อย่าลืมล็อกแม้จะเป็นเวลาสั้นๆ
- ③ ติดตัวล็อกคลวด ฯลฯ เพื่อทำเป็นตัวล็อกสองตัว
- ④ หากคุณเป็นเจ้าของจักรยาน โปรดลงทะเบียนเพื่อป้องกันอาชญากรรม

(2) ขโมยแอบเข้า

- ① โปรดติดล็อกตั้งแต่สองตัวขึ้นไปที่ประตูและหน้าต่าง เช่น โดยใช้ตัวล็อกเสริม
- ② อย่าลืมล็อกในขณะที่คุณอยู่ที่บ้านหรือเมื่อคุณไม่อยู่ในช่วงเวลาสั้นๆ

(3) ฉกชิงวิ่งราว

- ① ควรมีฝาครอบป้องกันการฉกฉวยเข้ากับตะกร้าจักรยานของคุณ
- ② ขณะเดิน ให้นำกระเป๋า ฯลฯ ไปไว้ฝั่งตรงข้ามถนน
- ③
กรุณาอย่าเดินในขณะที่ใช้โทรศัพท์มือถือหรือสมาร์ตโฟนหรือฟังเพลงด้วยหูฟังเพราะจะทำให้คุณไม่ค่อยตระหนักถึงสภาพแวดล้อมของคุณ
- ④ ระวังรถจักรยานยนต์และจักรยานเข้ามาจากด้านหลัง

(4) ความปลอดภัยของเด็ก

ผู้ปกครองควรให้คำแนะนำต่อไปนี้แก่เด็กโดยย้ำหลายครั้ง

- ① อย่าอยู่คนเดียว
- ② อย่าตามไปกับคนแปลกหน้า
- ③ ตะโกนร้องเพื่อขอความช่วยเหลือ
- ④ บอกใครสักคนที่บ้านว่าคุณจะไปไหนกับใคร และจะกลับมาเมื่อไหร่

(5) ความปลอดภัยของสตรี

- ① ในเวลากลางคืน โปรดพยายามใช้ถนนที่มีแสงสว่างเพียงพอ ผู้คนพลุกพล่าน คอยสังเกตสิ่งรอบข้างอยู่เสมอ และตรวจสอบตัวเองบ่อยๆ หลีกเลี่ยงทางที่มีดและกรง่างเมื่อทำได้
- ② กรณภาพกนกรีดป้องกันอันตราย (สัญญาณกันขโมยส่วนตัว) และตรวจสอบว่าใช้งานได้ทันทีตลอดเวลา (เช่น โดยติดไว้ที่ด้านนอกกระเป๋า)
- ③ อย่าสัมผัสคูประดูหน้าและหน้าตาแม่ในขณะที่คุณอยู่ที่บ้าน
- ④ ขณะใช้งานโทรศัพท์มือถือหรือสมาร์ทโฟนขณะฟังเพลงด้วยหูฟังโปรดอย่าใช้ในขณะที่เดิน เพราะอันตรายมาก เพราะการค้นพบบุคคลต้องสงสัยจะล่าช้า

คู่มือป้องกันอาชญากรรม

URL: <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/bouhanjyohou/index.html>

5 การช่วยเหลือผู้ประสบอาชญากรรม

(1) เมื่อประสบอุบัติเหตุ/อุบัติเหตุ

ครอบครัวหรือเหยื่อจากอาชญากรรมไม่เพียงแต่ได้รับความเสียหายโดยตรง เช่น สูญเสียคนที่รัก ได้รับบาดเจ็บ หรือถูกขโมยทรัพย์สิน แต่ยังสามารถได้รับผลกระทบจากผลกระทบอื่นๆ ที่ยังคงมีอยู่แม้หลังจากเกิดอาชญากรรมหรืออุบัติเหตุ เช่น จิตใจและร่างกายไม่ดี

สุขภาพอันเนื่องมาจากอาชญากรรมหรืออุบัติเหตุ

ภาระทางเศรษฐกิจที่เพิ่มขึ้นจากการจ่ายค่ารักษาพยาบาล ตกลงงาน หรือเปลี่ยนงาน

การดูแลเอาใจใส่จากคนรอบข้าง ภาระทางอารมณ์

และการสูญเสียเวลาจากการสอบสวนและการพิจารณาคดี ผู้ต้องหา เป็นต้น

(2) หน้าต่างเคาน์เตอร์ให้คำปรึกษาทั่วไป

ศูนย์ช่วยเหลือผู้ประสบภัยจากอาชญากรรมไซโนะคุนิแบบครบวงจรประกอบด้วยองค์กรสามแห่ง

ได้แก่ จังหวัดไซตามะ ตำรวจประจำจังหวัดไซตามะ

และศูนย์ช่วยเหลือผู้ประสบภัยจากอาชญากรรมไซตามะ ในอาคารรัฐบาลร่วมมุซาชิ อูราวะ บนชั้น 3

ของหอคอยรามซา

คุณสามารถใช้การสนับสนุนหลายประเภทในการให้คำปรึกษาแห่งเดียวเพื่อตอบสนองต่อคำปรึกษา

จากผู้ที่ถูกเป็นเหยื่อของอาชญากรรมและครอบครัวของพวกเขา

การให้คำปรึกษาฟรีและเป็นความลับ

 จุดให้คำปรึกษาและสอบถาม

ชื่อสถาบัน	หมายเลขโทรศัพท์	ที่อยู่	เวลารับคำปรึกษา
ศูนย์ช่วยเหลือผู้ตกเป็นเหยื่ออาชญากรรม Sai no Kuni แบบครบวงจร	0120-735-001 หรือ 048-862-0001	1-10-1 Numakage, Minami-ku, Saitama-shi	8:30~17:15 วันจันทร์~วันศุกร์ ไม่รวมวันหยุดและวันหยุดนักขัตฤกษ์
กองป้องกันอาชญากรรมและความปลอดภัยการจราจรจังหวัดไซตามะ	048-710-5036		8:30~17:15 วันจันทร์~วันศุกร์ ไม่รวมวันหยุดและวันหยุดนักขัตฤกษ์
สำนักงานช่วยเหลือเหยื่ออาชญากรรมตำรวจประจำจังหวัดไซตามะ	0120-381-858		รวมซาทาวเวอร์ ชั้น 3 อาคารรัฐบาลร่วมมุซาชิ อูราวะ

องค์กรสาธารณประโยชน์ ศูนย์ช่วยเหลือผู้ประสบภัยจากอาชญากรรมไซตามะ	048-865-7830	(Musashi-Urawa Godo Chosha, Lamza Tower, 3F)	8:30~17:00 วันจันทร์~วันศุกร์ ไม่รวมวันหยุดและวันหยุดนักขัตฤกษ์
---	--------------	---	---

URL :

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/hanzaihigaisya/soudanmadoguchigaishoni.html>

(3) เมื่อคุณตกเป็นเหยื่อของอาชญากรรมทางเพศ

~โทรศัพท์ปรึกษาเหยื่ออาชญากรรม เช่น สายด่วนไอริส ความรุนแรงทางเพศ~

เรารับให้คำปรึกษาจากผู้ที่เคยถูกล่วงละเมิดทางเพศหรือใช้ความรุนแรงโดยไม่คำนึงถึงเพศหรือครอบครัว ที่ปรึกษาที่มีหน้าที่ต้องรักษาความลับตามกฎหมายจะตอบกลับ คุณจึงสามารถปรึกษาได้อย่างมั่นใจ

คุณสามารถรับการสนับสนุนได้ เช่น การปรึกษาทางโทรศัพท์ ทางออนไลน์ (Zoom ※ ต้องนัด)การให้คำปรึกษาการสัมภาษณ์ การให้คำปรึกษาสถาบันการแพทย์ การสนับสนุนผู้ดูแล การให้คำปรึกษาด้านกฎหมาย เป็นต้น

 จุดให้คำปรึกษาและสอบถาม

ชื่อสถาบัน	หมายเลขโทรศัพท์	ที่อยู่	เวลารับคำปรึกษา
การให้คำปรึกษาเฉพาะสำหรับ ความเสียหายทางอาญาเช่นความรุนแรงทางเพศ โทรศัพท์สายด่วนไอริส	#8891 0120-31-8341 หรือ 048-839-8341	1-10-1, Numakage, inami-ku, Saitama-shi (Musashi-Urawa Godo Chosha, Lamza Tower, 3F)	24 ชั่วโมง, 365 วัน

URL :

<https://www.svsc8080.jp/iris/>

6 ภัยพิบัติทางธรรมชาติ

(1) แผ่นดินไหว

ญี่ปุ่นเป็นประเทศที่มีแผ่นดินไหวหลายครั้ง หากเกิดแผ่นดินไหวครั้งใหญ่

เฟอร์นิเจอร์อาจหล่นลงมาและคุณอาจได้รับบาดเจ็บ น้ำและก๊าซอาจหยุดไหล

และคุณอาจไม่สามารถซื้อของชำและของใช้ประจำวันได้ ในกรณีฉุกเฉิน

ครอบครัวต้องเตรียมมาตรการป้องกันภัยพิบัติไว้ล่วงหน้า

< 10 ข้อแนะนำในการป้องกันภัยพิบัติในกรณีเกิดแผ่นดินไหวครั้งใหญ่ >

- 1 การเตรียมตัวล่วงหน้า
ตรวจสอบให้แน่ใจว่าเฟอร์นิเจอร์ทั้งหมดถูกยึดอย่างแน่นหนาเพื่อป้องกันไม่ให้ล้ม ค่อย ๆ
ตัดสินใจว่าสมาชิกในครอบครัวจะติดต่อกันอย่างไร คุณจะไปรวบรวมที่ไหนและอย่างไร
คุณจะพักพิง และสิ่งของใดที่คุณต้องเตรียมให้พร้อมในกรณีฉุกเฉิน ..
- 2 ก่อนอื่น ตรวจสอบความปลอดภัยของคุณ (ซ่อนตัวเองไว้ใต้โต๊ะหรือโต๊ะที่แข็งแรง และปกป้องศีรษะของคุณด้วยเก้าอี้หนึ่ง ๆ)
- 3 ดับเปลวไฟทั้งหมดทันทีและปิดก๊อกแก๊สทั้งหมด (ถ้าเกิดแผ่นดินไหวแรงมากให้รีบหนีให้ห่างจากไฟพอสงบลงให้ปิด)
- 4 เปิดประตูและรักษาความปลอดภัยทางออก
- 5 อพยพออกไปข้างนอกด้วยความตื่นตระหนก
- 6 หากเกิดเพลิงไหม้ให้สงบนิ่งและดับไฟ (โทรออกเพื่อเตือนเพื่อนบ้านของคุณและช่วยกันดับไฟ)
- 7 ห้ามเข้าใกล้กำแพงหิน / อิฐ หรือตู้จำหน่ายสินค้าอัตโนมัติ
- 8 ระวังกระจกที่แตกในบ้าน
- 9 ให้ความร่วมมือและดำเนินการปฐมพยาบาลแก่ผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือ
- 10 รวบรวมข้อมูลที่ต้องเกี่ยวกับสถานการณ์

* สิ่งของที่ต้องพกติดตัวในกรณีฉุกเฉิน: ยาสามัญ / ชุดฉุกเฉิน, น้ำดื่ม, อาหารฉุกเฉิน, ที่ชาร์จสมาร์ตโฟน, วิทยุพกพา / แบตเตอรี่สำรอง, ไฟหน้า (ไฟฉาย), แผ่นอลูมิเนียมกันความเย็น, หมวกนิรภัย, มีดอเนกประสงค์, ผ้าเช็ดตัว, ถุงมือ, เชือก, กระดาษทิชชู, ห้องน้ำแบบพกพา, กระดาษทิชชูเปียก, หน้ากาก, ถุงพลาสติก / ถุงข้อปิ้ง, หนังสือพิมพ์, อุปกรณ์กันฝน, รองเท้ากีฬา

(ถุงเท้า)

※ สิ่งอื่น ๆ ที่ต้องเตรียมตามความต้องการของตัวเองและครอบครัว

① ขั้นตอนฉุกเฉินแผ่นดินไหว (จัดพิมพ์โดยสถาบันแนวทางวิทยาศาสตร์สำหรับอัคคีภัยและภัยพิบัติ)

เราได้โพสต์แผ่นพับที่สรุปสิ่งที่ต้องทำเพื่อเตรียมพร้อมสำหรับแผ่นดินไหวและวิธีรับมือในกรณีเกิดแผ่นดินไหว

URL : <https://www.bousai-kensyu.com/knowhow/pamphlet01/>

② การเตรียมพร้อมของครอบครัว (โฮมเพจตำรวจประจำจังหวัดไซตามะ)

คุณสามารถดูเคล็ดลับในการลดความเสียหายจากแผ่นดินไหวและดาวน์โหลดเอกสารเพื่อตรวจสอบความปลอดภัยในบ้านคุณ

(ญี่ปุ่น อังกฤษ จีน เกาหลี สเปน โปรตุเกส ตากาล็อก เวียดนาม อาหรับ อูรดู ไทย ตุรกี มาเลย์)

URL : <http://www.police.pref.saitama.lg.jp/g0050/kurashi/earthquake-foreigner.html>

(2) ใต้ฝุ่น

พายุใต้ฝุ่นที่เกิดขึ้นมักจะเข้าญี่ปุ่นตั้งแต่ช่วงฤดูร้อนถึงฤดูใบไม้ร่วงสร้างความเสียหายอย่างใหญ่หลวงกับลมแรงและฝนตกหนัก

ควรตรวจสอบบ้านของคุณและซ่อมแซมหรือเสริมกำลังในพื้นที่ที่อ่อนแอหรือพื้นที่ที่เสียหายหรือห้องรอบบ้านที่มีแนวโน้มว่าจะถูกลมพัดปลิว พายุใต้ฝุ่นมักจะส่งผลให้ไฟฟ้าขัดข้อง

ดังนั้นควรเตรียมไฟฉาย เทียนไข

วิทยุพกพาพร้อมแบตเตอรี่สำรองและที่ชาร์จสมาร์ทโฟนไว้ใกล้ตัวเป็นสิ่งสำคัญ

ในช่วงเวลาที่ไม่มียา

โปรดตรวจสอบแผนกที่อันตรายของพื้นที่ที่คุณอาศัยอยู่เพื่อข้อมูลเกี่ยวกับความเสี่ยงจากภัยพิบัติ
ในที่พักอาศัยและสถานที่อพยพของคุณ

ก่อนเกิดพายุไต้ฝุ่นพื้นที่ที่คุณอาศัยอยู่จะมีการประกาศเกี่ยวกับระดับการเตือนที่เพิ่มขึ้นของพายุที่
กำลังใกล้เข้ามา ที่ระดับ 3 ผู้สูงอายุและคนอื่น ๆ ที่ต้องใช้เวลาเพิ่มเติมควรอพยพ ที่ระดับ 4
ทุกคนควรอพยพ

(3) ที่พักพิงในกรณีเกิดภัยพิบัติ

สำหรับผู้ที่ต้องอพยพออกจากบ้านเนื่องจากภัยพิบัติ

เทศบาลแต่ละแห่งได้กำหนดให้อาคารขนาดใหญ่ เช่น โรงเรียนเป็นที่พักพิงในกรณีที่เกิดภัยพิบัติ
สอบถามแผนกป้องกันภัยพิบัติของสำนักงานเทศบาลของคุณเพื่อดูว่าศูนย์อพยพที่ใกล้ที่สุดอยู่ที่ใ
หน นอกจากนี้ เมือง และหมู่บ้านบางแห่งได้เผยแพร่แผนที่แสดงศูนย์อพยพ

(4) การออกอากาศภาษาต่างประเทศในกรณีเกิดภัยพิบัติ

เมื่อเกิดภัยพิบัติ ข้อมูลภัยพิบัติ / การบรรเทาทุกข์จะออกอากาศเป็นภาษาอังกฤษ

วิทยุ : Inter FM897 (89.7 MHz) and NHK 2 (693 kHz)

โทรทัศน์ : NHK 1, BS 1 and 2

(5) ข้อความภัยพิบัติของ NTT หมายเลข 171

เมื่อเกิดภัยพิบัติขึ้น การสื่อสารไปยังพื้นที่ประสบภัยจะมีลำบากและยากที่จะโทรออก

ในกรณีดังกล่าว

คุณสามารถใช้แป้นหมุนข้อความภัยพิบัติเพื่ออำนวยความสะดวกในการยืนยันและการสื่อสารระหว่างสมาชิกในครอบครัว เมื่อกด "171" โดยไม่มีรหัสพื้นที่

คุณสามารถบันทึกและเล่นข้อความที่คุณต้องการติดต่อได้ง่ายๆ โปรดดูเว็บไซต์ของ NTT สำหรับวิธีใช้งาน

URL : <https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/index.html> (ญี่ปุ่น)

<https://www.ntt-east.co.jp/en/saigai/voice171/> (อังกฤษ)

นอกจากนี้

บริษัทโทรศัพท์มือถือแต่ละแห่งยังมีบริการกระดานข้อความภาษาญี่ปุ่นและภาษาอังกฤษอีกด้วยสามารถเข้าดูได้URLจากต่อไปนี้

【docomo】

<http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi> (ญี่ปุ่น)

<http://dengon.docomo.ne.jp/Etop.cgi> (อังกฤษ)

【au】

<http://dengon.ezweb.ne.jp/> (ญี่ปุ่น)

<http://dengon.ezweb.ne.jp/E/service.do> (อังกฤษ)

【SoftBank /YMOBILE】

<http://dengon.softbank.ne.jp/pc-1> (ญี่ปุ่น)

<http://dengon.softbank.ne.jp/pc-e1.jsp> (อังกฤษ)

(6) การรวบรวมข้อมูล

① เว็บไซต์พอร์ทัลการป้องกันภัยพิบัติไซตามะ (โฮมเพจของจังหวัดไซตามะ)

ในกรณีที่เกิดภัยพิบัติในจังหวัด ข้อมูลเกี่ยวกับการอพยพ สถานะความเสียหาย และสถานะการรับมือของจังหวัด จะถูกโพสต์ลงบน "เว็บไซต์พอร์ทัลการป้องกันภัยพิบัติไซตามะ"

สามารถดูได้จากเว็บไซต์จากคอมพิวเตอร์ส่วนบุคคล และยังสามารถดูจากโทรศัพท์มือถือได้อีกด้วย

ไซตนี้สามารถใช้เป็นวิธีการรับข้อมูลภัยพิบัติ

URL: <https://www.pref.saitama.lg.jp/theme/anzen/index.html>

② ข้อมูลเกี่ยวกับการช่วยเหลือผู้ประสบภัยพิบัติในประเทศ

(เว็บไซต์สภาท้องถิ่นเพื่อความสัมพันธระหว่างประเทศ)

เราได้โพสต์เว็บไซต์ที่สามารถใช้เป็นข้อมูลอ้างอิงสำหรับการรวบรวมและเผยแพร่ข้อมูลเกี่ยวกับการช่วยเหลือภัยพิบัติสำหรับชาวต่างชาติและข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการช่วยเหลือภัยพิบัติ

นอกจากนี้ยังมีการโพสต์ลิงก์ไปยังกิจกรรมการช่วยเหลือภัยพิบัติและกรณีการป้องกันภัยพิบัติสำหรับชาวต่างชาติในแต่ละภูมิภาคและกิจกรรมช่วยเหลือโดยชาวต่างชาติที่มีถิ่นที่อยู่

URL : <https://www.clair.or.jp/j/multiculture/tagengo/saigai.html>

③ การตอบสนองต่อวัสดุกัมมันตภาพรังสี (เว็บไซต์กองนโยบายสิ่งแวดล้อมจังหวัดไซตามะ)

จังหวัดจะตรวจวัดและตรวจสอบผลกระทบของปริมาณรังสีและสารกัมมันตภาพรังสีในอากาศ น้ำประปา อาหาร ฯลฯ อย่างสม่ำเสมอ ผลการทดสอบถูกโพสต์บนโฮมเพจของจังหวัด

(เชื่อมโยงลิงก์ไปยังเคาน์เตอร์ให้คำปรึกษาด้านสุขภาพด้วย)

URL : <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0501/housyasen-sokuteikekka.html>

(7) การเตรียมพร้อมรับภัยพิบัติ

- ① มีการฝึกซ้อมป้องกันภัยพิบัติต่างๆ ในเขตเทศบาลแต่ละแห่งในจังหวัด

เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับภัยพิบัติ เช่น แผ่นดินไหว

ข้อมูลเกี่ยวกับการฝึกซ้อมป้องกันภัยพิบัติที่ผู้อยู่อาศัยชาวต่างชาติสามารถเข้าร่วมได้จะโพสต์ไว้ที่หน้าแรกของจังหวัด

URL: <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/gaikokujinbosaikunren.html>

- ② เพื่อให้เจ้าหน้าที่และผู้ประสบภัยจากต่างประเทศสามารถสื่อสารที่ศูนย์อพยพได้อย่างง่ายดาย

「รวบรวมบทสนทนาที่พักพิง」 ถูกเขียนไว้ลงบนโฮมเพจของจังหวัด。

- การสนทนาเพื่อชี้จุดหลบภัย ตามเว็บไซต์ด้านล่าง

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/hinanjokaiwa.html>

- ③ แผ่นพับใบปลิวสรุปการเตรียมการที่สามารถนำไปใช้ที่บ้านได้อย่างง่ายบนเว็บไซต์ของจังหวัดไซตามะ

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0401/library-info/20190801itsumo.html>

(8) มาตรการรับมือสำหรับโรคลมแดด

จังหวัดความร้อนเกิดจากการสัมผัสกับสภาพแวดล้อมที่ร้อนเป็นเวลานาน สงสัยว่าจะเป็นโรคลมแดด หากมีอาการต่างๆ เช่น เวียนศีรษะ หน้ามืด ปวดหัว คลื่นไส้ และชัก หากคุณสงสัยว่าเป็นโรคลมแดด

ให้อพยพไปยังที่เย็นและปรึกษาสถาบันทางการแพทย์

เมื่ออยู่ในบ้าน ให้ใช้เครื่องปรับอากาศ รักษาความชุ่มชื้นให้เพียงพอ และระวังโรคลมแดด

5 วิธีการป้องกันโรคลมแดด

URL : <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0704/netsuchusyo/5point-e.html>

(ภาษาญี่ปุ่นแบบง่าย อังกฤษ จีน โปรตุเกส สเปน เกาหลี)