

災害から身を守ろう

Hãy bảo vệ bản thân trước thiên tai



●自宅や職場等にはどのような危険があるのか、避難所はどこなのか、あらかじめ確認、認識しておき、いざという時の避難行動について考えておきましょう。また、市から発令される避難情報の入手方法について確認しましょう。

● Nếu đang ở nhà hoặc nơi làm việc, bạn sẽ đối mặt với nguy hiểm nào, sẽ đi lánh nạn ở đâu?
Hãy nhận thức trước và xác định rõ ràng vị trí địa điểm sơ tán đồng thời suy tính trước các việc cần làm khi cần phải đi lánh nạn.
Ngoài ra, hãy tìm hiểu về cách thức thông báo cũng như chỉ thị lánh nạn của thành phố.



- Di chuyển đến khu vực lánh nạn.
- Nếu chưa đi lánh nạn, bạn cần phải di chuyển đến địa điểm lánh nạn ngay lập tức.

- Chuẩn bị sẵn sàng sơ tán bất cứ lúc nào. Những người cảm thấy không được khỏe hãy bắt đầu đi sơ tán.
- Những người cần thời gian để di chuyển (người cao tuổi, người dẫn theo trẻ nhỏ ...) hãy bắt đầu đi sơ tán.

災害時などに役立つ言葉を知っておこう

Hãy ghi nhớ những từ vựng hữu ích khi xảy ra thiên tai.

日本語を話せますか。	わかりません。	～への行き方を知りたい。
Bạn có nói được tiếng Nhật không?	Tôi không biết.	Tôi muốn biết đường đến.....

防災行政無線を覚えておこう

Hãy tìm hiểu về loa phát thanh phòng chống thiên tai

警報	Cảnh báo	音声放送	Loa phát thanh địa phương
緊急地震速報(震度4以上)	Cảnh báo động đất khẩn cấp (Rung chấn cấp 4 trở lên)	こちらは広報がまごおりです。緊急地震速報。大地震です。大地震です。	
大津波警報	Cảnh báo có sóng thần lớn	こちらは広報がまごおりです。大津波警報。海岸付近の方は高台に避難してください。	
地震速報 (愛知県東部で震度4以上)	Cảnh báo động đất (Động đất cấp 4 trở lên ở khu vực Tobu tỉnh Aichi)	こちらは広報がまごおりです。震度〇〇の地震が発生しました。火の始末をしてください。テレビ・ラジオをつけ、落ち着いて行動してください。	

蒲郡市ハザードマップ

BẢN ĐỒ DỰ BÁO THIÊN TAI THÀNH PHỐ GAMAGORI

非常持ち出し品チェックリスト

Danh sách đồ dùng cần mang theo đi sơ tán

一次持ち出し品

Đồ thiết yếu cần mang đi sơ tán đợt 1

避難するときに最初に持ち出すもの。重さの目安は男性15kg、女性10kg程度。
Đây là những đồ dùng thiết thực nhất mang đi lánh nạn.
Trọng lượng đồ dùng khoảng 10kg đối với nữ và 15kg đối với nam.

食料関係

Đồ thực phẩm

飲料水

Nước uống

乾パン・クラッカー

Bánh mì khô
Bánh quy

缶詰

Đồ ăn đóng hộp

粉ミルク・赤ちゃん用品

Sữa bột
Đồ dùng cho trẻ sơ sinh.

救急用品・常備薬

Thuốc và dụng cụ sơ cứu

衣類関係

Quần áo và vật dụng liên quan

薬

Thuốc men

包帯

Dụng cụ băng bó

体温計

Nhiệt kế

絆創膏

Băng dán vết thương

衣類

Quần áo

タオル

Khăn

雨具

Áo mưa

貴重品

Tài sản và giấy tờ quan trọng

現金

Tiền mặt

預金通帳

Sổ ngân hàng

印鑑

Con dấu

健康保険証

Thẻ bảo hiểm

身分を証明するもの

Giấy tờ xác nhận thông tin cá nhân

日用品

Đồ dùng hàng ngày

懐中電灯

Đèn pin

携帯ラジオ

Đài radio cầm tay

生理用品

Băng vệ sinh

電池式携帯電話充電器

Sạc dự phòng điện thoại di động

マッチ・ライター・ろうそく

Diêm, bật lửa, nến

ティッシュ・ウェットティッシュ

Giấy ăn, khăn ướt

なべ・水筒

Xoong nồi
Bình nước

非常用トイレ

Bồn cầu khẩn cấp

ナイフ・缶ざり・栓抜き

Dao.
Dụng cụ mở lon, đồ hộp

食器類

Bát đĩa

服装

Trang phục

ヘルメット

mũ bảo hiểm

リュックサック

ba lô đeo vai

木綿製の長袖

áo khoác dài tay chất liệu cotton

軍手・手袋

găng tay

木綿製の長ズボン

quần dài chất liệu cotton

スニーカー(運動靴)

giày thể thao

二次持ち出し品

Đồ thiết yếu chuẩn bị cho đợt 2

災害復旧までの数日間を自活するためのもの。3日以上 (可能な限り1週間程度)。
Đây là những vật dụng cần thiết cho cuộc sống trong những ngày chờ phục hồi sau thiên tai.
Hãy chuẩn bị đồ cho 3 ngày trở lên (hoặc khoảng 1 tuần nếu có thể)

食料関係

Đồ thực phẩm

飲料水 (できる限り多めに)

Nước uống (nhiều nhất có thể)

レトルト・インスタント食品

Đồ ăn nhanh
Đồ ăn chế biến sẵn

カップラーメン

Mì hộp ăn liền

衣類関係

Quần áo và vật dụng liên quan

寝袋

Túi ngủ

毛布

Chăn mền

日用品

Đồ dùng hàng ngày

筆記用具

Dụng cụ ghi chép

ブルーシート

Thảm trải xanh

防塵マスク

Khẩu trang chống bụi

使い捨てカイロ

Miếng dán giữ ấm

ロープ

Dây thừng

大きいゴミ袋・ビニール袋

Túi đựng rác loại to
Túi ni lông

卓上コンロ・ガスボンベ

Bếp ga mini
Bình ga

キッチン用ラップ

Màng bọc thực phẩm

蒲^が郡^ま市^しハザードマップ

BẢN ĐỒ DỰ BÁO THIÊN TAI THÀNH PHỐ GAMAGORI

避難場所 Điểm lánh nạn			
① 大塚小学校 Otsuka shogakko	海拔 9.0m	③③ 蒲郡文化広場 Gamagori bunka hiroba	海拔 16.3m
② 三谷小学校 Miya shogakko	海拔 6.6m	③④ 星越公園 Hoshigee koen	海拔 21.2m
③ 三谷東小学校 Miya higashi shogakko	海拔 29.6m	③⑤ 天伯公園 Tenpaku koen	海拔 10.5m
④ 竹島小学校 Takeshima shogakko	海拔 11.5m	③⑥ 寺戸公園 Terado koen	海拔 8.6m
⑤ 蒲郡東部小学校 Gamagori tobu shogakko	海拔 20.6m	③⑦ 丸戸公園 Maruto koen	海拔 18.0m
⑥ 蒲郡北部小学校 Gamagori hokubu shogakko	海拔 40.6m	③⑧ 弥生公園 Yayoi koen	海拔 5.9m
⑦ 蒲郡西部小学校 Gamagori seibu shogakko	海拔 30.9m	③⑨ 矢田公園 Yada koen	海拔 15.2m
⑧ 蒲郡南部小学校 Gamagori nanbu shogakko	海拔 9.8m	④① 向山公園 Mukaiyama koen	海拔 8.9m
⑨ 中央小学校 Chuo shogakko	海拔 6.3m	④② 須田公園 Suda koen	海拔 3.4m
⑩ 塩津小学校 Shiotsu shogakko	海拔 5.9m	④③ 半ノ木公園 Hannoki koen	海拔 8.1m
⑪ 形原小学校 Katahara shogakko	海拔 12.2m	④④ 西田川公園 Nishidagawa koen	海拔 5.9m
⑫ 形原北小学校 Katahara kita shogakko	海拔 10.4m	④⑤ 中央公園 Chuo koen	海拔 29.8m
⑬ 西浦小学校 Nishiura shogakko	海拔 9.4m	④⑥ 御馬公園 Omama koen	海拔 4.7m
⑭ 大塚中学校 Otsuka chugakko	海拔 9.3m	④⑦ 府相公園 Fuso koen	海拔 8.5m
⑮ 三谷中学校 Miya chugakko	海拔 39.6m	④⑧ 新井公園 Arai koen	海拔 15.3m
⑯ 蒲郡中学校 Gamagori chugakko	海拔 17.0m	④⑨ 榎田公園 Enokida koen	海拔 3.9m
⑰ 中部中学校 Chubu chugakko	海拔 32.6m	④⑩ 八百富公園 Yaotomi koen	海拔 8.2m
⑱ 塩津中学校 Shiotsu chugakko	海拔 25.8m	⑤① 本町公園 Motomachi koen	海拔 10.4m
⑲ 形原中学校 Katahara chugakko	海拔 16.5m	⑤② 中ノ坊公園 Nakanobo koen	海拔 14.5m
⑳ 西浦中学校 Nishiura chugakko	海拔 38.2m	⑤③ 神倉公園 Kannokura koen	海拔 7.5m
㉑ 蒲郡東高等学校 Gamagori higashi kotogakko	海拔 28.2m	⑤④ 蒲形公園 Kamagata koen	海拔 9.1m
㉒ 蒲郡高等学校 Gamagori kotogakko	海拔 18.7m	⑤⑤ 御幸公園 Miyuki koen	海拔 12.8m
㉓ 愛知工科大学 Aichi kouka daigaku	海拔 40.6m	⑤⑥ 藪田公園 Yabuta koen	海拔 10.1m
㉔ 平田町民センター Hirata chomin senta	海拔 20.6m	⑤⑦ 旭公園 Asahi koen	海拔 6.3m
㉕ とかみ会館 Tokami kaikan	海拔 32.7m	⑤⑧ 大坪公園 Otsubo koen	海拔 4.4m
㉖ 上組会館 Kamigumi kaikan	海拔 33.5m	⑤⑨ 港町西公園 Minatomachi nishi koen	海拔 3.3m
㉗ 迫公民館 Hasama kominkan	海拔 31.9m	⑤⑩ 東浜公園 Higashihama koen	海拔 2.8m
㉘ 五井町多目的ホール Goicho tamokuteki horu	海拔 47.4m	⑥① 前田公園 Maeda koen	海拔 3.1m
㉙ 勤労福祉会館 Kinro fukushi kaikan	海拔 6.9m	⑥② 双太山公園 Sodayama koen	海拔 37.4m
㉚ 市民体育センター武道館 Shimin taiiku senta budokan	海拔 3.8m	⑥③ 五反田公園 Gotanda koen	海拔 14.6m
㉛ 拾石町会館 Hiroishicho kaikan	海拔 2.54m	⑥④ 港町東公園 Minatomachi higashi koen	海拔 2.8m
㉜ 形原四区しあわせ会館 Katahara yonku shiawasekaikan	海拔 23.2m	⑥⑤ 大塚保育園 Otsuka hoikuken	海拔 28.0m
⑥⑥ 大塚西保育園 Otsuka nishi hoikuken	海拔 8.0m	⑥⑦ 三谷東保育園 Miya higashi hoikuken	海拔 18.0m
⑥⑧ 三谷東保育園 Miya higashi hoikuken	海拔 20.0m	⑥⑨ 東部保育園 Tobu hoikuken	海拔 42.0m
⑥⑨ 東部保育園 Tobu hoikuken	海拔 42.0m	⑥⑩ 北部保育園 Hokubu hoikuken	海拔 30.0m
⑥⑩ 北部保育園 Hokubu hoikuken	海拔 30.0m	⑥⑪ 西部保育園 Seibu hoikuken	海拔 8.0m
⑥⑪ 西部保育園 Seibu hoikuken	海拔 8.0m	⑥⑫ 南部保育園 Nanbu hoikuken	海拔 7.0m
⑥⑫ 南部保育園 Nanbu hoikuken	海拔 7.0m	⑥⑬ 中部保育園 Chubu hoikuken	海拔 20.0m
⑥⑬ 中部保育園 Chubu hoikuken	海拔 20.0m	⑥⑭ 塩津保育園 Shiotsu hoikuken	海拔 14.0m
⑥⑭ 塩津保育園 Shiotsu hoikuken	海拔 14.0m	⑥⑮ 塩津北保育園 Shiotsu kita hoikuken	海拔 10.0m
⑥⑮ 塩津北保育園 Shiotsu kita hoikuken	海拔 10.0m	⑥⑯ 形原北保育園 Katahara kita hoikuken	海拔 15.0m
⑥⑯ 形原北保育園 Katahara kita hoikuken	海拔 15.0m	⑥⑰ 形原保育園 Katahara hoikuken	海拔 17.0m
⑥⑰ 形原保育園 Katahara hoikuken	海拔 17.0m	⑥⑱ 形原南保育園 Katahara minami hoikuken	海拔 5.0m
⑥⑱ 形原南保育園 Katahara minami hoikuken	海拔 5.0m	⑥⑲ 西浦保育園 Nishiura hoikuken	

海拔 かいばつ
8.1m
 Độ cao so với
 mực nước biển
かいばつ
 海拔8.1m (赤字:海拔10m以下の区域)

Độ cao 8.1m
(Chữ đỏ:Khu vực có độ cao
8.1m so với mực nước biển)

海拔 18m **かいばつ 海拔** Độ cao so với mặt nước biển
かいばつ あおじ かいばつ い か く い
海拔18.0m (青字:海拔10m以上の区域)

Độ cao 18m
(Chữ xanh: Khu vực có độ cao 18m so với mực nước biển)

テレホンガイド	
Số điện thoại	
消防・警察 しょうぼう けいさつ	
Cứu hỏa - Cảnh sát	
消防本部、消防署 Shabohohnbu, Shaboshō	68-5119
東部出張所 Tōbu shuchoshō	69-3702
西部出張所 Seibu shuchoshō	57-2400
蒲郡警察署 Gamagori keisatsusho	68-0110
病院 びやう びん	
Bệnh viện	
市民病院 Shimin byōin	66-2200
蒲郡厚生館病院 Gamagori koseikan byōin	69-3251
蒲郡東部病院 Gamagori tōbu byōin	59-7601
保健医療センター Hoken iyo sentā	67-1151
市役所・市民センター しやくしょ しみんせんた	
Tòa Thị Chính Tòa Nhà Trung tâm	
蒲郡市役所 Gamagori shiyakusyo	66-1111
南部市民センター Nambu shimin sentā	68-2705
市民会館 Shimin kaikan	67-5151
市民体育センター Shimin taiku senta	69-3241

