

# 防災ガイド

## Hướng dẫn phòng chống thiên tai



日本では地震や台風による災害がいつおこるかわかりません。災害に備えて、必要な情報を記入し、いつも携帯しましょう。

Ở Nhật, không thể biết được khi nào xảy ra thiên tai như động đất hay có bão. Để đối phó với thiên tai, bạn nên ghi các thông tin cần thiết và lúc nào cũng mang theo người.

発行：公益財団法人岐阜県国際交流センター  
 Cơ quan phát hành:  
 Trung tâm giao lưu quốc tế tỉnh Gifu

監修：岐阜県  
 Cơ quan giám sát: Tỉnh Gifu

この冊子は、一般財団法人自治体国際化協会の助成事業により作成しております。

## 地震の発生

### Khi xảy ra động đất



机の下に入り、身を守りましょう。

Hãy bảo vệ thân thể bằng cách chui xuống dưới gầm bàn.

## 火事を防ぐ

### Phòng chống hỏa hoạn



## 火事の発生

### Khi xảy ra hỏa hoạn



## 避難するときの注意

### Lưu ý khi đi lánh nạn



エレベーターは使わない  
Không sử dụng thang máy



ガラス窓の落下注意  
Chú ý phòng trường hợp kính cửa sổ rơi vỡ




緊急車両が通れないので車は使わない  
Không dùng oto vì có thể cản trở xe cứu hộ



ブロック塀の倒壊注意  
Chú ý phòng trường hợp tường xếp gạch khối đổ vỡ

## 安全な所へ

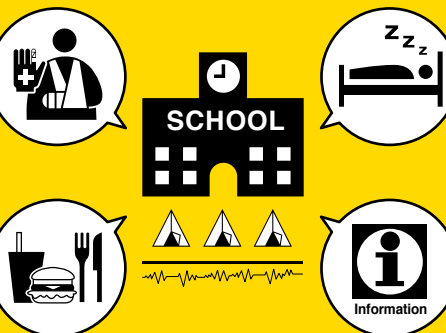
### Tìm đến nơi an toàn

GO!

## 避難所へ

### Tìm đến địa điểm lánh nạn



# 私を避難所に連れて行ってください

わたしを避難所に連れて行ってください

避難所の場所がわからないとき、近くにいる人に見せましょう。

Câu trên có nghĩa là “Hãy đưa tôi đi cùng đến địa điểm lánh nạn”. Khi bạn không biết địa điểm lánh nạn ở đâu, hãy đưa cho người nào đó ở gần chỗ bạn xem để nhờ họ dẫn bạn đi.

日本語・ベトナム語版

●市町村の電話番号  
Số điện thoại của cơ quan hành chính địa phương

●病院/ Bệnh viện:  
— —

●学校/ Trường:  
— —

●火事・救急 119  
Hỏa hoạn, cấp cứu

●警察 110  
Cảnh sát

岐阜県国際交流センター  
 国際交流センター  
 岐阜県 (公財)

〒508-214-7700  
 058-263-8066

FM 80.0 MHz  
 AM 1431 KHz

「エフエム岐阜」  
 「エフエム岐阜」

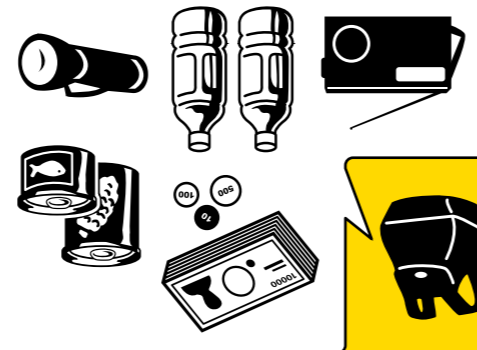
多言語対応ウェブサイト「NHK WORLD」  
<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/>

岐阜県の防災情報  
<https://www.pref.gifu.lg.jp/bousai/>

インターネット  
 インターネット

現在、携帯ラジオ、懐中電灯、水、食べ物などをリュックに入れて、事前に準備しておきましょう。

Hãy cho tiền mặt, đài radio cầm tay, đèn pin, nước uống, đồ ăn... vào balo để chuẩn bị sẵn sàng từ trước.



非常持ち出し品  
 Đồ mang theo trong trường hợp khẩn cấp

河川に近づかない。  
 Không lại gần sông hồ

鉢、さおなどを固定する。  
 Cố định chậu hoa, sào phơi quần áo...v.v




大雨・台風  
 Mưa lớn, bão

●名前/ Họ và tên  
 住所/ Địa chỉ  
 〒□□□□-□□□□

●最寄りの避難所/ Địa điểm lánh nạn gần nhất

●私の話せる言語/ Ngôn ngữ mà tôi có thể nói được

●大使館の電話番号/ Số điện thoại của Đại sứ quán

●国内の緊急連絡先/ Địa chỉ liên lạc khẩn cấp trong nước Nhật

●国外の緊急連絡先/ Địa chỉ liên lạc khẩn cấp ngoài nước Nhật

●身分証明書番号(旅券など)/ Số chứng minh nhân thân (Số hộ chiếu...v.v)

避難カード  
 Thẻ dùng khi lánh nạn

情報  
 Thông tin

## じしん 地震がおこったら

### Khi xảy ra động đất

#### ①体を守りましょう。

◆家の中→地震の揺れで、家や大きい家具が倒れてきて、危ないです。家具から離れて、テーブルや机の下に入ります。

◆外→ブロック塀が倒れたり、看板や窓ガラスが落ちてきて、危ないです。崖や川の近くも危ないので、すぐに離れましょう。

#### ②揺れがおさまったら

◆火事にならないよう、火を消します。キッチンやストーブの火を消し、ガスの元栓をしめます。電気ブレーカーを切ります。

◆地震は1回だけではありません。大きい地震の後、何回も揺れますから、気をつけましょう。

## ひなん 避難について

### Về việc lánh nạn

#### ①避難場所（逃げるところ）

◆建物が壊れたり、火災が発生したら、安全な場所（学校のグラウンドや公園など）へ避難しましょう。

◆避難場所がわからないときは、市町村に聞いておきましょう。

#### ②避難所（生活できるところ）

◆家が壊れて帰れないときは、避難所に一時的に住むことができます。無料です。食べ物・水・情報がもらえます。

◆避難所へは、車ではなく歩いて行きましょう。

◆避難所がどこにあるか、市町村に聞いておきましょう。

#### ③避難するときに持って行く物

◆避難するとき、荷物は少ないほうがいいです。在留カード、パスポート、現金《小銭も必要》、預金通帳、携帯ラジオ、水、食べ物、着替え、懐中電灯、携帯電話の充電器《乾電池対応》など

#### ①Hãy bảo vệ thân thể.

◆Nếu đang ở trong nhà → Do những rung lắc khi có động đất xảy ra, đồ đạc lớn trong nhà có thể đổ vỡ gây nguy hiểm. Vì thế hãy tránh xa và chui xuống gầm bàn để trốn.

◆Nếu đang ở ngoài → Tường xếp gạch khối có thể đổ vỡ, biển hiệu hoặc kính cửa sổ có thể rơi vỡ gây nguy hiểm. Những chỗ gần vách đá hoặc gần sông cũng nguy hiểm, nên hãy tránh xa những chỗ như vậy ngay lập tức.

#### ②Khi những cơn rung lắc lắng xuống

◆Tắt lửa để tránh gây hỏa hoạn. Tắt bếp ga hoặc lò sủi, khóa vòi ga lại. Dập cầu dao điện.

◆Động đất không diễn ra chỉ 1 lần. Sau trận động đất lớn diễn ra, thường sẽ còn dư chấn thêm vài lần nữa. Xin hãy cẩn thận.

#### ①Địa điểm lánh nạn（nơi tránh nguy hiểm）

◆Khi tòa nhà bị hư hỏng, hoặc xảy ra hỏa hoạn..., hãy đi lánh nạn đến nơi an toàn (Sân trường hoặc công viên...)
◆Nếu không biết địa điểm lánh nạn ở đâu, bạn hãy hỏi trước cơ quan hành chính địa phương để chuẩn bị sẵn.

#### ②Khu lánh nạn（Nơi có thể sống tạm）

◆Khi nhà bạn bị hư hỏng và không thể trở về nhà, bạn có thể đến khu lánh nạn để sống tạm một thời gian. Bạn có thể sống ở đây miễn phí. Ở đây, bạn có thể nhận đồ ăn, nước uống và thông tin cần thiết.
◆Khi đến khu lánh nạn, bạn đừng dùng oto mà hãy đi bộ đến.

◆Bạn hãy hỏi trước cơ quan hành chính địa phương để biết xem khu lánh nạn nằm ở đâu.

#### ③Đồ mang theo khi đi lánh nạn

◆Khi đi lánh nạn, chỉ nên mang một ít đồ. Thẻ cư trú, hộ chiếu, tiền mặt (cần cả tiền lẻ), sổ tài khoản ngân hàng, đài radio cầm tay, nước uống, đồ ăn, quần áo để thay, đèn pin, sạc điện thoại <<có thể dùng pin>>...v.v.

## きんきゆうじしんそくほう 緊急地震速報

### Tin báo động đất khẩn cấp

◆緊急地震速報は、地震による強い揺れが来ることをお知らせする情報です。緊急地震速報の発表から強い揺れが来るまでの時間は数秒から数十秒です。その間に身を守るための行動を取る必要

## おおあめ 大雨・台風

### Mưa lớn, bão

#### ①長雨、集中豪雨

◆長い間雨が続いたり、短い時間にたくさん雨が降ると、川の水が増えます。危ないので、川に近づかないでください。

#### ②台風

◆日本には毎年台風がきます。強い風や大雨による被害がおきます。
◆気象情報を聞いて、台風が近づく前に準備しましょう。

○ベランダや庭にある植木鉢やもの干しざおは、固定するか部屋の中に入れる。

○雨戸を閉めて守る。

※大雨・台風のときに、市町村から、避難勧告や避難指示が出たら、避難所へ逃げましょう。

## あんびかくにん 安否確認について

### Về việc xác nhận an nguy

#### 【安否確認】

#### ◎携帯電話「災害用伝言板」

◆大きな災害（震度6以上の地震など）が発生した場合、携帯電話上のwebサイトトップ画面に「災害用伝言板」へのリンクが緊急開設されます。

①自分の携帯電話で各携帯webサービスの「災害用伝言板」（日本語版または英語版）にアクセスし、メッセージを入力し残すことができます。

②家族や友人が携帯電話やパソコンで、この「災害用伝言板」にアクセスし、あなたの携帯電話番号を入力する操作を行えば、①で残したメッセージを見ることができます。

があります。緊急地震速報の入手方法は、テレビやラジオによる放送（アラーム音が鳴ります。）のほかに、携帯電話では自動的に受信できる機種があります。

## あめ 雨

### Mưa

#### ①Mưa kéo dài, mưa lớn tập trung

◆Khi mưa rơi liên tục trong khoảng thời gian dài hoặc mưa rơi nhiều trong một thời gian ngắn, nước dưới sông sẽ dâng lên. Những lúc như vậy rất nguy hiểm nên hãy tránh xa, không lại gần sông hồ.

#### ②Bão

◆Hàng năm, ở Nhật đều có bão. Mưa lớn và gió mạnh gây ra nhiều thiệt hại.

◆Hãy theo dõi thông báo về khí tượng và chuẩn bị trước khi bão đến.

○Hãy gắn cố định chậu hoa, sào phơi quần áo để ở ban công, sân nhà, hoặc mang vào trong nhà.

○Đóng cửa chớp（cửa che mưa）lại.

\*Khi có mưa lớn, bão, nếu có tin nhắn cảnh báo lánh nạn hoặc chỉ thị lánh nạn từ cơ quan hành chính địa phương, hãy làm theo và đến khu lánh nạn.

## あやうし 安全

### 【Xác nhận an nguy】

◎“**Bảng tin nhắn khi có thiên tai**” của điện thoại di động

◆Trường hợp xảy ra thiên tai lớn（ví dụ như động đất từ 6 độ trở lên...），trên màn hình trang đầu của trình duyệt web trên điện thoại sẽ có đường link dẫn đến “Bảng tin nhắn khi có thiên tai”.

①Bạn có thể truy cập vào “Bảng tin nhắn khi có thiên tai”（bằng tiếng Nhật hoặc tiếng Anh）qua các dịch vụ trang web trên điện thoại di động của mình để ghi và lưu lại tin nhắn.

②Bạn bè và người thân của bạn có thể dùng điện thoại di động hoặc máy tính để truy cập vào “Bảng tin nhắn khi có thiên tai” này, làm theo thao tác nhập số điện thoại di động của bạn thì có thể nhìn thấy tin nhắn mà bạn đã lưu ở phần 1).

## きんきゆうじしんそくほう 緊急地震速報

### Tin báo động đất khẩn cấp

◆Tin báo động đất khẩn cấp là thông báo khi có rung lắc mạnh do động đất gây ra. Từ lúc có tin báo động đất khẩn cấp đến khi có những cơn rung lắc mạnh chỉ cách nhau chừng vài giây đến vài chục giây. Trong khoảng thời gian đó, cần tranh thủ hành động để bảo vệ thân thể.

## じょうほう 情報源

### Các nguồn thông tin

テレビやラジオ、市町村からの情報で、いつも正しい情報を得るようにしましょう。

#### 【インターネット】

◆インターネット・ラジオでは、NHKのニュースが20言語で視聴できます。

◎多言語対応インターネットサイト「NHK WORLD」
https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/

◆岐阜県内の災害情報が見られます。

◎県のポータルサイト
https://www.pref.gifu.lg.jp/bousai/

#### ◎携帯の防災情報

https://www.pref.gifu.lg.jp/bousai/index\_i.html

#### 【ラジオ】

◆ラジオで、災害時の情報を得ることができます。

◎ぎふチャン AM:1431kHz

◎エフエム岐阜 FM:80.0MHz

◎NHK AM第1:729kHz AM第2:909kHz FM:83.6MHz

※地域により周波数が違います。県内のラジオ周波数一覧を確認。

https://www.nhk.or.jp/gifu/station\_info/channel.html

◎CBC AM:1053kHz

◎東海 AM:1332kHz

#### 【外国語対応の県の窓口】

◎（公財）岐阜県国際交流センター（英語・中国語・ポルトガル語・タガログ語・ベトナム語）
☎058－214－7700

◎西濃県事務所（ポルトガル語）
☎0584－73－3520

◎可茂県事務所（ポルトガル語・タガログ語）
☎0574－25－1858

Cách nhận tin báo động đất khẩn cấp là: ngoài thông tin được phát trên TV hoặc đài radio (kèm tiếng báo động khi phát) thì các loại máy điện thoại di động cũng có chức năng nhận tin nhắn này một cách tự động.

## あやうし 安全

### 【Xác nhận an nguy】

Hãy đảm bảo rằng bạn luôn tiếp cận được thông tin chính xác từ TV, đài radio hoặc từ cơ quan hành chính địa phương.

#### 【Internet】

◆Bạn có thể nghe tin tức của NHK bằng 20 thứ tiếng từ kênh đài radio, internet.

◎Trang web đa ngôn ngữ “NHK WORLD”
https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/

◆Bạn có thể thấy thông tin về thiên tai trong tỉnh Gifu.

◎ Cổng thông tin của tỉnh
https://www.pref.gifu.lg.jp/bousai/

◎ Thông tin phòng chống thiên tai trên di động
https://www.pref.gifu.lg.jp/bousai/index\_i.html

#### 【Radio】

◆Bạn có thể tiếp cận được thông tin khi có thiên tai xảy ra thông qua đài radio.

◎Gifu chan（kênh Gifu）AM：1431kHz

◎FM Gifu：80.0MHz

◎NHK AM1：729kHz AM2：909kHz FM：83.6MHz

\*Tần số có thể khác nhau tùy khu vực. Xin hãy xác nhận qua bảng tần số đài radio trong tỉnh.
https://www.nhk.or.jp/gifu/station\_info/channel.html

◎CBC AM：1053kHz

◎Tokai AM：1332kHz

### 【Cửa sổ tư vấn bằng tiếng nước ngoài trong tỉnh】

◎Trung tâm giao lưu quốc tế tỉnh Gifu（Tiếng Anh, tiếng Trung quốc, tiếng Bồ đào nha, tiếng Tagalog, tiếng Việt）
☎058－214－7700

◎Văn phòng chi nhánh Seino（Tiếng Bồ đào nha）
☎0584－73－3520

◎Văn phòng chi nhánh Kamo（Tiếng Bồ đào nha, Tagalog）
☎0574－25－1858