

Tự bảo vệ mình khi có bão và mưa lớn

Chúng ta đừng nghĩ đơn giản rằng vì dự báo được bão và mưa lớn mà coi thường. Ở Nhật Bản, từ mùa Hè đến mùa Thu, bão tới thường mang theo gió mạnh và mưa to. Ngoài ra, khi có ảnh hưởng của luồng không khí hay khí áp thấp, những trận mưa lớn tập trung xảy ra và kéo dài vài tiếng đồng hồ. Kèm theo đó là lở đất, lũ lụt hoặc những khu vực ven biển có sóng lớn. Nước sông dâng cao và thảm họa do sạt lở đất năm nào cũng xảy ra. Thảm họa gió lớn, sóng cao, triều cao cũng thường xuyên xảy ra.

Để phòng chống thảm họa, chúng ta có thể biết được thông tin thời tiết thông qua vô tuyến, đài phát thanh hoặc xem trên internet vì thế nếu có kế hoạch đi chơi, đi câu cá hoặc đi tắm biển, các bạn hãy theo dõi thông tin thời tiết hoặc trao đổi với nhân viên chỉ đạo đời sống trong công ty nhé. Để có thể giảm tới đa những thiệt hại do mưa bão gây ra đối với bản thân mình, điều quan trọng là hàng ngày chúng ta cần phải chuẩn bị đối phó với thảm họa.

Những điều thường xuyên cần chuẩn bị

○Hãy cùng trao đổi với nhau

- Tùy vào địa hình của nơi mình sinh sống mà những mối nguy hiểm do mưa lớn và gió mạnh gây ra sẽ khác nhau. Các chính quyền địa phương luôn có những bản đồ về những nơi dễ có khả năng bị thiên tai hoặc những thảm họa từng xảy ra trước kia. Các bạn nên tìm hiểu những thông tin này tại các văn phòng chính quyền của thành phố hay quận, huyện, nơi mình sinh sống.

○Hãy chia sẻ thông tin về cách sơ tán.

- Hãy phân công cụ thể công việc của mỗi người khi sơ tán, bàn cụ thể cách sơ tán.
- Cách xác nhận sự an toàn của nhau, nơi tập trung hoặc quyết định một số nơi liên lạc chung khi cần.
- Hãy xác nhận đường đi khi phải sơ tán tới những nơi quy định như trường học và nhà văn hóa Kominkan.

○Luôn duy trì mối quan hệ với người dân địa phương

- Thường xuyên tiếp xúc với hàng xóm thì khi cần cứu hộ hoặc phải sinh hoạt ở nơi sơ tán sẽ rất có ích. Khi cần, ta giúp đỡ lẫn nhau và để làm được như vậy thì hàng ngày ta phải tuân thủ quy định của địa phương. Tươi cười, chủ động chào hỏi người dân xung quanh. Thường xuyên có giao tiếp, tạo dựng lòng tin và mỗi ngày sử dụng một chút tiếng Nhật thì sẽ có thể khiến cho ta ngày càng giỏi tiếng Nhật hơn.

Những điều cần làm trước khi bão tới

○Bên ngoài phòng ở ký túc xá

- Thường xuyên quyết dọn rãnh và cống thoát nước để nước dễ thoát.
- Những vật có khả năng bị gió thổi bay thì phải buộc chặt lại hoặc mang vào nhà.

台風や豪雨から自分の身を守りましょう

台風や豪雨は、事前に予測できるからと言って安易に考えてはいけません。夏から秋にかけて日本に来る台風は強い風や雨を伴います。また、前線や低気圧などの影響で起きる集中豪雨では、激しい雨が数時間にわたって降り続きます。地滑りや洪水のほか、沿岸部では高波が発生することもあります。河川の氾濫や土砂災害は毎年発生しており、暴風、高波、高潮などの災害もよく起きています。

防災のための気象情報はインターネットやテレビ、ラジオから入手できますので、旅行、釣り、海水浴などを計画する場合には、必ず気象情報を確認するとともに、生活指導員や会社の人とよく相談してください。今住んでいる所での風水害の被害を最小限にするためには、日頃からの備えがとても大切です。

普段からの備え

○みんなで話し合しましょう

- 豪雨や暴風でどのような危険が及ぶかは、住んでいる地区の地形などによって違います。自治体ではハザードマップや地域の過去の災害記録を公開していますので、各市役所や区役所、役場などで入手し、よく確認しておきましょう。

○避難方法の情報共有

- 避難の際の役割分担、具体的な行動手順を決めておきましょう。
- 安否確認の方法、集合場所や共通の連絡先を複数決めておきましょう。
- 学校や公民館など、指定されている避難場所への経路を確認しておきましょう。

○近所の方々とのつながりを大切に

- 普段からのご近所付き合いは、救助や避難所暮らしの際に大きな力となります。いざというときお互いに助け合えるよう、普段から地域のルールを守り、笑顔で積極的なあいさつを心がけましょう。日頃からのコミュニケーションの積み重ねがお互いの信頼関係を築き、日本語でのちょっとした会話はみなさんの日本語の向上にもつながります。

台風が接近する前に

○宿舎の外の備え

- 側溝や排水溝は普段からよく掃除して、水はけを良くしておきましょう。
- 風で飛ばされそうなものは、飛ばないように固定するか、屋内に入れます。
- 台風などが近付いたら、家屋の雨戸をおろしておき

- Khi bão đến gần, nhớ đóng cửa sắt amado lại.

OBên trong phòng ở ký túc xá

- Đề phòng bị mất nước, cần chuẩn bị nước uống. Cho nước vào bồn tắm để dự trữ nước dùng cho sinh hoạt.
- Chuẩn bị sẵn những vật dụng cần thiết (thực phẩm, đài, đồ đạc quý giá)
- Đề phòng trường hợp có những vật do gió thổi bay đến, nhớ kéo rèm cửa hoặc buông màn. Kiểm tra xem cửa sổ có bị rạn nứt không. Nếu cần thì phải lấy băng dính dán lại cho chắc chắn
- Đề phòng tránh đồ dùng gia đình hoặc đồ điện bị ngập nước, nên chuyển đồ đạc lên chỗ cao hoặc tầng 2. Nhất là ổ cắm điện, phải đề phòng trường hợp bị ngập nước sẽ bị hở, bị ngắt điện hoặc bị điện giật.

Khi bão đến gần

OCần hết sức tránh đi ra ngoài.

- Nhất thiết không được ra ngoài để xem mương thoát nước ra sao. Mực nước dâng cao khiến ta khó phân biệt được ranh giới giữa mương và đường. Ngoài ra nước dâng cao và chảy xiết làm cho ta dễ bị trượt chân, rất nguy hiểm.
- Nhất thiết không được ra bờ biển xem tình hình ra sao vì sóng đánh vào bờ dễ chắn sóng có thể biến thành sóng cao nguy hiểm đến tính mạng.
- Không làm việc bên ngoài nhà vì gió mạnh hoặc gió giật có thể gây ngã, nguy hiểm.

Khi đi sơ tán

OCần chú ý tên lệnh sơ tán

- Khi có nguy cơ xảy ra thảm họa như ở đất, lũ lụt, triều cường thì chính quyền địa phương sẽ ra thông báo, lần lượt với cấp độ như sau : “Thông tin chuẩn bị sơ tán”, “Cảnh báo sơ tán”, “Lệnh sơ tán”. Những thông báo này được thông qua các phương tiện như vô tuyến, đài phát thanh, loa phóng thanh, hệ thống vô tuyến phòng chống thảm họa và xe thông tin.
- Khi có thông tin về “Cảnh báo sơ tán” và “Lệnh sơ tán” thì cần mang theo những đồ dùng cần thiết, theo lệnh chỉ dẫn để tới nơi sơ tán.
- Ở giai đoạn có thông báo “Thông tin chuẩn bị sơ tán” cũng nên sớm đi sơ tán. Bởi nếu bão lớn, gió giật mạnh sẽ khó di chuyển được.
- Khi đi sơ tán, do mưa to, gió lớn nên bên ngoài cũng có nhiều nguy hiểm. Nếu phán đoán thấy có nguy hiểm thì nên chọn ở lại nhà và ở căn phòng nào an toàn nhất.
- Đặc biệt, nếu bạn sinh sống ở khu vực có khả năng nước sông dâng cao, hoặc nơi có trong bản đồ thảm họa do địa phương chỉ định thì nên sớm nghĩ tới việc sơ tán để bảo vệ tính mạng.

Ngoài những điểm trên ra, nếu các bạn còn chưa rõ điểm nào, xin hãy trao đổi với nhân viên chỉ đạo cuộc sống hoặc nhân viên ở cùng công ty.

(Nguồn tham khảo: Trang web của Cục Khí tượng Nhật Bản)

ましよう。

○宿舎の中の備え

- 断水に備えて飲料水を確保するほか、浴槽に水をためて生活用水を確保します。
- 非常持出し品（食料や携帯ラジオ、貴重品など）を準備します。
- 万一の飛来物の飛込みに備えてカーテン、ブラインドをおろします。窓ガラスのひび割れなども確認し、必要に応じて窓にテープを貼るなどして補強しておきましょう。
- 家財や家電などは浸水の被害を受けないように、高所や2階に移動させましょう。特に電気のコンセントは漏電、ショート、感電などが発生する可能性があるため、浸水に備えて注意が必要です。

台風が接近したら

○外出は絶対に控える

- 用水路の見回りは絶対にやめましょう。増水した用水路は道路との境目が分かりづらく、勢いの増した水流に足を取られる恐れがあり大変危険です。
- 海岸の見回りは絶対にやめましょう。波打ち際や防波堤など海岸周りでは高波にさらわれ、命を落とすこともあり、大変危険です。
- 屋外での作業は絶対にやめましょう。暴風や突風にあおられて転倒する危険があります。

避難する時は

○発令情報に注意しましょう

- 土砂災害・水害・高潮災害の危険がある時は、住んでいる地区から「避難準備情報」または「避難勧告」「避難指示」が発表されます(テレビ、ラジオ、防災スピーカー、防災無線、広報車で周知されます)。
- 「避難勧告」「避難指示」が出た際には、非常持出し品を持って、指示に従いすぐに避難所へ避難します。
- 「避難準備情報」の段階でも、台風の接近による暴風で屋外を移動できなくなりそうな時は、早めに避難をします。
- 避難しようとした時に、大雨や暴風で、屋外に出るとかえって危険な時もあります。危ないと判断したら、なるべく安全な部屋に退避しましょう。
- 特に、河川の氾濫が予想される区域や、ハザードマップなどで危険が想定されている区域にいる場合は、命を守るために早めの避難を心がけましょう。

以上の点について分からないことがあれば、必ず生活指導員や会社の人に確認しましょう。
(参考：気象庁ホームページ)