

Hãy tạo Lịch trình cá nhân



Lịch trình cá nhân là một bản kế hoạch sơ tán sắp xếp theo chuỗi thời gian các hành động phòng chống thiên tai mà mọi người nên thực hiện trước khi các cơn bão và mưa lớn ập đến. Hãy kiểm tra những rủi ro thiên tai có thể xảy ra xung quanh mình và xác định thời gian sơ tán, điểm đến sơ tán cũng như những vật dụng cần thiết phải mang theo, v.v.

Xem xét việc sơ tán.

Trong trường hợp thiên tai, vì có khả năng nhiều người tập trung tại nơi trú ẩn, vui lòng xem xét các điểm sau:

- (1) Xem xét việc đảm bảo các nơi an toàn khác ngoài nơi trú ẩn theo quy định, ví dụ nhà của người thân hoặc bạn bè.
- (2) Nếu có thể đảm bảo an toàn tại nhà, hãy xem xét tùy chọn trú ẩn tại nhà (như lên tầng 2 để trú ẩn chẳng hạn).

Lịch Trình Cá Nhân của..... Ngày tạo: ngày tháng năm

Lúc bình thường Có nguy cơ xảy ra mưa lớn

Thời điểm bắt đầu sơ tán

Xây ra thiên tai

Thông tin khí tượng, sơ tán

Cấp độ cảnh giác 1
Thông tin cảnh báo sớm
Thông tin khí tượng



Cấp độ cảnh giác 2
Cảnh báo mưa lớn, lũ lụt
Thông tin khí tượng



- Cảnh báo về mưa lớn và lũ
- Thông tin cảnh giác lũ tràn...v.v.

Cấp độ cảnh giác 3
Sơ tán người cao tuổi, v.v...
Thông tin sơ tán do Thành phố ban hành

- Thông tin cảnh giác tai họa sạt lở đất
- Thông tin nguy hiểm lũ tràn...v.v.

Cấp độ cảnh giác 4
Chỉ thị lạnh nạn
Thông tin sơ tán do Thành phố ban hành



- Cảnh báo đặc biệt mưa to
- Thông tin phát sinh lũ tràn...v.v.

Cấp độ cảnh giác 5
Biện pháp bảo đảm an toàn khẩn cấp
Thông tin sơ tán do Thành phố ban hành

Chuẩn bị và xác nhận sơ tán

● Kiểm tra bản đồ nguy cơ

Có nguy cơ ngập lụt Có Không

Độ ngập sâu: _____ m

Có nguy cơ sạt lở đất đá Có Không

● Xác nhận địa điểm sơ tán

Cần xác nhận trước địa điểm và thời gian cần thiết để sơ tán. (Nếu ở yên nhà bạn không nguy hiểm gì, không cần phải sơ tán, không cần điền vào mục này.)

Điểm đến sơ tán: _____

Thời gian cần thiết để sơ tán: _____

● Thời điểm bắt đầu sơ tán

- Trường hợp người cao tuổi, người khuyết tật, trẻ nhỏ cần thời gian để sơ tán



Khi Cấp độ cảnh giác 3 được đưa ra

- Ngoài những đối tượng trên (Chuẩn bị sơ tán ở cấp độ Cấp độ cảnh giác 3)



Khi Cấp độ cảnh giác 4 được đưa ra

● Cách thức thu thập thông tin sơ tán

- Thư từ Thành phố Hakusan
- Đài phát thanh phòng chống thiên tai
- Trang web của Hakusan-shi
- Kênh liên lạc Line của Hakusan-shi

- Hãy bắt đầu sơ tán ngay lập tức nếu bạn chưa sơ tán.
- Nếu chạy ra ngoài trở nên nguy hiểm thì hãy đảm bảo an toàn bằng cách ở lại trong tòa nhà.

Các điểm cần lưu ý:

● Chuẩn bị trước

- Kiểm tra dự báo thời tiết trên TV, v.v.
- Xác nhận địa điểm sơ tán và tuyến đường sơ tán
- Kiểm tra đồ đạc sơ tán cần thiết (mặt sau)
- Chuẩn bị các loại thuốc mang theo
- Sạc điện thoại di động
-

● Điểm cần chú ý khi sơ tán:

- Xác nhận địa điểm sơ tán
- Kiểm tra lửa và khóa cửa
- Mang theo túi đựng vật dụng cần thiết đi sơ tán
- Mặc quần áo và đi giày dép thoải mái khi đi sơ tán
-
-

Việc sơ tán hoàn thành tại đây

- Hãy liên lạc và báo tình hình của mình với người thân, gia đình.



Danh sách kiểm tra đồ đạc sơ tán cần thiết

- Đóng gói đồ sơ tán vào túi dạng ba lô đeo được vào lưng (túi sơ tán) để mang vác được gọn nhẹ.
- Hãy đóng gói nó một cách nhẹ nhàng và hiệu quả để không làm trở ngại cho quá trình sơ tán.
- Chọn các vật dụng cần thiết tùy vào tình trạng của cá nhân và gia đình của bạn.
- Xác định ưu tiên cho những vật dụng cần thiết và chuẩn bị chúng.
- Kiểm tra đồ đạc định kỳ.



Nhân vật hình ảnh của Công viên địa chất Hakusan Tetorigawa "Me Yukimama và bé Shizuku-chan"

● Tài sản quý giá

- Tiền mặt
(Đồng xu 10 yen, 100 yen, v.v. để có thể dùng điện thoại công cộng)
- Chìa khóa dự phòng cho ô tô và nhà
- Kính dự phòng, kính áp tròng v.v.
- Số tài khoản ngân hàng, số hợp đồng bảo hiểm nhân thọ v.v.
- Thẻ bảo hiểm y tế
- Giấy tờ cá nhân
(Bằng lái xe, thẻ số cá nhân, v.v.)
- Con dấu
- Sổ y tế mẹ và con

● Những đồ có đầy đủ thông tin

- Điện thoại di động (bao gồm cả sạc)
- Radio cầm tay (bao gồm cả pin dự phòng)
- Ảnh gia đình (sử dụng khi bị lạc)
- Liên lạc khẩn cấp với gia đình, người thân, bạn bè
- Bản đồ nguy cơ
- Bản đồ phòng chống thiên tai tổng hợp
- Dụng cụ viết

● Vật phẩm cho sức khỏe và vệ sinh cá nhân

- Bộ cấp cứu
- Thuốc dự trữ, thuốc theo đơn (sổ y tế)
- Khăn
- Giấy vệ sinh
- Quần áo thay đổi (bao gồm cả đồ lót)
- Khăn ướt
- Khẩu trang
- Nước rửa tay,
- Xà phòng
- Nhiệt kế

● Thức ăn và nước

- Thức ăn khẩn cấp
- Nước uống

● Vật phẩm tiện ích

- Nón và mũ bảo hiểm
- Đèn di động (bao gồm cả pin dự phòng)
- Còi và còi báo động
(Sử dụng để phát âm thanh báo hiệu vị trí của bạn)
- Dao đa năng
- Toilet di động
- Đồ giữ nhiệt dùng một lần
- Túi nhựa
- Chống nhiệt bằng nhôm
- Chăn
- Dép lê
- Găng tay lao động và găng tay da
- Que diêm và bật lửa
- Túi chứa nước
- Đồ mưa (áo mưa, ủng)
- Chăn picnic
- Bếp từ (bình gas)

● Khác

- Bỉm
(Dành cho trẻ nhỏ hoặc người cao tuổi)
- Băng vệ sinh phụ nữ
- Sữa bột và bình sữa v.v.
(Cho trẻ sơ sinh)
- Những vật dụng không thể thiếu trong cuộc sống hàng ngày