

Thiên tai và các biện pháp đối phó

Tại Nhật Bản, hàng năm trong khoảng thời gian từ tháng 7 tới tháng 10, thường có nhiều cơn bão đổ bộ vào Nhật Bản. Đây là khoảng thời gian thường xảy ra mưa lớn, lũ lụt, gió mạnh, và cả vòi rồng nữa. Hàng năm, mưa lớn gây ra những thiên tai đe dọa tới người dân, ví dụ như nước sông dâng cao, sụt lở, sạt đất v.v... Ngoài ra, Nhật Bản là đất nước có nhiều động đất. Gần đây, ở nhiều nơi hoạt động núi lửa cũng nhiều hơn nên động đất cũng xảy ra thường xuyên hơn.

Nhiều thực tập sinh không quen với điều kiện thời tiết, phong thổ của Nhật Bản. Vì thế điều quan trọng là thường ngày, hãy hỏi nhân viên chỉ đạo cuộc sống về những thông tin chi tiết của địa phương nơi mình sống để có thể đối phó tốt trong trường hợp xảy ra thiên tai.

Ngày 1/9/1023 là ngày xảy ra trận động đất lớn, được gọi là "Đại động đất Kanto". Đồng thời tháng 9 cũng là mùa mưa bão, nên chính phủ Nhật Bản đã lấy ngày 1/9 hàng năm làm ngày "Phòng chống thảm họa". Nhân dịp ngày phòng chống thảm họa, trong số này, chúng tôi giới thiệu với các bạn một số điều cần lưu ý khi xảy ra động đất và bão.

[Khi có động đất xảy ra]

- Động đất! Trước tiên phải đảm bảo an toàn bản thân
 - Khi động đất xảy ra và khi nhận được thông tin khẩn cấp về động đất, cần ưu tiên bảo vệ an toàn bản thân bằng cách che đầu và chui xuống trú dưới gầm bàn vững chắc.
- Những điều cần làm sau khi hết rung lắc
 - Bình tĩnh xem bếp đã tắt lửa chưa, cần tắt lửa sớm.
 - Nếu động đất xảy ra khi đang dùng lửa, để đảm bảo an toàn bản thân, cần bình tĩnh tắt lửa. (Gần đây, các thiết bị có chức năng tự động tắt ga rất phổ biến, nên không cần vội vã).
 - Trường hợp có cháy, cần bình tĩnh dập lửa.
 - Vội vàng chỉ gây ra thương tích.
 - Cần lưu ý rằng những đồ đạc trong nhà có thể bị đổ, bị rơi hoặc vỡ kính.
 - Không chạy ra ngoài để tránh trường hợp bị ngó, mảnh kính vỡ, bằng hiệu, v.v. rơi vào người.
 - Mở sẵn cửa ra vào hoặc cửa sổ để có chỗ thoát hiểm
 - Khi khung cửa bị vẹo, sẽ không thể mở được cửa, vì thế cần phải mở cửa sẵn cửa để chuẩn bị đường thoát hiểm.
 - Không nên đến gần cổng hoặc bờ tường
 - Khi chạy ra ngoài, có thể gặp nguy hiểm do tường bị đổ sập, vì thế không nên đến gần các bờ tường xây bằng gạch xi v.v.
- Việc cần làm sau khi động đất xảy ra
 - Sơ tán để tránh hỏa hoạn và sóng thần
 - Hỏa hoạn quy mô lớn có thể xảy ra. Nếu cảm thấy tính mạng bị đe dọa thì nên chạy tới nơi tập trung tạm thời, hoặc địa điểm sơ tán.

自然災害と対策について

日本では、7月から10月にかけて接近、上陸する台風の数が多くなり、大雨や洪水、暴風に加えて、竜巻が発生する可能性も高い時期です。大雨により川の氾濫や土砂崩れ、がけ崩れが誘発されることもあり、住民に危険をもたらす災害が毎年のように発生しています。また、日本は地震が多い国であり、最近では各地の火山活動が活発化していることから、それに伴った地震もよく発生しています。

日本の自然風土に不慣れなことも多い技能実習生の皆さんは、このような自然災害への対応について、普段から、地元の事情に詳しい生活指導員の方に聞いておくことが大切です。

日本は1923年9月1日に起きた巨大地震「関東大震災」や、9月頃が台風シーズンであることを契機とし、9月1日を「防災の日」に制定しています。今回はこの日にちなみ、地震と台風等についての一般的な注意事項をご紹介します。

【地震について】

- 地震だ！ まず身の安全
 - 地震が起きた時、緊急地震速報を受けた時は、頭を保護し、丈夫なテーブルの下に避難するなど、身の安全を最優先に行動する。
- 地震直後の行動
 - 落ちついて火の元確認 初期消火
 - 火を使っている時は、まず身の安全を最優先に行動し、あわてずに火を消す（自動的にガスの供給を停止する設備が普及しているので、あわてない）。
 - 出火した時は、落ちついて消火する。
 - あわてた行動 けがのもと
 - 転倒・落下した家具類やガラスの破片などに注意する。
 - 瓦、窓ガラス、看板などが落ちてくることがあるので外に飛び出さない。
 - 窓や戸を開け 出口を確保
 - ドアがゆがんで外に出られなくなることがあるので、出口を確保する。
 - 門や扉には近寄らない
 - 屋外にいる時は、倒壊の危険があるので、ブロック塀などには近寄らない。
- 地震後の行動
 - 火災や津波からの避難

- Ở khu vực bờ biển nếu cảm thấy rung lắc mạnh và có cảnh báo sóng thần, thì phải nhanh chóng sơ tán tới những nơi cao, an toàn.

- **Nắm bắt thông tin chính xác để có hành động đúng đắn**

- Khi có thảm họa thường xuất hiện nhiều tin đồn. Cần nắm bắt thông tin chính xác từ các phương tiện thông tin đại chúng như đài phát thanh, truyền hình, sở phòng cháy chữa cháy, cơ quan chính quyền địa phương.

- **Cần hợp tác với nhau để cứu trợ, hỗ trợ**

- Cùng nhau xác định xem mọi người có an toàn hay không.
- Nếu có người bị kẹt dưới đồng đồ nát hoặc bị đồ đạc rơi vào, cần hợp tác với hàng xóm để cứu hộ, cứu trợ.
- Khi đi sơ tán cần ngắt cầu chì, khóa ga.

[Khi xảy ra mưa to, bão lũ, vòi rồng]

- **Cần nắm bắt thông tin chính xác.**

Cục Khí Tượng sẽ phát đi “Kisho Johou” (Thông tin khí tượng), nếu nguy cơ xảy ra thảm họa nghiêm trọng cao thì ra cảnh báo “Tokubetsu Keihou” (Cảnh báo đặc biệt), nếu có khả năng phát sinh thảm họa nghiêm trọng thì sẽ phát “Keihou” (Cảnh báo), và nếu có khả năng phát sinh thảm họa thì sẽ phát “Chu-i hou” (Cần chú ý). Những thông tin này được phát đi cho từng địa phương. Các chính quyền địa phương nhận được thông tin thì khi cần thiết sẽ theo đó ra khuyến cáo hoặc ra lệnh cho người dân sơ tán.

- **Sơ tán**

Khi chính quyền địa phương ra khuyến cáo hoặc ra lệnh sơ tán thì cần nhanh chóng sơ tán, đi theo những tuyến đường an toàn. Nước sông sẽ bất ngờ dâng cao hoặc đất thình lình sụt lở, nên việc sơ tán chậm trễ có thể nguy hiểm đến tính mạng. Không nên đợi đến lúc mưa to gió lớn rồi mới sơ tán vì sẽ rất nguy hiểm.

- **Vòi rồng**

Vòi rồng là hiện tượng thường phát sinh cùng với các hiện tượng thời tiết khác như bão. Vì vậy khi có nguy cơ vòi rồng xuất hiện, Cục Khí tượng sẽ phát đi thông tin khí tượng hoặc thông báo chú ý sấm sét. Trường hợp có nhiều nguy cơ xảy ra vòi rồng, Cục Khí tượng sẽ ra thông báo chú ý vòi rồng “Tatsumaki chu-i johou”. Khi có thông báo chú ý vòi rồng, trước hết cần quan sát bầu trời xung quanh nơi mình ở. Nếu thấy trời tự dưng tối sầm lại, mưa nặng hạt và có sấm thì phải tìm những nơi kiên cố để sơ tán, đảm bảo an toàn cho bản thân.

Riêng bão thì khác với động đất, Cục Khí tượng có thể dự đoán trước quy mô và sức gió qua các thông tin thu thập được. Vì vậy các bạn hãy nghe đài phát thanh, hoặc xem truyền hình, internet để nắm bắt thông tin mới nhất.

- Các bạn cũng có thể xem “Thông tin thảm họa” tại trang web của Cục Khí Tượng.

<http://www.jma.go.jp/jma/menu/flash.html>

- 大規模な火災が発生することがある。身の危険を感じたら、一時集合場所や避難場所に避難する。

- 沿岸部では、大きな揺れを感じたり、津波警報が出されたら、高台などの安全な場所に素早く避難する。

- **正しい情報で確かな行動**

- 災害時はデマに惑わされやすくなる。ラジオやテレビ、消防署、行政などから正しい情報を得る。

- **協力し合って救出・救護**

- お互いの安否を確かめ合う。
- 倒壊家屋や転倒家具などの下敷きになった人を近所の人とも協力し、救出・救護する。
- 避難する時は、電気のブレーカーを切り、ガスの元栓を閉める。

【大雨・台風・竜巻について】

- **正確な情報を把握する。**

気象庁では「気象情報」を発表しており、重大な災害の危険性が著しく高まっている時は「特別警報」、重大な災害が発生する恐れがある時は「警報」、災害が発生する恐れがある時は「注意報」を発表しています。これらは市区町村ごとに発表されており、市区町村は気象庁が発表する警報・注意報を受けて、必要に応じて避難勧告や避難指示を出します。

- **避難について**

市区町村からの避難勧告・避難指示があった時は、安全なルートで迅速に避難しましょう。川の氾濫や土砂災害は一気に発生するため、一時の油断が命に関わります。また、天候が荒れてからの避難は非常に危険です。

- **竜巻について**

竜巻は台風等の動きに伴って発生しますので、気象庁では竜巻が発生する可能性がある場合は気象情報や雷注意報を発表し、非常に発生しやすい状況になると「竜巻注意情報」を発表しています。竜巻注意情報が発表された場合には、まず周囲の空の様子に注意してください。空が急に真っ暗になる、大粒の雨が降り出す、雷鳴が聞こえるなどが確認された場合には、頑丈な建物に避難するなど身の安全を確保する行動をとってください。

台風等は地震と異なり、事前に情報を集めることで規模等のある程度予測することができます。テレビやラジオ、インターネット等を活用し、最新の気象情報を入手しましょう。

- **気象庁ウェブサイト「防災情報」**

<http://www.jma.go.jp/jma/menu/menuflash.html>