



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！

Cùng với gia đình học trước "các loại thiên tai" và "thời điểm lánh nạn", v.v. trong sách hướng dẫn phòng chống thiên tai để không gặp khó khăn khi thiên tai xảy ra !



マイ避難カード Thở lánh nạn bản thân

災害の種類 Các loại thiên tai

名前 Họ tên

確認！
Xác nhận!

判断材料の入手

(何が危険？ 大雨や台風の際に何を確認？)

Thu thập tài liệu giúp phán đoán

(Cái gì nguy hiểm? Kiểm tra những gì khi mưa lớn và bão?)

いつ？
Khi nào?

逃げ時

(何がどうなったら?)

Thời điểm chạy thoát

(Điều gì xảy ra?)

どこに？
Ở đâu?

避難先

(どこに？ どのルートで?)

Địa điểm lánh nạn

(Ở đâu? Đi bằng lộ trình nào?)

昼(明るい時) Buổi trưa (Khi trời sáng)

夜(暗い時) Buổi tối (Khi trời tối)

どのように？
Làm như thế nào?

避難する方法

(だれと？ 歩いて？車で?)

Phương pháp lánh nạn

(Với ai? Đi bộ? Bằng ô tô?)

昼(明るい時) Buổi trưa (Khi trời sáng)

夜(暗い時) Buổi tối (Khi trời tối)

(その他 メモ) (Các ghi chú khác)



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あます。

Làm thế nào để có thể chạy thoát trong trường hợp sau đây ?

Tôi sống trong một căn hộ 4 người cùng với cha, mẹ, và em trai (3 tuổi). Nhà của tôi ở gần núi và biển.

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 ・緊急地震速報、緊急速報メール ・津波注意報・警報 →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 揺れがおさまって、家にいて危ないとき		
どこに？	避難先 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 昼（明るい時） daytime 家族と歩いて（弟と手をつなぐ、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（身分証明書や薬など）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) Thẻ lánh nạn bản thân (Ví dụ cách ghi)

災害の種類 Các loại thiên tai	Động đất	名前 Họ tên	〇〇 〇〇
確認！ Xác nhận!	判断材料の入手 Thu thập tài liệu giúp phán đoán Thông báo động đất khẩn cấp, Email thông báo khẩn cấp ・ Cảnh báo, thông báo chú ý sóng thần → Từ bản đồ dự đoán địa điểm có xảy ra thiên tai CG tỉnh Hyogo, APP phòng chống thiên tai Hyogo, Tivi, v.v.		
いつ？ Khi nào？	逃げ時 Thời điểm chạy thoát Khi rung lắc ngừng, ở nhà thấy nguy hiểm		
どこに？ Ở đâu？	避難先 Địa điểm lánh nạn 昼（明るい時） Buổi trưa (Khi trời sáng) Lựa chọn đầu tiên : Trường tiểu học 〇〇 Lựa chọn thứ 2 : Nhà văn hóa công cộng 〇〇 夜（暗い時） Buổi tối (Khi trời tối) Lựa chọn đầu tiên : Nhà văn hóa công cộng 〇〇 Lựa chọn thứ 2 : Những nơi cao an toàn gần nhà		
どのように？ Làm như thế nào？	避難する方法 Phương pháp lánh nạn 昼（明るい時） Buổi trưa (Khi trời sáng) Đi bộ cùng gia đình (nắm tay em trai, chạy cách xa biển) 夜（暗い時） Buổi tối (Khi trời tối) Mang theo đèn pin, chọn con đường rộng, đi đến địa điểm lánh nạn, chờ cho đến khi trời sáng		
（その他 メモ） (Các ghi chú khác) Khi đi lánh nạn đừng quên mang theo các vật dụng phòng chống thiên tai (như là giấy tờ tùy thân, thuốc, v.v.) và thẻ địa chỉ liên lạc khẩn cấp !			



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あます。

Làm thế nào để có thể chạy thoát trong trường hợp sau đây ?

Tôi sống trong một căn nhà 5 người cùng với bà, cha, mẹ, và em trai (3 tuổi). Nhà của tôi ở gần núi.

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 ・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 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 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 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) Thẻ lánh nạn bản thân (Ví dụ cách ghi)

災害の種類 Các loại thiên tai	Sạt lở đất	名前 Họ tên	〇〇 〇〇
確認！ Xác nhận!	判断材料の入手 Thu thập tài liệu giúp phân đoán ・ Phân bố mức độ nguy hiểm sạt lở đất (Bản đồ dự đoán địa điểm có xảy ra thiên tai CG tỉnh Hyogo, HP cục khí tượng, v.v.) ・ Thông báo lánh nạn và thiên tai (Từ mạng lưới phòng chống thiên tai, Tivi, v.v.)		
いつ？ Khi nào？	逃げ時 Thời điểm chạy thoát Đi lánh nạn khi mức cảnh báo 3 “Lánh nạn người cao tuổi, v.v.” được phát ra (Chuẩn bị đi lánh nạn khi có mức cảnh báo 2 “Cảnh báo chú ý mưa lớn, lũ lụt, triều cường”)		
どこに？ Ở đâu？	避難先 Địa điểm lánh nạn 昼（明るい時） Buổi trưa (Khi trời sáng) Lựa chọn đầu tiên : Trường tiểu học 〇〇 Lựa chọn thứ 2 : Nhà văn hóa công cộng 〇〇 夜（暗い時） Buổi tối (Khi trời tối) Trường hợp đi lánh nạn khó khăn thì cứ ở tầng 2 nhà mình (chờ ở phía ngược với phía núi)		
どのように？ Làm như thế nào？	避難する方法 Phương pháp lánh nạn 昼（明るい時） Buổi trưa (Khi trời sáng) Đi bộ cùng gia đình (nắm tay em trai) Hãy đi lánh nạn trong lúc trời còn sáng ! Trường hợp đi không kịp, thì mang theo đồ dự trữ, v.v, lên chờ ở tầng 2 nhà mình 夜（暗い時） Buổi tối (Khi trời tối)		
（その他 メモ） (Các ghi chú khác) Nếu nhà ở trong khu vực cảnh báo sạt lở đất trong bản đồ dự đoán địa điểm có xảy ra thiên tai. Vì đi lánh nạn cùng với em trai sẽ mất nhiều thời gian nên hãy đi lánh nạn mà không chờ mức cảnh báo 4 “Chỉ thị lánh nạn” phát ra !			