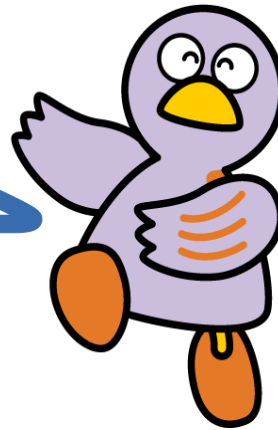


Bab 2

Jika Terjadi Keadaan Darurat atau Bencana, Pencegahan Kejahatan dan Keselamatan Lalu Lintas



Maskot Prefektur Saitama, Cobaton

- 1 Informasi kontak darurat
- 2 Peraturan lalu lintas di Jepang
- 3 Kecelakaan Lalu Lintas
- 4 Tindakan pencegahan kejahatan
- 5 Dukungan Korban Kejahatan dll.
- 6 Bencana alam

1 Informasi kontak darurat

(1) **Kebakaran, sakit mendadak, cedera, dll. - No. 119** Goresan, cedera, dll.

Untuk memanggil truk pemadam kebakaran atau ambulans, hubungi **119. Saat telepon terhubung, beri tahu mereka apakah itu kebakaran atau keadaan darurat**, detail kecelakaan, dll., Dan berikan alamat tempat kejadian, nama benda besar di dekat lokasi, dan nama serta nomor telepon penelepon. Jika Anda menggunakan ambulans, transportasi ke institusi medis tidak dikenakan biaya, tetapi Anda akan bertanggung jawab atas biaya perawatan di institusi medis tersebut. Bawalah kartu asuransi kesehatan Anda dan uang tunai yang Anda butuhkan.

Ambulans adalah untuk orang-orang yang perlu diangkut ke rumah sakit segera, seperti cedera atau penyakit mendadak. Kecuali dalam keadaan darurat, silakan gunakan taksi. Jika Anda tidak tahu rumah sakit mana yang harus dituju, Konsultasi Telepon Darurat Prefektur Saitama (#7119 atau 048-824-4199) memberikan panduan 24 jam tentang institusi medis (tidak termasuk kedokteran gigi, bedah mulut, dan psikiatri). (Ini tersedia dalam bahasa Jepang.)

Selain itu, pemadam kebakaran memperkenalkan perusahaan transportasi pasien swasta (dengan biaya) yang disertifikasi oleh Departemen Pemadam Kebakaran yang dapat digunakan untuk penerimaan, pemulangan, dan kunjungan rumah sakit.

Contoh panggilan 119

Jika terjadi kebakaran: "Ada api."
Dalam keadaan darurat: "Ambulans, tolong."
"Ada orang yang terluka dalam kecelakaan lalu lintas (khususnya, seperti terjepit)."
"Ambulans, tolong."
"Ada penyakit mendadak (misalnya, tidak sadar, spesifik)."
Depan
Tempat: "Lokasinya adalah ○○ kota ○○, dan nomor teleponnya adalah_ 000-0000-0000 . Ada ○○ di dekatnya. "
Informasi informan: "Nama saya ○○."

(2) Polisi - 110 Keisatsu

Ketika Anda menjadi korban kejahatan, menyebabkan kecelakaan lalu lintas, atau segera menelepon polisi,

Hubungi 110. Ketika Anda mendapat telepon, pertama-tama beri tahu mereka apakah itu insiden atau kecelakaan lalu lintas, jika ada yang terluka, kapan itu terjadi (berapa menit yang lalu), di mana itu (alamat tempat kejadian atau objek yang menarik), dan apa yang terjadi pada pelaku (pihak lain). Setelah itu, petugas polisi akan mengajukan pertanyaan sesuai urutan nama informan dan nomor telepon yang Anda gunakan, jadi tolong jawab dengan tenang.

Contoh panggilan 110

Insiden atau kecelakaan: "Saya adalah korban penjambretan (menyambar), tidak ada yang terluka."
Jam berapa itu terjadi: "Sekitar 3 menit yang lalu."
Di mana lokasinya: "Ini nomor jalan, dan ada kantor pos di dekatnya."
Apa yang terjadi pada pelakunya: "Kedua pria yang mengendarai sepeda motor berwarna XX melarikan diri ke arah Stasiun XX."
Informasi informan: "Nama saya ___"

(3) Laporkan dari telepon umum (gratis dalam keadaan darurat)

1) Telepon umum warna hijau

Jika ponsel Anda memiliki tombol darurat berwarna merah

: Angkat telepon dan tekan tombol panggilan darurat merah. Kemudian nomor **110 atau 119**

Panggil

Jika ponsel Anda tidak memiliki tombol darurat berwarna merah

: Angkat telepon dan **hubungi 110 atau 119.**

2) Telepon umum abu-abu (telepon umum digital): Angkat telepon dan **hubungi 110 atau 119.**

(4) Aplikasi 100, Faks 110

Bagi yang mengalami disabilitas pendengaran atau kesulitan untuk menghubungi 110, dapat melapor ke polisi secara laporan teks atau gambar dengan menggunakan smartphone dan lain-lain.

1) Sistem Aplikasi 100: Download aplikasi dengan mencari kata “110 番アプリ (Aplikasi 110)”

2) FAX110 0120-264-110 (layanan telepon gratis)

2 Peraturan lalu lintas di Jepang

(1) Aturan Lalu Lintas Dasar:

- Pejalan kaki mengemudi di sebelah kanan, dan kendaraan seperti mobil dan sepeda mengemudi di sebelah kiri.
- Dalam pejalan kaki dan kendaraan, pejalan kaki memiliki prioritas.
- Patuhi lampu lalu lintas, rambu-rambu jalan, dll.
- Ketika diperintahkan oleh petugas polisi, silakan ikuti.

(2) Aturan dasar untuk pejalan kaki

- Di jalan di mana trotoar dan jalan raya terpisah, pastikan untuk berjalan di trotoar.
- Di mana tidak ada trotoar atau jalur pinggir jalan, berjalanlah di sisi kanan jalan.
- Silakan ikuti lampu lalu lintas di persimpangan lampu lalu lintas.
- Di penyeberangan pejalan kaki di mana tidak ada lampu lalu lintas, angkat tangan Anda untuk menunjukkan niat Anda untuk menyeberang.
- Lihatlah ke kiri dan kanan dengan hati-hati dan pastikan cukup aman sebelum menyeberang jalan.
- Di malam hari, kenakan bahan reflektif dan kenakan pakaian cerah.

(3) Aturan dasar sepeda

- Secara hukum, sepeda adalah kendaraan ringan, jadi pada prinsipnya, Anda harus mengemudi di sisi kiri jalan.
- Sebagai pengecualian, saat mengemudi di trotoar, pejalan kaki harus memiliki prioritas dan bergerak perlahan di dekat jalan.
- Bahkan jika Anda bisa lewat di trotoar, tolong prioritaskan pejalan kaki dan bergerak perlahan di dekat jalan.
- Di persimpangan, pastikan untuk mematuhi lampu lalu lintas dan rambu berhenti, dan periksa keamanan lingkungan Anda sebelum lewat.
- Nyalakan lampu di malam hari.
- Minum dan mengemudi dilarang.
- Silakan coba pakai helm.
- Silakan ambil asuransi kerusakan sepeda, dll.

* Di Prefektur Saitama, adalah wajib untuk mengambil asuransi kerusakan sepeda dengan peraturan.

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

(4) Aturan dasar mobil

- Orang yang tidak memiliki SIM tidak diperbolehkan mengemudi.
- Orang yang minum alkohol tidak boleh mengemudi.
- Pastikan untuk mengenakan sabuk pengaman tidak hanya di kursi pengemudi, tetapi juga di kursi penumpang depan dan belakang.
- Saat membawa anak berusia di bawah 6 tahun, pastikan untuk menggunakan kursi anak.
- Selalu kenakan helm saat mengendarai sepeda motor.
- Saat senja, nyalakan lampu lebih awal.
- Tidak mungkin mengemudi sambil menggunakan ponsel.
- Saat melewati pejalan kaki, Anda harus menjaga jarak aman atau berjalan perlahan.

(5) Aturan dasar untuk Sepeda Bermotor Kecil Tertentu

- Hanya mobilitas listrik yang memenuhi standar yang diakui sebagai sepeda bermotor kecil tertentu, dan sisanya adalah sepeda bermotor umum.
- Plat nomor harus dipasang.
- Wajib mendaftarkan dalam asuransi tanggung jawab kompensasi kerugian kendaraan “*Jibaiseki-hoken*” (asuransi kooperatif).
- Orang di bawah usia 16 tahun tidak diperbolehkan mengemudi.
- Orang yang minum alkohol tidak boleh mengemudi.

3 Kecelakaan Lalu Lintas

(1) Dalam hal terjadi kecelakaan lalu lintas,

- 1) Jika seseorang terluka, berikan pertolongan pertama dan **panggil ambulans dengan menelepon 119**. ambulans, dll. Kami akan memberikan pertolongan pertama sampai kedatangan tiba.
- 2) Pindah ke tempat yang aman, **hubungi 110, panggil petugas polisi, dan ikuti instruksi petugas**.
- 3) Konfirmasikan nama, alamat, nomor telepon, nomor SIM, nomor lisensi mobil, perusahaan asuransi dan jenis asuransi pihak lain, dll.
- 4) Jika ada saksi, konfirmasikan informasi kontak mereka.
- 5) Hubungi perusahaan asuransi mobil Anda.
- 6) Segera cari pertolongan medis.

(2) Konsultasi kecelakaan lalu lintas

Di Pusat Konsultasi Kecelakaan Lalu Lintas Saitama, konsultasi dalam bahasa Jepang tentang cara menyelesaikan kecelakaan lalu lintas, cara mengklaim klaim asuransi, perhitungan kompensasi, dll. tersedia Senin ~ Jumat 9:00–12:00 dan 13:00–17:00 (resepsionis hingga 16:30) Saya akan. Untuk informasi lebih lanjut, silakan hubungi Pusat Konsultasi Kecelakaan Lalu Lintas.



Meja Konsultasi / Informasi Kontak

Nama Organisasi	Nomor Telepon	Alamat	Jam buka bagian penerima tamu
Pusat Konsultasi Kecelakaan Lalu Lintas Saitama	048-830-2963	Gedung Pemerintah Prefektur Saitama 2 Lantai 1 Pusat Konsultasi Warga Prefektur Takasago, Urawa-ku, Kota Saitama 3-15-1	Senin ~ Jumat (Tidak termasuk hari libur nasional dan liburan akhir tahun dan Tahun Baru) 9:00–12:00 13:00–17:00 *Resepsi konsultasi sampai pukul 16:30

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

4 Tindakan pencegahan kejahatan

(1) Pencurian Sepeda

- 1) Pastikan untuk mengunci sepeda Anda saat memarkirnya di rumah.
- 2) Pastikan untuk mengunci pintu bahkan untuk waktu yang singkat.
- 3) Pasang kunci kawat untuk menjadikannya dua kunci.
- 4) Jika Anda memiliki sepeda, silakan daftarkan untuk pencegahan kejahatan.

(2) Pencurian dengan cara memasuki (secara ilegal)

- 1) Pastikan untuk mengunci pintu saat Anda berada di rumah atau bahkan jika Anda keluar untuk waktu yang singkat.
- 2) Pintu dan jendela harus memiliki setidaknya dua kunci, seperti dengan menggunakan kunci tambahan.

(3) Menyambar Penjambretan

- 1) Pasang penutup anti menyambar penjambretan ke keranjang sepeda.
- 2) Saat berjalan, harap bawa tas Anda di seberang jalan.
- 3) Saat mengoperasikan ponsel atau smartphone, mendengarkan musik dengan earphone tolong jangan "berjalan sambil berjalan" karena akan mengurangi perhatian Anda terhadap lingkungan Anda.
- 4) Waspada terhadap sepeda motor dan sepeda yang mendekat dari belakang.

(4) Keselamatan dan Keamanan anak

Orang tua harus berulang kali menginstruksikan anak-anak mereka untuk:

- 1) Jangan sendirian.
- 2) Jangan mengikuti orang yang tidak Anda kenal.
- 3) Meminta bantuan dengan suara keras.
- 4) Beri tahu orang-orang di rumah dengan siapa Anda akan bermain, di mana dan sampai jam berapa.

(5) Keselamatan Wanita

- 1) Pada malam hari, ambil jalan yang cukup terang dengan banyak lalu lintas, dan waspada terhadap lingkungan Anda, seperti melihat ke belakang dari waktu ke waktu.
- 2) Bawalah bel pengaman di bagian luar tas yang dapat langsung digunakan.
- 3) Jaga pintu depan dan jendela Anda terkunci saat Anda berada di rumah.
- 4) Saat mengoperasikan ponsel atau smartphone, mendengarkan musik dengan earphone harap menahan diri dari "berjalan sambil berjalan" karena sangat berbahaya, seperti menunda deteksi

orang yang mencurigakan.

"Buku Pegangan Pengembangan Kota Pencegahan Kejahatan"

URL: <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/bouhanjyohou/index.html>

5 Dukungan Korban Kejahatan dll.

(1) Jika Anda adalah korban dari suatu insiden atau kecelakaan

Korban kejahatan, keluarga mereka, dan keluarga yang berduka menderita tidak hanya dari kerusakan langsung seperti kehilangan nyawa (kehilangan anggota keluarga), cedera, dan pencurian properti, tetapi juga dari gangguan mental dan fisik, kesulitan keuangan karena biaya pengobatan, kehilangan pekerjaan, perubahan pekerjaan, dll., Tanggapan tak berperasaan dari orang-orang di sekitar mereka, beban mental dan waktu yang terkait dengan penyelidikan dan persidangan, dan berbagai masalah yang muncul setelah kerusakan.

(2) Layanan Konsultasi Komprehensif

Sai no Kuni Crime Victim One-Stop Support Center adalah pusat dukungan tiga atap untuk Prefektur Saitama, Polisi Prefektur Saitama, dan Pusat Bantuan Korban Kejahatan Saitama, yang terletak di Gedung Pemerintah Bersama Musashi Urawa di lantai 3 Menara Ramza. Kami menanggapi konsultasi dari korban kejahatan dan keluarga mereka, dan beberapa layanan dukungan dapat digunakan di satu tempat. Konsultasi tidak dipungut biaya dan kerahasiaan dijaga dengan ketat.



Meja Konsultasi / Informasi Kontak

Nama Organisasi	Nomor Telepon	Alamat	Jam buka bagian penerima tamu
Pusat Dukungan Satu Atap Korban Kejahatan Aya no Kuni	0120-735-001 atau 048-862-0001	Numakage, Minami-ku, Kota Saitama 1-10-1 Ramza Tower Lantai 3 (Gedung Pemerintah Bersama Musashi Urawa)	8:30–17:15 Senin - Jumat (Tidak termasuk hari libur nasional dan hari libur)
Divisi Pencegahan Kejahatan Prefektur Saitama dan Keselamatan Lalu Lintas	048-710-5036		8:30–17:15 Senin - Jumat (Tidak termasuk hari libur nasional dan hari libur)
Kantor Dukungan Korban Kejahatan Polisi Prefektur Saitama	0120-381-858		8:30–17:15 Senin - Jumat (Tidak termasuk hari libur nasional dan hari libur)
Asosiasi Kepentingan Umum Berbadan Hukum Pusat Bantuan Korban Kejahatan Saitama	048-865-7830		8:30–17:00 Senin - Jumat (Tidak termasuk hari libur nasional dan hari libur)

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



(3) Ketika Anda menjadi korban kejahatan seksual

~Iris Hotline, saluran konsultasi untuk korban kejahatan seperti kekerasan seksual~

Kami menanggapi konsultasi dari orang-orang yang telah menjadi korban kejahatan seksual dan kekerasan seksual tanpa memandang gender dan keluarga mereka.

Konselor yang secara hukum rahasia akan menanggapi permintaan Anda, sehingga Anda dapat berkonsultasi dengan tenang. konsultasi telepon,

Konsultasi web, online (Zoom (diperlukan reservasi)), konsultasi wawancara, konsultasi institusi medis, dukungan petugas,

Anda dapat menerima nasihat hukum dan dukungan lainnya.



Meja Konsultasi / Informasi Kontak

Nama Organisasi	Nomor Telepon	Tempat tinggal	Jam buka bagian penerima tamu
Jalur Konsultasi Kekerasan Seksual dan Korban Kejahatan Lainnya Iris Hotline	#8891 0120-31-8341 atau 048-839-8341	Saitama-shi, Minami-ku, Numakage, 1-10-1 Ramza Tower Lantai 3 (Gedung Pemerintah Bersama Musashi Urawa)	24 jam sehari, 365 hari setahun

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

6 Bencana alam

(1) Gempa bumi

Jepang adalah negara yang rawan gempa bumi. Jika terjadi gempa bumi besar, furnitur dapat jatuh dan menyebabkan cedera, air dan gas dapat terputus, dan bahan makanan serta kebutuhan sehari-hari mungkin tidak dapat dibeli. Dalam keadaan darurat, perlu untuk melakukan tindakan pencegahan bencana dengan keluarga Anda terlebih dahulu.

<10 tips pencegahan bencana jika terjadi gempa bumi besar>

- 1 Persiapan di muka [Langkah-langkah untuk mencegah furnitur jatuh atau jatuh, cara menghubungi anggota keluarga dan tempat pertemuan, cara mengungsi dan ke mana harus mengungsi, persiapan **barang yang akan dibawa keluar jika terjadi keadaan darurat** *, dll.]
- 2 Pertama-tama, pastikan keselamatan Anda (bersembunyi di bawah meja atau meja yang kokoh, dll., Dan lindungi kepala Anda dengan kain duduk)
- 3 Cepat padamkan api dan matikan katup gas utama (dalam kasus getaran besar, tinggalkan api dan nyalakan api setelah guncangan mereda)
- 4 Buka pintu dan amankan pintu keluar
- 5 Jangan terburu-buru keluar
- 6 Jika kebakaran terjadi, tenanglah dan padamkan api (panggil tetangga Anda dengan suara keras, bekerja sama satu sama lain, dan cobalah memadamkan api pada awalnya)
- 7 Jauhi pagar dan mesin penjual otomatis
- 8 Waspadalah terhadap pecahan kaca di dalam ruangan
- 9 Kerja sama dalam penyelamatan dan bantuan darurat
- 10 Mengumpulkan Informasi yang Tepat

* **Item darurat:** Obat-obatan, kotak pertolongan pertama, air minum, makanan darurat, pengisi daya ponsel cerdas, radio portabel / baterai cadangan, lampu depan (senter), helm, pisau utilitas, handuk, sarung tangan, tali, kertas tisu, toilet portabel, tisu basah, masker, kantong plastik, kantong plastik, koran, perlengkapan hujan, Sepatu atletik (kaus kaki)

* Barang-barang lain untuk disiapkan sesuai dengan kebutuhan diri sendiri dan keluarga

- 1) "Keyakinan dalam Gempa Bumi" (situs web Pusat Sains Pencegahan Kebakaran dan Bencana)

Kami telah memposting pamflet yang merangkum apa yang harus dilakukan dalam persiapan untuk gempa bumi dan bagaimana bertindak jika terjadi gempa bumi. (Jepang, Inggris, Cina, Korea, Vietnam, Portugis)

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

- 2) Persiapan di rumah (situs web Polisi Prefektur Saitama)

"Lembar pemeriksaan keselamatan untuk rumah saya", "Tips untuk mengurangi kerusakan akibat

gempa", dan "Persiapan gempa" diposting. (Jepang, Inggris, Cina, Korea, Portugis, Tagalog, Vietnam, Thailand, Indonesia)

URL: <http://www.police.pref.saitama.lg.jp/g0050/kurashi/earthquake-foreigner.html>

(2) Taifu

Topan yang terjadi dari musim panas ke musim gugur disertai angin kencang dan hujan lebat, menyebabkan kerusakan besar. Bersihkan atau perkuat apa pun di sekitar rumah yang bisa tertiuip angin terlebih dahulu. Juga, pastikan Anda memiliki senter, lilin, radio portabel, baterai ekstra, dan pengisi daya ponsel cerdas jika listrik padam.

Silakan periksa peta bahaya kotamadya Anda untuk memeriksa risiko bencana rumah Anda dan lokasi pusat evakuasi.

Ketika risiko bencana meningkat karena pendekatan topan, informasi evakuasi akan dikeluarkan oleh kotamadya Anda menggunakan tingkat peringatan. Jika Anda perlu mengungsi di Alert Level 3, seperti orang tua, harap evakuasi semua orang di Alert Level 4.

(3) Pusat evakuasi jika terjadi bencana

Bagi mereka yang harus mengungsi dari rumah mereka karena bencana, setiap kotamadya menunjuk bangunan besar seperti sekolah sebagai pusat evakuasi jika terjadi bencana. Untuk informasi tentang di mana pusat evakuasi terdekat berada, silakan hubungi Bagian Pencegahan Bencana di kantor kotamadya setempat. Selain itu, beberapa kota mendistribusikan peta yang menunjukkan pusat-pusat evakuasi.

(4) Penyiaran Bahasa Asing Jika Terjadi Bencana

Ketika bencana terjadi, informasi tentang kerusakan dan bantuan disiarkan dalam bahasa Inggris dan bahasa lainnya.

Stasiun radio Community FM: InterFM 897 89.7 MHz

Audio sekunder (sub-audio) dari NHK General TV, NHK Educational TV, dan siaran NHK BS

* Selain itu, layanan multibahasa "NHK World-JAPAN" juga menyediakan informasi dalam berbagai bahasa melalui internet dan aplikasi resmi.

- Situs web: Menyediakan berita dalam 20 bahasa

https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/multilingual_links/

- Aplikasi: Menyediakan berita dalam 19 bahasa

(5) Pesan Bencana NTT Tekan "171" NTT

Ketika bencana terjadi, komunikasi ke daerah yang terkena dampak terkonsentrasi, sehingga sulit untuk terhubung ke telepon. Dalam kasus seperti itu, Disaster Message Dial dapat memfasilitasi konfirmasi keselamatan dan komunikasi antara anggota keluarga. **Jika Anda menekan "171" tanpa kode area,**

Anda dapat merekam dan memutar ulang apa yang ingin Anda hubungi dengan cara yang sederhana. Untuk informasi tentang cara menggunakan layanan ini, silakan merujuk ke situs web NTT Jepang.

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

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

Selain itu, perusahaan telepon seluler juga memiliki layanan papan pesan, dan ada juga halaman dalam bahasa Inggris.

docomo

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

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

AU

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

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

SoftBank /YMOBILE

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

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

(6) Pengumpulan informasi

1) Situs Portal Pencegahan Bencana Prefektur Saitama (situs web Prefektur Saitama)

Jika terjadi bencana di prefektur, informasi tentang evakuasi, status kerusakan, dan status respons prefektur akan diposting di "Situs Portal Pencegahan Bencana Prefektur Saitama".

Anda dapat melihatnya tidak hanya dari komputer Anda, tetapi juga dari ponsel Anda.

Silakan gunakan sebagai sarana untuk mendapatkan informasi pencegahan bencana.

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

2) Akun Resmi LINE Prefektur Saitama “Kantor Prefektur Saitama”

Menyediakan informasi kebencanaan dan bencana dalam berbagai bahasa. Silakan tambahkan akun ini sebagai teman dan manfaatkan sebagai salah satu sumber informasi.

(Bahasa Jepang Mudah, Inggris, Mandarin, Korea, Spanyol, Portugis, Vietnam, Nepal, Thai, Indonesia, Myanmar, Khmer, Mongolia, Turki, Bengali)

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

3) Portal Multikultural (Situs Web Asosiasi Internasional Pemerintah Daerah)

Situs ini menyediakan rangkuman informasi yang dapat langsung digunakan ketika terjadi bencana.

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

- 4) Tanggapan terhadap Bahan Radioaktif, dll. (situs web Divisi Kebijakan Lingkungan Prefektur Saitama) Prefektur ini secara teratur mengukur dan memeriksa efek dosis radiasi dan zat radioaktif di udara, air keran, makanan, dll. Hasil tes diposting di situs web prefektur (juga terkait dengan meja konsultasi kesehatan).

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

(7) Kesiapsiagaan Bencana

- 1) Setiap kotamadya di prefektur melakukan berbagai latihan bencana sebagai persiapan untuk bencana seperti gempa bumi. **Informasi tentang latihan bencana di mana penduduk asing dapat berpartisipasi diposting di situs web prefektur.**

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

- 2) "Set Percakapan Pusat Evakuasi" (Lembar Percakapan Pusat Evakuasi, Kuesioner untuk Korban Bencana Asing) diposting di situs web prefektur untuk **memungkinkan komunikasi sederhana antara staf dan korban bencana asing** di pusat-pusat evakuasi.

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

- 3) Selebaran yang merangkum persiapan yang mudah dimasukkan di rumah diposting di situs web prefektur. Silakan gunakan untuk mempersiapkan bencana. (Inggris, Cina, Korea, Vietnam)

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

(8) Langkah-langkah terhadap heat stroke

Heat stroke disebabkan oleh kontak yang terlalu lama dengan lingkungan yang panas. Jika Anda mengalami gejala seperti pusing, kepala ringan, sakit kepala, mual, atau kejang, stroke panas dicurigai. Jika Anda mencurigai serangan panas, evakuasi ke tempat yang dingin dan konsultasikan dengan institusi medis.

Berhati-hatilah untuk tidak menderita heat stroke dengan menggunakan AC dengan baik di dalam ruangan dan sering mengisi air.

5 poin untuk mencegah heat stroke

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

(Belajar bahasa Jepang, Inggris, Cina, Portugis, Spanyol, Korea)