နေထိုင်စဉ်အတွင်း ဆောင်ရွက်နိုင်သည့် ဘေးအန္တရာယ်တုံ့ပြန်ရေး!

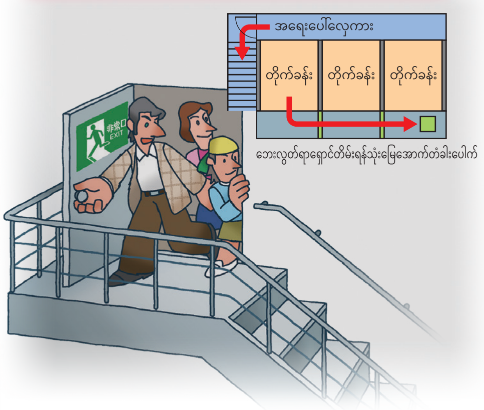
日管協

အခန်းသို့ ဝင်ရောက်နေထိုင်ပါက ဦးစွာ ဤသည်ကို **စစ်ဆေး** ကြရအောင်!!

❶ မီးသတ်ဆေးဘူးတည်နေရာကို စစ်ဆေးခြင်း

❷ အရေးပေါ်လှေကားများနှင့် ဘေးလွတ်ရာ ရှောင်တိမ်းလမ်းကြောင်းများ စစ်ဆေးခြင်း

❸ ဘေးလွတ်ရာ ရှောင်တိမ်းရာနေရာအထိ၏လမ်းကြောင်းကို စစ်ဆေးခြင်း



ထို့အပြင်! ယခုမှစ၍ ပြင်ဆင်ခြင်း၊ စစ်ဆေးခြင်းများပြုလုပ်၍ ဝင်ရောက်နေထိုင်ချိန်၏ ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ချိန်အတွက် ပြင်ဆင်ထားကြရအောင်!!

- ✔ အရေးပေါ်အစားအစာ၊ ရေကို အိမ်တွင် ပြင်ဆင်ထားခြင်း!
- ✔ ပရိဘောဂများ ပြိုကျမလာစေရန် အသေတပ်ဆင်ခြင်း!
- ✔ ဘေးကင်းရေး အတည်ပြုချက်နည်းလမ်းများကို စစ်ဆေးခြင်း!
- ✔ အရေးပေါ်သုံးသယ်သွားမည့်အိတ်ကို ပြင်ဆင်ခြင်း!
- ✔ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာ အချက်အလက်ပေးပို့မှုအက်ပလီကေးရှင်းကို စမတ်ဖုန်းတွင် ထည့်သွင်းခြင်း

အသုံးဝင်သောသတင်းအချက်အလက်များ

● သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးလက်စွဲစာအုပ် (Saitama Prefecture)

ဂျပန်ဘာသာ

https://www.pref.saitama.lg.jp/documents/112385/bousai_manualbook.pdf

ဘာသာစကား4 မျိုးထောက်ပံ့ပေးခြင်း

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

● ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ချိန်တွင် အဆင်ပြေသည့်အက်ပလီကေးရှင်းနှင့် ဝဘ်ဆိုဒ်များ (Cabinet Office)

ဘာသာစကား14 မျိုးထောက်ပံ့ပေးခြင်း

https://www.bousai.go.jp/kokusai/web/index.html

● ဂျပန်နိုင်ငံသို့လာရောက်သည့် နိုင်ငံခြားသားများအတွက် ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ချိန် အချက်အလက်ပေးပို့မှုအက်ပလီကေးရှင်း

Safety tips (Japan Tourism Agency)

နိုင်ငံ 14 နိုင်ငံ ဘာသာစကား 15 မျိုးထောက်ပံ့ပေးခြင်း

အခမဲ့ဒေါင်းလုတ်

For Android

For iPhone

Japan Property Management Association

ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ချိန်တွင် အသုံးဝင်သောလမ်းညွှန်

ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ချိန်၏ တုံ့ပြန်မှုနည်းလမ်းများ

ဝင်ရောက်နေထိုင်ချိန်တွင် စစ်ဆေးခြင်း၊ ဖြည့်သွင်းခြင်းများပြုလုပ်ပြီး၊ မြင်သာသောနေရာတွင် ကပ်ထားခြင်း သို့မဟုတ် လုံခြုံစွာ သိမ်းဆည်းထားကြရအောင်။

ငလျင်

ရုတ်တရက် ပြင်းထန်သောတုန်ခါမှုကို ခံလိုက်ရပါက စားပွဲအောက်သို့ ဝင်ပုန်းခြင်းစသည်တို့ပြုလုပ်၍ မိမိကိုယ်ကိုယ် လုံခြုံစွာကာကွယ်နိုင်အောင် ကြိုးစားကြရအောင်။

တံခါးဖွင့်ပြီး ဝင်ပေါက်ကို သေချာအောင်ပြုလုပ်ထားကြရအောင်။

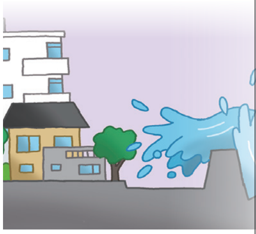
စင်များ၊ စင်ပေါ် ရှိ အရာဝတ္ထုများ၊ တီဗီများ စသည်တို့ ပြုတ်ကျလာနိုင်သောကြောင့် ၎င်းတို့နှင့် ဝေးရာသို့ ရွှေ၍ တုန်ခါမှု ရပ်တန့်သွားသည်ကို စောင့်ကြရအောင်။

အလျင်စလို အခန်းအပြင်သို့ မထွက်ပါနဲ့။

[ကိုးကား၊ အကိုးအကား]

သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ကြိုတင်ကာကွယ်ရေးလက်စွဲစာအုပ်
(Fire and Disaster Management Agency)
https://www.fdma.go.jp/relocation/bousai_manual/index.html

ဆူနာမီ



လက်ရှိနေထိုင်နေသည့် အငှားအိမ်ရာသည် နိမ့်ပါးသောပင်လယ်ကမ်းစပ်နေရာတွင် ရှိနေပါက ဆူနာမီ၊ ဆူနာမီသတိပေးချက် သတိပေးကြေညာချက်များကို မြင်ကြားခဲ့ခြင်း၊ ပြင်းထန်သော တုန်ခါမှုကို ခံစားရခြင်း၊ အကြာကြီး နှေးကွေးသော တုန်လှုပ်မှုကို ခံစားရပါက ပိုမိုမြင့်မားပြီး ဘေးကင်းသော အရပ်သို့ ရှောင်တိမ်းကြရအောင်။

ဆူနာမီမှ မိမိကိုယ်ကိုယ်ကာကွယ်ရန်အတွက်
(Japan Meteorological Agency)
https://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/tsunami201501/index.html

လက်ကမ်းစာစောင် "ငလျင်နှင့်ဆူနာမီဘေးကင်းရေးလမ်းညွှန်"
(Japan Meteorological Agency)
https://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/eqtsunami_guidance/index.html

မုန်တိုင်း၊ မိုးသည်းထန်စွာရွာခြင်း

သဘာဝအန္တရာယ်ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှုကို စစ်ဆေးခြင်းနှင့်အတူ ဘေးလွတ်ရာရှောင်တိမ်းခြင်းအချက်အလက်များပေါ်မူတည်၍ အန္တရာယ်ရှိသည့်နေရာမှ ရှောင်တိမ်းကြရအောင်

ဘေးအန္တရာယ်များအတွက် မိမိကိုယ်တိုင်ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု (Japan Meteorological Agency)
https://www.jma.go.jp/jma/kishou/know/ame_chuui/ame_chuui_p10.html

ဘေးလွတ်ရာရှောင်တိမ်းခြင်းအချက်အလက်ဆိုင်ရာလမ်းညွှန်ချက်များ (Cabinet Office)
https://www.bousai.go.jp/oukyu/hinanjouhou/r3_hinanjouhou_guideline/

မီးဘေးအန္တရာယ်

မီးလောင်ပါက သင့်အိမ်နီးနားချင်းများကို ကျယ်လောင်သော အသံဖြင့် အသိပေးပြီး 119 သို့ ဖုန်းခေါ်ဆိုကြရအောင်။

မီးစလောင်ပြီးပြီးချင်းဖြစ်ပါက ဘေးလွတ်ရာရှောင်တိမ်းခြင်းလမ်းကြောင်းကို သေချာအောင်ပြုလုပ်ပြီးနောက်မှ မီးသတ်ဆေးဘူးဖြင့် မီးငြိမ်းသတ်ပါ။

အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်သည်ဟုခံစားရပါက မီးကို ဆက်လက်မငြိမ်းသတ်တော့ဘဲ ဘေးလွတ်ရာရှောင်တိမ်းကြရအောင်။

(တစ်ကိုယ်တည်းနေပါက ကနဦးမီးငြိမ်းသတ်ပြီးမှ 119 ကို ဖုန်းဆက်ပါ)

အင်္ဂလိပ်ဘာသာ! မီးသတ်လေ့ကျင့်မှုတွင် အသုံးပြုနိုင်သည့်ဗီဒီယိုအချက်အလက်များ
(Osaka Chuo Fire Station)
https://www.city.osaka.lg.jp/shobo_chuo/page/0000515068.html

လူနေအိမ်မီးဘေးကာကွယ်ရေးအတွက် အကြံပြုချက် 10 ချက်
(Tokyo Fire Department)
https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/lfe/topics/10_kokoroe/index.html

---

လျှပ်စစ်မီးပြန်လည်ရရှိရေးနည်းလမ်း

လျှပ်စစ်မီးပြတ်တောက်သွားပါက ပြန်လည်ရရှိချိန်အထိ အချိန်အနည်းငယ်ကြာမြင့်တတ်ပါသည်။

အဆက်အသွယ်မပြတ်သွားစေရန် မိုဘိုင်းလ်ဖုန်းနှင့် စမတ်ဖုန်းအားသွင်းကိရိယာ (မိုဘိုင်းဘက်ထရီ) ကို ပြင်ဆင်ထားကြရအောင်။

လျှပ်စစ်ကုမ္ပဏီအမည်

ဖုန်းနံပါတ်

ဂတ်စ်ပြန်လည်ရရှိရေးနည်းလမ်း

ငလျင်၊ ဘေးအန္တရာယ်ကဲ့သို့သော အန္တရာယ်များကို ကြိုတင်သိရှိပြီး၊ ဂတ်စ်ထောက်ပံ့မှု ရပ်တန့်သွားတတ်ပါသည်။

မီတာပေါ် ရှိ မီးနီသည် မှိတ်တုတ်မှိတ်တုတ်ဖြစ်နေပါက သတ်မှတ်ထားသောနည်းလမ်းအတိုင်း ပြုလုပ်ပါက ဖွင့်နိုင်ပါသည်။

ဂတ်စ်ကုမ္ပဏီအမည်

ဖုန်းနံပါတ်

ရေပေးဝေမှုပြန်လည်ရရှိရေးနည်းလမ်း

ရေပေးဝေမှုပြတ်တောက်သွားပါက ပြန်လည်ရရှိချိန်အထိ အချိန်အနည်းငယ်ကြာမြင့်တတ်ပါသည်။

သောက်သုံးရေကို ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားကြရအောင်။

ရေပေးဝေမှုကုမ္ပဏီအမည်

ဖုန်းနံပါတ်

ပစ္စည်းများပြန်လည်ရရှိရေးနည်းလမ်း

သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ချိန်၏တိုက်ခန်းပစ္စည်းများပြန်လည်ရရှိရေးနည်းလမ်း ((အများအကျိုးပြုအဖွဲ့အစည်း)ဂျပန်အငှားအိမ်ရာစီမံခန့်ခွဲမှုအသင်း)

[ဘာသာစကား 14 မျိုးဖြင့် ရနိုင်သည်]

https://welcome.jpm.jp/

ဘေးလွတ်ရာရှောင်တိမ်းရာနေရာ

အခန်းထဲတွင် အန္တရာယ်ကိုခံစားရခြင်း၊ ဘေးလွတ်ရာရှောင်တိမ်းရန်ညွှန်ကြားချက်ထုတ်ပြန်ခဲ့ပါက ဘေးကင်းသော ရှောင်တိမ်းရာနေရာသို့ ထွက်ပြေးကြရအောင်။

ဘေးလွတ်ရာရှောင်တိမ်းရာနေရာ

ခေါ်ဆိုမှုစင်တာများနှင့် စီမံခန့်ခွဲမှုကုမ္ပဏီများ၏ ဆက်သွယ်ရန်လိပ်စာ

ကာလရှည်ဇာတိနိုင်ငံသို့ပြန်ခြင်း သို့မဟုတ် နေထိုင်နေစဉ်အခန်းနှင့်ပတ်သက်သည့် ပြဿနာတစ်စုံတစ်ရာရှိပါက ခေါ်ဆိုမှုစင်တာများနှင့် စီမံခန့်ခွဲမှုကုမ္ပဏီသို့ ဆက်သွယ်ကြရအောင်။

ခေါ်ဆိုမှုစင်တာများ၊
စီမံခန့်ခွဲမှုကုမ္ပဏီအမည်

ဖုန်းနံပါတ်

Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism

Japan Property Management Association
18F SapiaTower, 1-7-12 Marunouchi, Chiyoda-ku, Tokyo, 100-0005
TEL: 03-6265-1555

2023.3