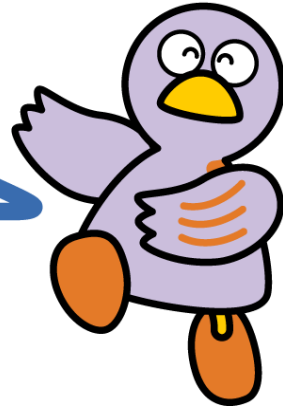


บทที่ 2  
เหตุฉุกเฉิน ภัยพิบัติ  
อาชญากรรม  
การจราจร



โคบายาง มาสคอตจังหวัดไซตามะ

- 1 ข้อมูลการติดต่อกรณีฉุกเฉิน
- 2 กฎจราจรของญี่ปุ่น
- 3 อุบัติเหตุจราจร
- 4 การป้องกันอาชญากรรม
- 5 การช่วยผู้ประสบอาชญากรรมและอื่นๆ
- 6 ภัยพิบัติทางธรรมชาติ

## 1 ข้อมูลการติดต่อกรณีฉุกเฉิน

### (1) ไฟไหม้ เจ็บป่วยกะทันหัน บาดเจ็บ ฯลฯ 119

เมื่อต้องการเรียกรถดับเพลิงหรือรถพยาบาล ให้กด 119 เมื่อเจ้าหน้าที่รับสาย

ให้ระบุว่าคุณต้องการรถดับเพลิง (shoubosha) หรือรถพยาบาล (kyuukyusha)

จากนั้นให้รายละเอียดและที่อยู่ของที่เกิดเหตุฉุกเฉินกับเจ้าหน้าที่ดำเนินการ

ชื่อสถานที่สำคัญที่อยู่ใกล้เคียงที่เกิดเหตุ ชื่อของคุณ และหมายเลขโทรศัพท์ของคุณ

หากคุณใช้รถพยาบาล การขนส่งไปยังสถานพยาบาลไม่เสียค่าใช้จ่าย

แต่คุณต้องรับผิดชอบค่ารักษาพยาบาลที่สถานพยาบาล

โปรดเตรียมบัตรประกันสุขภาพและเงินสดที่จำเป็นให้พร้อม

โรงพยาบาลมีไว้สำหรับผู้ที่มีความจำเป็นต้องนำส่งโรงพยาบาลอย่างเร่งด่วน เช่น

ได้รับบาดเจ็บหรือเจ็บป่วยกะทันหัน กรุณาใช้รถแท็กซี่ ฯลฯ ยกเว้นในกรณีฉุกเฉิน

หากคุณไม่ทราบว่าจะไปโรงพยาบาลใด บริการให้คำปรึกษาทางโทรศัพท์ฉุกเฉินของจังหวัดไซตามะ

(# 7119 หรือ 048-824-4199) จะให้คำแนะนำแก่สถาบันทางการแพทย์ตลอด 24 ชั่วโมง

(ยกเว้นวันหยุดราชการ ศัลยกรรมช่องปาก และจิตเวช) (สามารถใช้ได้ในภาษาญี่ปุ่น)

นอกจากนี้แผนกดับเพลิงยังแนะนำบริษัทขนส่งผู้โดยสาร (คิดค่าบริการ)

ที่ได้รับการรับรองจากแผนกดับเพลิงที่สามารถใช้ได้เมื่อเข้าหรือออกจากโรงพยาบาลหรือไปโรงพยาบาล

ล

119 ตัวอย่างการโทร

ในกรณีไฟไหม้: "ไฟไหม้" "〇〇กำลังลุกไหม้"  
 ในกรณีฉุกเฉิน: "กรุณาส่งรถพยาบาลให้ฉันด้วย"  
 "กรุณาส่งรถพยาบาล (ฉัน / มีคน) ได้รับบาดเจ็บจากอุบัติเหตุทางรถยนต์"  
 (ให้รายละเอียดเช่นว่ามีคนติดอยู่ข้างใน  
 [ " hasamarete iru" ] เป็นต้น)  
 "กรุณาส่งรถพยาบาลให้ฉันด้วย"  
 "มีการเจ็บป่วยกะทันหัน (โดยเฉพาะ หมดสติ ฯลฯ)"  
 ถัดต่อไป  
 สถานที่: "สถานที่คือ 〇 เมือง 〇 ที่อยู่ หมายเลขโทรศัพท์คือ 〇〇〇 — 〇〇〇〇 มี 〇〇 บริเวณใกล้เคียง"  
 ข้อมูลผู้โทร: "ฉันชื่อ 〇〇"

(2) คำรวจ-110

เมื่อคุณตกเป็นเหยื่อของอาชญากรรม ประสบอุบัติเหตุบนท้องถนน หรือโทรแจ้งตำรวจฉุกเฉิน หากคุณตกเป็นเหยื่อของอาชญากรรมหรือเกี่ยวข้องกับอุบัติเหตุจราจร กรุณาโทรศัพท์แจ้งตำรวจที่หมายเลข 110 ทันที เมื่อตำรวจถาม ให้เล่าว่าเกิดอะไรขึ้น (มีผู้ได้รับบาดเจ็บหรือไม่ ผู้ต้องหาอยู่หรือไม่ เป็นต้น) จากนั้นให้ตอบคำถามอย่างใจเย็นที่สุดว่าเหตุการณ์เกิดขึ้นเมื่อใด (วันที่ที่แล้ว) ที่ไหน (ที่อยู่และ/หรือจุดสังเกตใกล้เคียง) และสิ่งที่ผู้กระทำความผิดทำ และแจ้งชื่อและเบอร์โทรตามลำดับ

110 ตัวอย่างการโทร

อาชญากรรม: "ฉันเจอโจร (คนฉกกระเป๋า) ฉันไม่ได้รับบาดเจ็บ ไม่มีใครได้รับบาดเจ็บ"  
 เกิดขึ้นที่ไหน: "ประมาณ 3 นาทีที่แล้ว"  
 ที่ไหน: "〇 เมือง 〇 ที่อยู่ มีที่ทำการไปรษณีย์ 〇〇 อยู่ในบริเวณใกล้เคียง"  
 ข้อมูลเกี่ยวกับอาชญากรรม: "คนสองคนขี่มอเตอร์ไซค์ 〇〇 รังหนีไปมุ่งหน้าไปยังสถานี 〇〇"  
 ข้อมูลผู้โทร: "ฉันชื่อ 〇〇 หมายเลขโทรศัพท์ 〇〇〇 - 〇〇〇〇"

(3) โทรจากโทรศัพท์สาธารณะ (โทรฉุกเฉินฟรี)

① โทรศัพท์สาธารณะสีเขียว

สำหรับโทรศัพท์ที่มีปุ่มโทรฉุกเฉินสีแดง

: ยกหูโทรศัพท์แล้วกดปุ่มโทรฉุกเฉินสีแดง จากนั้นกด 110 หรือ 119

แล้วพูด

สำหรับโทรศัพท์ที่ไม่มีปุ่มโทรฉุกเฉินสีแดง

: ยกหูโทรศัพท์แล้วโทร 110 หรือ 119

② โทรศัพท์สาธารณะสีเทา (โทรศัพท์สาธารณะดิจิทัล): ยกหูโทรศัพท์แล้วกด 110 หรือ 119

(4) แอปพลิเคชันเบอร์ 110 แฟกซ์เบอร์ 110

สำหรับผู้ที่พิการทางสายตาหรือทางการได้ยิน สามารถใช้สมาร์ตโฟนหรืออุปกรณ์ช่วยอื่นๆ เช่น  
ตัวอักษรหรือภาพ เมื่อแจ้งเจ้าหน้าที่ตำรวจ

- ① ระบบแอปพลิเคชันเบอร์ 110 ค้นหาด้วยคำว่า [แอปพลิเคชันเบอร์ 110] และคานันโหลด
- ② แฟกซ์เบอร์ 110 0120-264-110 (โทรฟรี)

---

## 2 กฎจราจรของญี่ปุ่น

(1) กฎจราจรเบื้องต้น

- คนเดินเท้าควรชิดขวา และยานพาหนะเช่นรถยนต์และจักรยานควรชิดซ้าย
- คนเดินเท้ามีความสำคัญเหนือกว่ายานพาหนะ
- ปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจรและป้ายถนน
- ปฏิบัติตามคำแนะนำของตำรวจ

(2) กฎพื้นฐานสำหรับคนเดินเท้า

- หากมีทางเท้าติดกับถนน คนเดินเท้าควรเดินบนทางเท้า
- หากไม่มีทางเท้าหรือแถบข้าง (ทางเท้า) คนเดินเท้าควรเดินบนไหล่ขวาของถนน
- หากมีสัญญาณ (ป้ายเดิน) ที่ทางแยก ควรปฏิบัติตามสัญญาณ
- หากไม่มีทางม้าลาย ให้แสดงเจตนาที่จะข้ามโดยยกมือขึ้น ฯลฯ
- เมื่อข้ามถนน ให้มองขวาและซ้าย และตรวจสอบว่าข้ามได้อย่างปลอดภัย
- สวมชุดสะท้อนแสงและเสื้อผ้าสีสดใสในตอนกลางคืน

(3) กฎพื้นฐานสำหรับจักรยาน

- ตามกฎหมาย จักรยานถือเป็นยานพาหนะขนาดเล็ก ดังนั้นตามกฎหมายจึงทางด้านซ้ายของถนน
- กรณียกเว้น เมื่อขี่ผ่านบนทางเท้า ต้องให้ความสำคัญกับคนเดินถนนและชะลอความเร็ว
- แม้ว่าจะขี่ผ่านบนทางเท้าได้ แต่ควรให้ความสำคัญกับคนเดินถนนก่อนและชี้ชี้ๆ ชิดขอบทาง
- ที่บริเวณทางแยก ให้ปฏิบัติตามสัญญาณไฟจราจรและหยุดรถเสมอและตรวจสอบความปลอดภัยของสภาพแวดล้อมก่อนข้าม
- โปรดเปิดไฟในเวลากลางคืน
- ห้ามเมาแล้วขี่จักรยาน
- โปรดสวมหมวกกันน็อก
- โปรดสมัครประกันภัยคุ้มครองรถจักรยาน

※ ในจังหวัดไซตามะเป็นเรื่องบังคับที่จำเป็นต้องทำประกันวินาศภัยสำหรับจักรยาน ฯลฯ

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/jitensya/jitensyajyourei.html>

(4) กฎพื้นฐานสำหรับรถยนต์

- ผู้ไม่มีใบขับขี่ห้ามขับรถ
- ผู้ที่ดื่มสุราห้ามขับรถ
- ลาดเข็มขัดนิรภัยทุกที่นั่งทั้งคนขับและผู้โดยสารทุกที่นั่ง

- ใช้เบาะนั่งเฉพาะสำหรับเด็กที่อายุต่ำกว่า 6 ขวบ
- สวมหมวกกันน็อกเสมอเมื่อขี่มอเตอร์ไซด์
- รีบเปิดไฟรดก่อนที่ไฟจะมืด
- ห้ามขับรถขณะใช้โทรศัพท์มือถือหรืออุปกรณ์อื่น
- ต้องเว้นระยะและให้ทางเมื่อขับขีผ่านคนเดินบนถนน

(5) กฎพื้นฐานสำหรับรถจักรยานยนต์อัตโนมัติขนาดเล็ก

- ต้องเป็นรถที่ผ่านการตรวจมาตรฐานการติดตั้งระบบอัตโนมัติที่เท่านั้น หากไม่ใช่จะถือเป็นรถจักรยานทั่วไป
- ต้องคิดป้ายทะเบียนรถ
- ต้องมีประกันยานพาหนะคุ้มครอง (ดูแลทุกฝ่าย)
- ผู้ขับขี่ต้องมีอายุเกิน 16 ปีขึ้นไป
- ห้ามดื่มสุราก่อนขับขี่

### 3 อุบัติเหตุจราจร

#### (1) กรณีเกิดอุบัติเหตุทางจราจร

- ① หากมีผู้ได้รับบาดเจ็บ ให้ปฐมพยาบาลผู้บาดเจ็บ ถ้าเป็นไปได้ และเรียกรถพยาบาล 119 ปฐมพยาบาลต่อไปจนกว่ารถพยาบาลจะมาถึง
- ② ช่างไปที่ที่ปลอดภัยแล้วกด 110 เพื่อแจ้งตำรวจ
- ③ ถวายชื่อ ที่อยู่ หมายเลขโทรศัพท์ หมายเลขใบอนุญาตขับขี่ เลขทะเบียน บริษัทประกันภัยประเภทของประกันภัย ฯลฯ กับผู้ที่เกี่ยวข้องในอุบัติเหตุทุกคน
- ④ หากมีพยานบุคคลใด สอบถามข้อมูลการติดต่อ
- ⑤ ติดต่อบริษัทประกันภัยรถยนต์ของคุณ
- ⑥ รับการวินิจฉัยจากแพทย์ทันที

#### (2) บริการอุบัติเหตุจราจร

ที่ศูนย์ให้คำปรึกษาอุบัติเหตุจราจรจังหวัดไซตามะ

การให้คำปรึกษาในภาษาญี่ปุ่นเกี่ยวกับวิธีการยุติอุบัติเหตุจราจร วิธีเรียกร้องค่าสินไหมทดแทน

วิธีคำนวณค่าชดเชย ฯลฯ ให้บริการตั้งแต่วันจันทร์ถึงวันศุกร์ เวลา 9:00 น. - 12:00 น. และ 13:00

น. เราไปตั้งแต่ 17:00 น. ถึง 17:00 น. (แผนกต้อนรับถึง 16:30 น.) สำหรับข้อมูลเพิ่มเติม

โปรดติดต่อศูนย์ให้คำปรึกษาอุบัติเหตุจราจร



จุดให้คำปรึกษาและสอบถาม

ชื่อสถาบัน	เบอร์โทร	ที่อยู่	เวลาติดต่อ
ศูนย์ให้คำปรึกษาอุบัติเหตุจราจรจังหวัดไซตามะ	048-830-2963	อาคารราชการจังหวัดไซตามะ ที่ 2 ชั้น 1 ในศูนย์ให้คำปรึกษาจังหวัดทั่วไป 3-15-1 Takasago, Urawa-ku, Saitama-shi	วันจันทร์~วันศุกร์ ยกเว้นวันหยุดนักขัตฤกษ์และเทศกาลปีใหม่ 9:00~12:00 13:00~17:00 ※ ให้คำปรึกษาถึง 16:30

URL: <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/soudankyuhu/koutuujikosoudan.html>



## 5 การช่วยผู้ประสบอาชญากรรมและอื่นๆ

### (1) เมื่อประสบอุบัติเหตุ/อุบัติเหตุ

ครอบครัวหรือเหยื่อจากอาชญากรรมไม่เพียงแต่ได้รับความเสียหายโดยตรง เช่น สูญเสียคนที่รัก ได้รับบาดเจ็บ หรือถูกขโมยทรัพย์สิน แต่ยังได้รับผลกระทบจากผลกระทบอื่นๆ ที่ยังคงมีอยู่แม้หลังจากเกิดอาชญากรรมหรืออุบัติเหตุ เช่น จิตใจและร่างกายไม่ดี สุขภาพอื่นเนื่องมาจากอาชญากรรมหรืออุบัติเหตุ ภาระทางเศรษฐกิจที่เพิ่มขึ้นจากการจ่ายค่ารักษาพยาบาล คงาน หรือเปลี่ยนงาน การดูแลเอาใจใส่จากครอบครัว ภาระทางอารมณ์ และการสูญเสียเวลาจากการสอบสวนและการพิจารณาคดี ผู้ต้องหา เป็นต้น

### (2) เคนเตอร์ให้คำปรึกษาทั่วไป

ศูนย์ช่วยเหลือผู้ประสบภัยจากอาชญากรรมไซโนะคุนิแบบครบวงจรประกอบด้วยองค์กรสามแห่ง ได้แก่ จังหวัดไซตามะ ตำรวจประจำจังหวัดไซตามะ และศูนย์ช่วยเหลือผู้ประสบภัยจากอาชญากรรมไซตามะ ในอาคารรัฐบาลร่วมมุซาชิ อูราวะ บนชั้น 3 ของหอคอยรามซา คุณสามารถใช้การสนับสนุนหลายประเภทในการให้คำปรึกษาแก่คุณเพื่อตอบสนองต่อคำปรึกษาจากผู้ติดต่อเป็นเหยื่อของอาชญากรรมและครอบครัวของพวกเขา การให้คำปรึกษาฟรีและเป็นความลับ



#### จุดให้คำปรึกษาและสอบถาม

ชื่อสถาบัน	หมายเลขโทรศัพท์	ที่อยู่	เวลารับคำปรึกษา
ศูนย์ช่วยเหลือผู้ตกเป็นเหยื่ออาชญากรรม Sai no Kuni แบบครบวงจร	0120-735-001 หรือ 048-862-0001	1-10-1 Numakage, Minami-ku, Saitama-shi	8:30~17:15 วันจันทร์~วันศุกร์ ยกเว้นวันหยุดและวันหยุดนักขัตฤกษ์
กองป้องกันอาชญากรรมและความปลอดภัยการจราจรจังหวัดไซตามะ	048-710-5036	รามซ่าทาวเวอร์ ชั้น 3 อาคารรัฐบาลร่วมมุซาชิ อูราวะ	8:30~17:15 วันจันทร์~วันศุกร์ ยกเว้นวันหยุดและวันหยุดนักขัตฤกษ์
สำนักงานช่วยเหลือเหยื่ออาชญากรรมตำรวจประจำจังหวัดไซตามะ	0120-381-858	(Musashi-Urawa Godo Chosha, Lamza Tower, 3F)	8:30~17:15 วันจันทร์~วันศุกร์ ยกเว้นวันหยุดและวันหยุดนักขัตฤกษ์
องค์กรสาธารณประโยชน์ ศูนย์ช่วยเหลือผู้ประสบภัยจากอาชญากรรมไซตามะ	048-865-7830		8:30~17:00 วันจันทร์~วันศุกร์ ยกเว้นวันหยุดและวันหยุดนักขัตฤกษ์

URL :

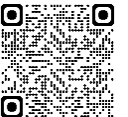
<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/hanzaihigaisya/soudanmadoguchigaishoni.html>



### (3) เมื่อคุณตกเป็นเหยื่อของอาชญากรรมทางเพศ

~โทรศัพท์ปรึกษาเหยื่ออาชญากรรม เช่น สายด่วนไอริส ความรุนแรงทางเพศ~

เราเรียกให้คำปรึกษาจากผู้ที่เกี่ยวข้องด้วยละเมิดทางเพศหรือใช้ความรุนแรงโดยไม่คำนึงถึงเพศหรือครอบครัว ที่ปรึกษาที่มีหน้าที่ต้องรักษาความลับตามกฎหมายจะคอยคุณ คุณจึงสามารถปรึกษาได้อย่างมั่นใจ คุณสามารถรับการสนับสนุนได้ เช่น การปรึกษาทางโทรศัพท์ ทางออนไลน์ (Zoom ※ ต้องนัด) การให้คำปรึกษาการสัมภาษณ์ การให้คำปรึกษาด้านการแพทย์ การสนับสนุนผู้ดูแล การให้คำปรึกษาด้านกฎหมาย เป็นต้น



#### จุดให้คำปรึกษาและสอบถาม

ชื่อสถาบัน	หมายเลขโทรศัพท์	ที่อยู่	เวลารับคำปรึกษา
การให้คำปรึกษาเฉพาะสำหรับความเสียหายทางอาญาเช่นความรุนแรงทางเพศ โทรศัพท์สายด่วนไอริส	#8891 0120-31-8341 หรือ 048-839-8341	1-10-1, Numakage, inami-ku, Saitama-shi (Musashi-Urawa Godo Chosha, Lamza Tower, 3F)	24 ชั่วโมง、365วัน

URL : <https://www.svsc8080.jp/iris/>

## 6 กภัยพิบัติทางธรรมชาติ

### (1) แผ่นดินไหว

ญี่ปุ่นเป็นประเทศที่มีแผ่นดินไหวหลายครั้ง หากเกิดแผ่นดินไหวครั้งใหญ่ เฟอร์นิเจอร์อาจหล่นลงมาและคุณอาจได้รับบาดเจ็บ น้ำและก๊าซอาจหยุดไหล และคุณอาจไม่สามารถซื้อของชำและของใช้ประจำวันได้ ในกรณีฉุกเฉิน ครอบครัวต้องเตรียมมาตรการป้องกันภัยพิบัติไว้ล่วงหน้า

< 10 ข้อแนะนำในการป้องกันภัยพิบัติในกรณีเกิดแผ่นดินไหวครั้งใหญ่ >

- 1 การเตรียมตัวล่วงหน้า  
ตรวจสอบให้แน่ใจว่าเฟอร์นิเจอร์ทั้งหมดถูกยึดอย่างแน่นหนาเพื่อป้องกันไม่ให้ล้ม ค่อย ๆ ตัดสินใจว่าสมาชิกในครอบครัวจะติดต่อกันอย่างไร คุณจะไปรวบรวมที่ไหนและอย่างไร คุณจะพักพิง และสิ่งของใดที่คุณต้องเตรียมให้พร้อมในกรณีฉุกเฉิน ..
- 2 ก่อนอื่น ตรวจสอบความปลอดภัยของคุณ (ซ่อนตัวเองไว้ใต้โต๊ะหรือโต๊ะที่แข็งแรง และปกป้องศีรษะของคุณด้วยเก้าอี้หนึ่ง ๆ ฯลฯ)
- 3 ดับปลั๊กไฟทั้งหมดทันทีและปิดก๊อกแก๊สทั้งหมด (ถ้าเกิดแผ่นดินไหวแรงมากให้รีบหนีให้ห่างจากไฟพอสงบลงให้ปิด)
- 4 เปิดประตูและรักษาความปลอดภัยทางออก
- 5 อย่าวิ่งออกไปข้างนอกด้วยความตื่นตระหนก
- 6 หากเกิดเพลิงไหม้ให้สงบนิ่งและดับไฟ (โทรออกเพื่อเตือนเพื่อนบ้านของคุณและช่วยกันดับไฟ)
- 7 ห้ามเข้าใกล้กำแพงหิน / อิฐ หรือตู้จำหน่ายสินค้าอัตโนมัติ
- 8 ระมัดระวังกระจกที่แตกในบ้าน
- 9 ให้ความร่วมมือและดำเนินการปฐมพยาบาลแก่ผู้ที่ต้องการความช่วยเหลือ
- 10 รวบรวมข้อมูลที่ต้องการเกี่ยวกับสถานการณ์

- \* สิ่งของที่ต้องพกติดตัวในกรณีฉุกเฉิน: ยาสามัญ / ชุดฉุกเฉิน, น้ำดื่ม, อาหารฉุกเฉิน, ที่ชาร์จสำรองโทรศัพท์, วิทยุพกพา / แบตเตอรี่สำรอง, ไฟหน้า (ไฟฉาย), แผ่นอลูมิเนียมกันความชื้น, หมวกนิรภัย, มีดพกประสงค์, ผ้าเช็ดตัว, ถุงมือ, เชือก, กระดาษทิชชู, ห้องน้ำแบบพกพา, กระดาษทิชชูเปียก, หน้ากาก, ถุงพลาสติก / ถุงช้อปปิ้ง, หนังสือพิมพ์, อุปกรณ์กันฝน, รองเท้ากีฬา (ถุงเท้า)
- ※ สิ่งอื่น ๆ ที่ต้องเตรียมตามความต้องการของตัวเองและครอบครัว

- ① ขึ้นตอนฉุกเฉินแผ่นดินไหว (จัดพิมพ์โดยสถาบันแนวทางวิทยาศาสตร์สำหรับอัครภิกษุและภัยพิบัติ)  
เราได้โพสต์แผ่นพับที่สรุปสิ่งที่ต้องทำเพื่อเตรียมพร้อมสำหรับแผ่นดินไหวและวิธีรับมือในกรณีเกิดแผ่นดินไหว

URL : <https://www.bousai-kensyu.com/knowhow/pamphlet01/>

- ② การเตรียมพร้อมของครอบครัว (โฮมเพจสำรวจประจำจังหวัดไซตามะ)  
คุณสามารถดูเคล็ดลับในการลดความเสี่ยงจากแผ่นดินไหวและความปลอดภัยเอกสารเพื่อตรวจสอบความปลอดภัยในบ้านคุณ

(ญี่ปุ่น อังกฤษ จีน เกาหลี โปรตุเกส ตากาล็อก เวียดนาม ไทย อินโดเนเซีย)

URL : <http://www.police.pref.saitama.lg.jp/q0050/kurashi/earthquake-foreigner.html>

## (2) ไข้ฝน

พายุไต้ฝุ่นที่เกิดขึ้นมักจะเข้าญี่ปุ่นตั้งแต่ช่วงฤดูร้อนถึงฤดูใบไม้ร่วงสร้างความเสียหายอย่างใหญ่หลวงกับ  
บมและฝนตกหนัก

ควรตรวจสอบบ้านของคุณและซ่อมแซมหรือเสริมกำลังในพื้นที่ที่อ่อนแอหรือพื้นที่ที่เสียหายหรือของร  
อบบ้านที่มีแนวโน้มว่าจะถูกลมพัดปลิว พายุไต้ฝุ่นมักจะส่งผลให้ไฟฟ้าขัดข้อง ดังนั้นควรเตรียมไฟฉาย  
เทียนไข วิทยุพกพาพร้อมแบตเตอรี่สำรองและที่ชาร์จสมาร์ตโฟนไว้ใกล้ตัวเป็นสิ่งสำคัญ

ในช่วงเวลาที่ไม่มียายุ

โปรดตรวจสอบแผนที่อันตรายของพื้นที่ที่คุณอาศัยอยู่เพื่อข้อมูลเกี่ยวกับความเสี่ยงจากภัยพิบัติใน  
พักอาศัยและสถานที่อพยพของคุณ

ก่อนเกิดพายุไต้ฝุ่นพื้นที่ที่คุณอาศัยอยู่จะมีการประกาศเกี่ยวกับระดับการเตือนที่เพิ่มขึ้นของพายุที่กำลัง  
ใกล้เข้ามา ที่ระดับ 3 ผู้สูงอายุและคนอื่น ๆ ที่ต้องใช้เวลาเพิ่มเติมควรอพยพ ที่ระดับ 4  
ทุกคนควรอพยพ

## (3) ที่พักพิงในกรณีเกิดภัยพิบัติ

สำหรับผู้ที่ต้องอพยพออกจากบ้านเนื่องจากภัยพิบัติ

เทศบาลแต่ละแห่งได้กำหนดให้อาคารขนาดใหญ่ เช่น โรงเรียนเป็นที่พักพิงในกรณีที่เกิดภัยพิบัติ  
สอบถามแผนป้องกันภัยพิบัติของสำนักงานเทศบาลของคุณเพื่อดูว่าศูนย์อพยพที่ใกล้ที่สุดอยู่ที่ไหน  
นอกจากนี้ เมือง และหมู่บ้านบางแห่งได้เผยแพร่แผนที่แสดงศูนย์อพยพ

## (4) การออกอากาศภาษาต่างประเทศในกรณีเกิดภัยพิบัติ

เมื่อเกิดภัยพิบัติ ข้อมูลภัยพิบัติ / การบรรเทาทุกข์จะออกอากาศเป็นภาษาอังกฤษ

สถานีวิทยุ FM ชุมชน: InterFM897 89.7MHz

เสียงบรรยายภาษาที่สองของโทรทัศน์ช่อง NHK General, NHK Educational และ NHK BS

※ นอกจากนี้ ในบริการหลายภาษา "NHK WORLD-JAPAN"

มีการเผยแพร่ข้อมูลเป็นภาษาต่างประเทศผ่านทางอินเทอร์เน็ตและแอปพลิเคชันอย่างเป็นทางการ

- เว็บไซต์: เผยแพร่ข่าวใน 20 ภาษา

[https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/multilingual\\_links/](https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/multilingual_links/)

- แอปพลิเคชัน: เผยแพร่ข่าวใน 19 ภาษา

## (5) ข้อความภัยพิบัติของ NTT หมายเลข 171

เมื่อเกิดภัยพิบัติขึ้น การสื่อสารไปยังพื้นที่ประสบภัยจะมีลำบากและยากที่จะโทรออก ในกรณีดังกล่าว  
คุณสามารถใช้เป็นหมุนข้อความภัยพิบัติเพื่ออำนวยความสะดวกในการยืนยันและการสื่อสารระหว่างสม  
ชิกในครอบครัว เมื่อกด "171" โดยไม่มีรหัสพื้นที่

คุณสามารถบันทึกและเล่นข้อความที่คุณต้องการติดต่อใ้ต่างๆ โปรดดูเว็บไซต์ของ

NTT สำหรับวิธีใช้งาน

URL : <https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/index.html> (ญี่ปุ่น)

<https://www.ntt-east.co.jp/en/saigai/voice171/> (อังกฤษ)

นอกจากนี้

บริษัทโทรศัพท์มือถือแต่ละแห่งยังมีบริการกระดานข้อความภาษาญี่ปุ่นและภาษาอังกฤษอีกด้วยสามารถเข้าดูได้URLจากต่อไปนี้

**【docomo】**

<http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi> (ญี่ปุ่น)

<http://dengon.docomo.ne.jp/Etop.cgi> (อังกฤษ)

**【au】**

<http://dengon.ezweb.ne.jp/> (ญี่ปุ่น)

<http://dengon.ezweb.ne.jp/E/service.do> (อังกฤษ)

**【SoftBank /YMOBILE】**

<http://dengon.softbank.ne.jp/pc-1> (ญี่ปุ่น)

<http://dengon.softbank.ne.jp/pc-e1.jsp> (อังกฤษ)

## **(6) การรวบรวมข้อมูล**

### ① เว็บไซต์เพื่อจัดการป้องกันภัยพิบัติไซตามะ (โฮมเพจของจังหวัดไซตามะ)

ในกรณีที่เกิดภัยพิบัติในจังหวัด ข้อมูลเกี่ยวกับการอพยพ สถานะความเสียหาย และสถานะการรับมือของจังหวัด จะถูกโพสต์ลงบน "เว็บไซต์เพื่อจัดการป้องกันภัยพิบัติไซตามะ" สามารถดูได้จากเว็บไซต์จากคอมพิวเตอร์ส่วนบุคคล และยังสามารถดูได้จากโทรศัพท์มือถือได้อีกด้วย เว็บไซต์นี้สามารถใช้เป็นวิธีการรับข้อมูลภัยพิบัติ

URL: <https://www.pref.saitama.lg.jp/theme/anzen/index.html>

### ② บัญชี LINE ทางการของจังหวัดไซตามะ "Saitama Kencho"

มีการส่งข้อมูลการป้องกันภัยพิบัติและข้อมูลสถานการณ์ภัยพิบัติในหลายภาษา

โปรดเพิ่มบัญชีนี้เป็นเพื่อนและนำไปใช้เป็นช่องทางหนึ่งในการรับข้อมูลข่าวสาร (ภาษาญี่ปุ่นอย่างง่าย อังกฤษ จีน เกาหลี สเปน โปรตุเกสเวียดนาม เนปาล ไทย อินโดนีเซีย เมียนมา เขมร มองโกเลีย คุรกี เบนกาลี)

URL: <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/line-tagengo.html>

### ③ เว็บไซต์เพื่อจัดการอยู่ร่วมกันในสังคมพหุวัฒนธรรม

(โฮมเพจของมูลนิธิสภาวะระหว่างประเทศแห่งองค์กรปกครองส่วนท้องถิ่นญี่ปุ่น)"

รวบรวมข้อมูลที่สามารถนำไปใช้ได้ทันทีเมื่อเกิดภัยพิบัติ

URL : <https://www.clair.or.jp/tabunka/portal/disaster/index.php>

### ④ การตอบสนองต่อวัสดุกันแผ่นดินไหว (เว็บไซต์กองนโยบายสิ่งแวดล้อมจังหวัดไซตามะ)

จังหวัดจะตรวจวัดและตรวจสอบผลกระทบของปริมาณรังสีและสารกัมมันตรังสีในอากาศ น้ำประปา อาหาร ฯลฯ อย่างสม่ำเสมอ ผลการทดสอบถูกโพสต์บนโฮมเพจของจังหวัด (เชื่อมโยงลิงก์ไปยังแคปเตอร์ให้คำปรึกษาด้านสุขภาพด้วย)

URL : <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0501/housyasen-sokuteikekka.html>

## (7) การเตรียมพร้อมรับภัยพิบัติ

① มีการฝึกซ้อมป้องกันภัยพิบัติต่างๆ ในเขตเทศบาลแต่ละแห่งในจังหวัด เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับภัยพิบัติ เช่น แผ่นดินไหว

ข้อมูลเกี่ยวกับการฝึกซ้อมป้องกันภัยพิบัติที่ผู้อพยพชาวต่างชาติสามารถเข้าร่วมได้จะโพสต์ไว้ที่หน้าแรกของจังหวัด

URL: <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/gaikokujinbosaikunren.html>

② เพื่อให้เจ้าหน้าที่และผู้ประสบภัยจากต่างประเทศสามารถสื่อสารที่ศูนย์อพยพได้อย่างง่ายดาย

「รวบรวมบทสนทนาที่พิกทิง」 ถูกเขียนไว้ลงบนโฮมเพจของจังหวัด。

○ การสนทนาเพื่อผู้จุดหลบภัย ตามเว็บไซต์ด้านล่าง

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/hinanjokaiwa.html>

③ แผ่นพับใบปลิวสรุปการเตรียมการที่สามารถนำไปใช้ที่บ้านได้อย่างง่ายดายบนเว็บไซต์ของจังหวัดไซตามะ

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0401/library-info/20190801itsumo.html>

## (8) มาตรการรับมือสำหรับโรคลมแดด

จังหวะความร้อนเกิดจากการสัมผัสกับสภาพแวดล้อมที่ร้อนเป็นเวลานาน สงสัยว่าจะเป็นโรคลมแดด หากมีอาการต่างๆ เช่น เวียนศีรษะ หน้ามืด ปวดหัว คลื่นไส้ และชัก หากคุณสงสัยว่าเป็นโรคลมแดด

ให้อพยพไปยังที่เย็นและปรึกษาสถานบันทางการแพทย์

เมื่ออยู่ในบ้าน ให้ใช้เครื่องปรับอากาศ รักษาความชุ่มชื้นให้เพียงพอ และระวังโรคลมแดด

5 วิธีการป้องกันโรคลมแดด

URL : <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0704/netsuchusyo/5point-e.html>

(ภาษาญี่ปุ่นแบบง่าย อังกฤษ จีน โปรตุเกส สเปน เกาหลี)