មគ្គទេសក៍ការពារគ្រោះមហន្តរាយ
សម្រាប់ជនបរទេស

ទីក្រុងអូហ្វូណាតេ (Ofunato City)

ប្រទេសជប៉ុនមានគ្រោះមហន្តរាយកើតឡើងជាច្រើន។ យើងមិនអាចដឹងថា គ្រោះមហន្តរាយនឹងកើតឡើងនៅពេលណានោះទេ។ សូមចងចាំអ្វីដែលត្រូវធ្វើនៅក្នុងគ្រោះមហន្តរាយនីមួយៗ ដើម្បីការពារខ្លួនអ្នកពីគ្រោះថ្នាក់។

គ្រោះរញ្ជួយដី (Jishin)	រលកយក្សស៊ូណាមិ (Tsunami)	ភ្លៀងធ្លាក់ខ្លាំង / ទឹកជំនន់ (Ooame / Kouzui)	គ្រោះអគ្គិភ័យ (Kaji)
			
ការពារក្បាលរបស់អ្នក នៅពេលការរញ្ជួយស្ងប់ស្ងាត់ សូមពន្លត់ភ្លើង	**រត់ភៀសខ្លួនទៅកាន់ទីទួលខ្ពស់ (កន្លែងខ្ពស់) កុំត្រឡប់ទៅកន្លែងទាបវិញ ឲ្យសោះ**	**កុំទៅជិតសមុទ្រ ឬទន្លេ (កន្លែងជិតទឹក) ប្រយ័ត្នការបាក់ដី**	**ទូរស័ព្ទទៅលេខ ១១៩ (119) ស្រែកឲ្យខ្លាំងៗថា "TASUKETE"(ជួយផង) ទម្លាក់ខ្លួនឲ្យទាប ហើយរត់ភៀសខ្លួន**





អ្នកអាចដឹងពីប្រភេទគ្រោះមហន្តរាយតាមរយៈសំឡេងប្រកាសព័ត៌មាន

(ពាក្យគន្លឹះនៃការប្រកាសអាសន្នរញ្ជួយដី) • Kinkyu (អាសន្ន) • Jishin (រញ្ជួយដី) • Ojishin (រញ្ជួយដីខ្លាំង)	(ពាក្យគន្លឹះនៃការប្រកាសអាសន្នស៊ូណាមិ) • Tsunami (រលកយក្សស៊ូណាមិ) • Takadai (ទីទួលខ្ពស់) • Hinan (ការភៀសខ្លួន)	(ពាក្យគន្លឹះនៃការប្រកាសអាសន្នភ្លៀងធ្លាក់ខ្លាំង) • Keikai level (កម្រិតប្រុងប្រយ័ត្ន) • Oame (ភ្លៀងធ្លាក់ខ្លាំង) • Kozui (ទឹកជំនន់)	(ពាក្យគន្លឹះនៃការប្រកាសអាសន្នអគ្គិភ័យ) • Kasai (គ្រោះអគ្គិភ័យ) • Ensho (ការឆេះរាលដាល) • Hinan (ការភៀសខ្លួន)



ស្តាប់ការប្រកាសអាសន្នរញ្ជួយដី និងស៊ូណាមិ
※ សូមស្តាប់ដោយកម្រិតសំឡេងតិចៗ



「Hinan」 =ការភៀសខ្លួន / រត់ភៀសខ្លួន

ស្វែងរកព័ត៌មានអំពីគ្រោះមហន្តរាយ

【គណនី LINE ផ្លូវការរបស់ក្រុងអូហ្វូណាតូ】
មើលព័ត៌មានប្រកាស និងការជូនដំណឹងផ្សេងៗពីទីក្រុង។




【Safety tips】
មើលព័ត៌មានគ្រោះមហន្តរាយនៅជប៉ុនជាភាសាផ្សេងៗ។




【NHK WORLD】
មើលព័ត៌មានទូទៅ និងព័ត៌មានអាសន្នជាភាសាផ្សេងៗ។




(カンボジアからお越しの方向け)

អ្វីដែលត្រូវធ្វើមុនពេលគ្រោះមហន្តរាយកើតឡើង

នៅពេលមានគ្រោះមហន្តរាយ អ្នកមិនអាចរស់នៅតាមធម្មតាបានឡើយ។ សូមរៀបចំទុកជាមុន មុនពេលគ្រោះមហន្តរាយកើតឡើង។

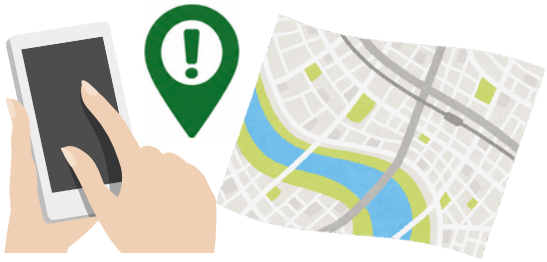
ត្រូវយល់ដឹង! បញ្ហាប្រឈមនៅពេលមានគ្រោះមហន្តរាយ

មិនអាចប្រើអគ្គិសនី និងហ្គាសបាន គ្មានទឹកប្រើប្រាស់ មិនអាចទិញអាហារនៅតាមហាងបាន មិនអាចប្រើប្រាស់ជណ្តើរយន្តបាន



រួមគ្នារៀបចំ! ដើម្បីកាត់បន្ថយការខូចខាតនៅពេលមានគ្រោះមហន្តរាយ សូមរៀបចំទុកជាមុន

- ពិនិត្យមើល " Hazard Map " (ផែនទីគ្រោះថ្នាក់)។ តើមានកន្លែងគ្រោះថ្នាក់នៅជិតផ្ទះរបស់អ្នកដែរឬទេ?



- ស្វែងរកកន្លែងសុវត្ថិភាពដូចជា មជ្ឈមណ្ឌលភៀសខ្លួន ថានៅឯណា និងរបៀបធ្វើដំណើរទៅកាន់ទីនោះ។



- រៀបចំសម្ភារៈយកតាមខ្លួនពេលភៀសខ្លួន ដូចជា ប្រាក់សុទ្ធ ប័ណ្ណស្នាក់នៅ, ទឹក និងអាហារ។



- សម្រេចចិត្តជាមុនថាត្រូវធ្វើអ្វី ប្រសិនបើមានគ្រោះមហន្តរាយកើតឡើង។



រួមគ្នាហាត់អនុវត្ត! ចូលរួមការហ្វឹកហាត់ការពារគ្រោះមហន្តរាយហើយសាកល្បងអនុវត្តអ្វីដែលត្រូវធ្វើពេលមានគ្រោះមហន្តរាយ



នៅទីក្រុងអូហ្វូណាតេ មាន "ការហ្វឹកហាត់ការពារគ្រោះមហន្តរាយ" ជារៀងរាល់ឆ្នាំ។ តោះរួមគ្នាហាត់អនុវត្តអ្វីដែលត្រូវធ្វើនៅពេលមានគ្រោះមហន្តរាយ។

◀ធ្នាំងផ្សព្វផ្សាយការការពារគ្រោះមហន្តរាយ ដែលអាចអានជាភាសាផ្សេងៗ

Disaster Preparedness Drill Book

ហ្គេមយល់ដឹងអំពីគ្រោះមហន្តរាយនៅជប៉ុន ▶

ទំនាក់ទំនង៖ ផ្នែកគ្រប់គ្រងវិបត្តិ និងការពារគ្រោះមហន្តរាយ ទីក្រុងអូហ្វូណាតេ 0192-27-3111 ofu_bousai@city.ofunato.iwate.jp