



事前に家族と防災ガイドブックで「災害の種類」や「避難のタイミング」などを学び、災害発生時に困らないようにしましょう！

ขอให้ทำการเรียนรู้ “ประเภทของภัยพิบัติ” และ “จังหวะที่จะทำการหลบภัย” เป็นต้น จากหนังสือแนะนำการป้องกันภัยพิบัติกับคนในครอบครัวไว้ล่วงหน้า เพื่อที่จะได้ไม่ประสบปัญหาหากเกิดภัยพิบัติขึ้นจริง !

マイ避難カード บัตรหลบภัยของฉัน (มายินันการด์)		
災害の種類 ประเภทของภัยพิบัติ		名前 ชื่อ
確認! ตรวจสอบ!	判断材料の入手 รับรู้รายละเอียดในการตัดสินใจ	(何が危険? 大雨や台風の時は何を確認?) (อะไรอันตราย? ถ้าเกิดฝนตกหรือพายุได้ฝุ่นจะต้องตรวจสอบอะไร?)
いつ? เมื่อไหร่?	逃げ時 ตอนที่ต้องหนี	(何がどうなったら?) (เมื่อเกิดอะไรขึ้น?)
どこに? ไปที่ไหน?	避難先 สถานที่หลบภัย	(どこに? どのルートで?) (ไปที่ไหน? ไปด้วยเส้นทางไหน?)
	昼 (明るい時) กลางวัน (ตอนสว่าง)	
	夜 (暗い時) กลางคืน (ตอนมืด)	
どのように? อย่างไร?	避難する方法 วิธีหลบภัย	(だれと? 歩いて? 車で?) (ไปกับใคร? เดินไป? นั่งรถไป?)
	昼 (明るい時) กลางวัน (ตอนสว่าง)	
	夜 (暗い時) กลางคืน (ตอนมืด)	
(その他 ×モ) (อื่นๆ มันทีก)		



次のような場合、どのようにして逃げますか？

私はお父さん、お母さんと弟（3歳）とアパートに4人で住んでいます。
私の家は山と海が近くにあります。

ถ้าหากกรณีต่อไปนี้ จะทำการหนีอย่างไร ?

ฉันอาศัยอยู่ในอพาร์ทเมนท์ อยู่ด้วยกัน 4 คน มีพ่อ แม่ ฉันและน้องชาย (3 ขวบ)
บ้านของฉันอยู่ใกล้กับภูเขาและทะเล

マイ避難カード(記載例)

災害の種類	地震	名前	〇〇 〇〇
確認!	判断材料の入手 (何が危険? 大雨や台風の時は何を確認?) ・緊急地震速報、緊急速報メール ・津波注意報・警報 一兵庫県CGハザードマップ、ひょうご防災APPやテレビなどから		
いつ?	逃げ時 (何がどうなったら?) 揺れがおさまって、家にいて危ないとき		
どこに?	避難先 (どこに? どのルートで?) 昼(明るい時) daytime 第一候補: 〇〇小学校 第二候補: 〇〇公民館 夜(暗い時) nighttime 第一候補: 〇〇公民館 第二候補: 近くの安全な高台		
どのように?	避難する方法 (だれと? 歩いて? 車で?) 昼(明るい時) daytime 家族と歩いて(弟と手をつなく、海から離れる) 夜(暗い時) nighttime 懐中電灯を持ち、広い道路を選び、避難先に行き、明るくなるまで待機		

(その他 メモ)

避難するときに防災グッズ(身分証明証や薬など)や緊急連絡先カードを忘れない!
自宅が土砂災害警戒区域、津波浸水想定区域にあるため、土砂災害・津波に注意!

マイ避難カード(記載例)

บัตรหลบภัยของฉัน (มายืนยันการ์ด) (ตัวอย่างการเขียน)

災害の種類 ประเภทของภัยพิบัติ	แผ่นดินไหว	名前 ชื่อ	〇〇 〇〇
確認!	判断材料の入手 (何が危険? 大雨や台風の時は何を確認?) รับรู้รายละเอียดในการตัดสินใจ (อะไรอันตราย? เกิดฝนตกหรือพายุได้ไหมจะต้องตรวจสอบอะไร?) * ข่าวด่วนเรื่องแผ่นดินไหวกรณีฉุกเฉิน อิมข่าวด่วนกรณีฉุกเฉิน * ประกาศเตือนให้เฝ้าระวัง / ประกาศเตือนภัยคลื่นสึนามิ → จากแผนที่ ซึจี ฮาซาร์ดแมป จังหวัดเฮียวโงะ, เฮียวโงะไปไซเบอร์พพลิเคชัน หรือ โทรทัศน์ เป็นต้น		
いつ?	逃げ時 (何がどうなったら?) ตอนที่ต้องหนี (เมื่อเกิดอะไรขึ้น?) เมื่อหยุดสั่นสะเทือน และจะมีอันตรายหากอยู่ที่บ้าน		
どこに?	避難先 (どこに? どのルートで?) สถานที่หลบภัย (ไปไหน? ไปด้วยเส้นทางไหน?) 昼(明るい時) กลางวัน (ตอนสว่าง) ตัวเลือกที่ 1: โรงเรียนประถม 〇〇 ตัวเลือกที่ 2: อาคารศูนย์ชุมชน 〇〇 夜(暗い時) กลางคืน (ตอนมืด) ตัวเลือกที่ 1: อาคารศูนย์ชุมชน 〇〇 ตัวเลือกที่ 2: ที่สูงที่ปลอดภัยที่อยู่ใกล้		
どのように?	避難する方法 (だれと? 歩いて? 車で?) วิธีหลบภัย (ไปกับใคร? เดินไป? นั่งรถไป?) 昼(明るい時) กลางวัน (ตอนสว่าง) เดินไปกับครอบครัว (งูมือน้องชาย และออกมาให้ห่างจากทะเล) 夜(暗い時) กลางคืน (ตอนมืด) ถือไฟฉาย เลือกทางที่กว้าง เดินทางไปยังสถานที่หลบภัย และอยู่ที่นั่นจนสว่าง		

(その他 メモ) (อื่นๆ บันทึก)

ในตอนที่หลบหนีอย่าลืมสิ่งของเครื่องใช้เพื่อรับมือภัยพิบัติ (เอกสารแสดงตน ยา เป็นต้น) และบัตรหมายเลขติดต่อฉุกเฉิน!
และเพราะบ้านอยู่ในบริเวณเฝ้าระวังภัยพิบัติจากแผ่นดินถล่ม และบริเวณคาดการณ์ว่าจะมีน้ำมาจากคลื่นสึนามิ จึงขอเฝ้าระวังภัยพิบัติจากแผ่นดินถล่มและคลื่นสึนามิ



次のような場合、どのようにして逃げますか？

私はお父さん、お母さんと弟（3歳）とアパートに4人で住んでいます。
私の家は山と海が近くにあります。

ถ้ารับกรณีต่อไปนี้ จะทำการหนีอย่างไร ?

ฉันอาศัยอยู่ในบ้านหลังเดียว อยู่ด้วยกัน 5 คน มีคุณย่า พ่อ แม่ ฉันและน้องชาย (3 ขวบ)
บ้านของฉันอยู่ใกล้กับภูเขา

マイ避難カード(記載例)

災害の種類	土砂災害	名前	〇〇 〇〇
確認!	判断材料の入手 (何が危険? 大雨や台風の時は何を確認?) ・土砂災害危険度分布 (兵庫県CGハザードマップ、気象庁HPなど) ・避難や災害情報 (ひょうご防災ネット、テレビなどから)		
いつ?	逃げ時 (何がどうなったら?) 警戒レベル3「高齢者等避難」が発出されたら避難 (警戒レベル2「大雨・洪水・高潮注意報」で避難の準備)		
どこに?	避難先 (どこに? どのルートで?) 昼(明るい時) daytime 第一候補: 〇〇小学校 第二候補: 〇〇公民館 夜(暗い時) nighttime 避難が困難の場合は自宅の2階(山と反対側で待機)		
どのように?	避難する方法 (だれと? 歩いて? 車で?) 昼(明るい時) daytime 家族と歩いて(弟と手をつなぐ) 夜(暗い時) nighttime 明るいうちに避難! 間に合わない場合は、備蓄などを持って、自宅の2階で待機		

(その他 メモ)

自宅がハザードマップの土砂災害警戒区域内にある。
弟との避難は時間がかかるので、警戒レベル4「避難指示」を待たずに避難!

マイ避難カード(記載例)

บัตรหลบภัยของฉัน (มายอฉันนการภัย) (ตัวอย่างการเขียน)

災害の種類 ประเภทของภัยพิบัติ	ภัยพิบัติจากแผ่นดินถล่ม	名前 ชื่อ	〇〇 〇〇
確認! ตรวจสอบ!	判断材料の入手 (何が危険? 大雨や台風の時は何を確認?) วัสดุรายละเอียดในการตัดสินใจ (อะไรอันตราย? ภัยพิบัติหรือพายุไต้ฝุ่นจะตรวจสอบอะไร?) ・แผนที่แสดงจุดอันตรายภัยพิบัติจากแผ่นดินถล่ม (ซีจี ฮาซาร์ดแมป จังหวัดเฮียวโงะ, เว็บไซต์กรมอุตุนิยม เป็นต้น) ・ข้อมูลข่าวสารการหลบภัยและภัยพิบัติ (จาก เฮียวโงะไปไซเทค, โทรทัศน์ เป็นต้น)		
いつ? เมื่อไหร่?	逃げ時 (何がどうなったら?) ตอนที่ต้องหนี (เมื่อเกิดอะไรขึ้น?) ทำการหลบภัยออกมาเมื่อประกาศเตือนภัยระดับ 3 “การหลบภัยของผู้สูงอายุ เป็นต้น” (เตรียมที่จะหลบภัยเมื่อมีประกาศเตือนภัยระดับ 2 “ประกาศเตือนให้ระวังฝนตกหนัก น้ำท่วม น้ำขึ้นจากพายุ”)		
どこに? ไปที่ไหน?	避難先 (どこに? どのルートで?) สถานที่หลบภัย 昼(明るい時) กลางวัน (ตอนสว่าง) ตัวเลือกที่ 1: โรงเรียนประถม 〇〇 ตัวเลือกที่ 2: อาคารศูนย์ชุมชน 〇〇 夜(暗い時) กลางคืน (ตอนมืด) ถ้าลำบากที่จะหลบภัย ขอให้ขึ้นไปชั้น 2 ของบ้าน (หลบอยู่ด้านที่ไม่มีสิ่งที่เป็นภูเขา)		
どのように? อย่างไร?	避難する方法 (だれと? 歩いて? 車で?) วิธีหลบภัย (ไปกับใคร? เดินไป? นั่งรถไป?) 昼(明るい時) กลางวัน (ตอนสว่าง) ถ้าลำบากที่จะหลบภัย ขอให้ขึ้นไปชั้น 2 ของบ้าน (หลบอยู่ด้านที่ไม่มีสิ่งที่เป็นภูเขา) 夜(暗い時) กลางคืน (ตอนมืด) หลบภัยออกมาในตอนที่ที่ยังสว่าง แต่ถ้าไม่ทัน ขอให้ขึ้นไปหลบอยู่ที่ชั้น 2 ในบ้าน โดยนำอาหารเครื่องดื่ม เป็นสิ่งที่สำรองไว้ขึ้นไปด้วย		

(その他 メモ) (อื่นๆ บันทึก)

บ้านอยู่ในบริเวณเฝ้าระวังภัยพิบัติจากแผ่นดินถล่มที่ระบุไว้ในแผนที่อาซาร์ดแมป
และเพราะต้องใช้เวลามากในการหลบภัยกับน้องชาย จึงขอให้หลบภัยออกมาโดยไม่ต้องรอประกาศเตือนภัยระดับ 4 “คำสั่งให้หลบภัย”!