ベトナム語

"Động đất!" Bạn sẽ làm gì?

Nhật Bản là một quốc gia thường xuyên xảy ra động đất. Bạn đã từng trải qua động đất chưa?

Cường độ địa chấn (độ mạnh của sự rung lắc)

Cường độ địa chấn 7	Tôi không thể đứng được.
Cường độ địa chấn 6+	Nhà cửa và các công trình xây dựng có thể sụp đổ.
Cường độ địa chấn 6-	Thật khó để đứng vững.
Cường độ địa chấn 5+	Thật khó để đi lại mà không bám vào thứ gì đó.
Cường độ địa chấn 5-	Tôi cảm thấy thôi thúc muốn níu giữ một thứ gì đó.
Cường độ địa chấn 1-4	Hầu hết mọi người đang đi bộ đều có thể cảm nhận được sự rung lắc.

Nên làm gì nếu xảy ra động đất? Nên làm gì nếu cảm thấy có động đất?



① Hạ thấp tư thế ngay lập tức. Nếu bạn ở ngoài trời, hãy chọn vị trí ít có nguy cơ bị vật thể bay va vào!

② Hãy bảo vệ đầu khỏi các vật rơi. Đặt đầu dưới bàn hoặc ghế! Dùng gối hoặc tạp chí để bảo vệ đầu.
Nếu bạn ở ngoài trời, hãy bảo vệ đầu bằng túi hoặc vật dụng tương tự.

③ Hãy ở yên tại chỗ cho đến khi rung lắc chấm dứt! Đừng vội vàng chạy ra khỏi tòa nhà!
Nếu bạn ở ngoài trời, hãy ở gần các bức tường bê tông hoặc kính.

Sau khi trận động đất lắng xuống…

① Hãy cẩn thận với mảnh kính vỡ, mang dép hoặc giày và kiểm tra kỹ chỗ đứng.
② Mở cửa ra vào và cửa sổ để đảm bảo các lối thoát hiểm.
③ Đóng van ga và tắt cầu dao điện.
④ Nếu bạn đang sử dụng lửa, hãy tắt nó đi.
Nếu thấy khói bốc ra, hãy che miệng và mũi bằng khăn tay hoặc khăn tắm.
Nếu không thể thực hiện các biện pháp dập lửa ban đầu, hãy ưu tiên sơ tán!
⑤ Hạ thấp người và di chuyển đến nơi an toàn.
⑥ Hãy cảnh giác với dư chấn và giữ bình tĩnh.
※"Dư chấn" là hiện tượng động đất xảy ra sau một trận động đất lớn.

Những việc cần làm để chuẩn bị cho một trận động đất

① Các biện pháp an toàn tại nhà
- Sử dụng thanh căng hoặc giá đỡ để cố định đồ nội thất và các vật dụng khác.
- Dán màng chống vỡ lên mặt kính và đặt các vật nặng ở dưới cùng bất cứ khi nào có thể!
- Không đặt đồ vật ở hành lang hoặc cửa ra vào.
- Hãy rút phích cắm của tất cả các thiết bị điện khi không sử dụng.

② Chuẩn bị đồ dùng khẩn cấp
- Chuẩn bị ít nhất lượng thức ăn đủ dùng trong ba ngày, và lý tưởng nhất là đủ dùng trong một tuần.
- Lượng nước uống được khuyến nghị hàng ngày là 3 lít/người.
- Thực phẩm tiệt trùng, đồ hộp, mì ăn liền và các mặt hàng khác có thể bảo quản được lâu.
- Những vật dụng cần thiết cho sinh hoạt hàng ngày, chẳng hạn như bếp ga di động và bình ga, nhà vệ sinh di động và đèn pin, radio và pin dự phòng cho điện thoại di động.
- Hãy sử dụng hết nước uống và bổ sung những thực phẩm sắp hết hạn sử dụng.

③ Xác nhận phương thức liên lạc và địa điểm sơ tán.
- Hãy sử dụng các dịch vụ nhắn tin khẩn cấp và bảng thông báo, đồng thời mang theo thẻ phòng chống thiên tai.