

สำหรับท่านซึ่งใช้ชีวิตในประเทศญี่ปุ่น

Para estrangeiros residentes no Japão.....

For foreign residents of Japan.....

قابل توجه اتباع خارجي مقيم ژاپن.....

日本で暮らすあなたに.....

คู่มือการป้องกันภัยพิบัติ

Guia de Prevenção de Catástrofes Disaster-prevention guide

راهنمای پیشگیری از مصائب

防災の手引き

ญี่ปุ่นเป็นประเทศที่มีภัยพิบัติมาก.

O Japão está sujeito a frequentes calamidades.

Japan is subject to frequent natural disasters.

ژاپن در معرض مصائب طبیعی متعدد قرار دارد.

日本は災害の多い国です。



แผ่นดินไหว ภูเขาไฟระเบิด อุทกภัย วาตภัย อัคคีภัย และอื่น ๆ

Terremotos, erupções vulcânicas, tempestades,
enchentes, incêndios, etc

Earthquakes, volcanic activity, damage from storms
and floods, fires, etc

زلزله. فعالیت‌های آتشفشانی. عوارض ناشی از طوفان و سیل. آتش

سوزی وغیره

地震, 噴火, 風水害, 火災, その他

พวกเราต้องรักษาความปลอดภัยเพื่อพวกเราเอง.

Precisamos resguardar a nossa própria segurança.

We must look after our own safety.

باید مراقب ایمنی خودمان باشیم.

自分たちの安全は自分たちで守りましょう。

1

■ แจ้งเหตุตรงไปยังกองดับเพลิงด้วยเบอร์โทรฯ 119

■ Disque 119 para entrar em contato de emergência com o Corpo de Bombeiros

■ Dial 119 to make a direct, emergency call to a fire station

■ برای تماس اضطراری مستقیم با آتش نشانی شماره "۱۱۹" را بگیرید.

■ ダイヤル119は消防署へのホットライン

■ เวลาเกิดเหตุไฟไหม้ มีเหตุฉุกเฉิน โทรฯ 119

■ Em incêndios e outras situações de emergência, disque o 119

■ In an emergency, such as a fire, dial 119

■ در مواقع اضطراری نظیر آتش سوزی شماره "۱۱۹" را بگیرید

■ 火事、救急の時には119



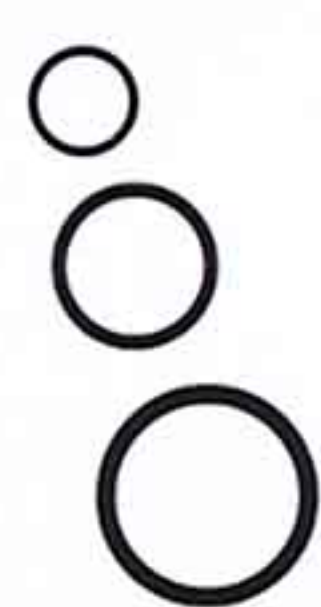
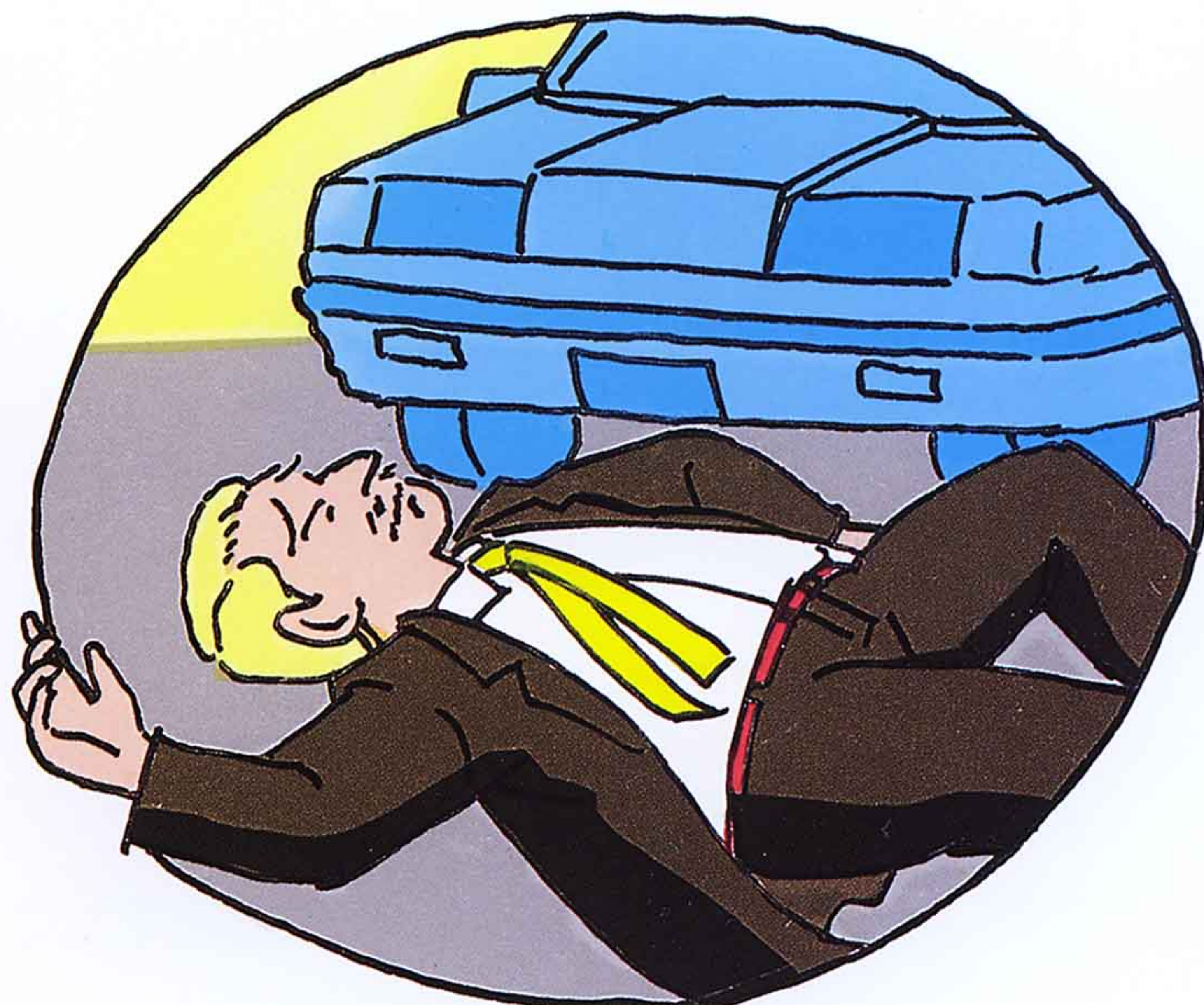
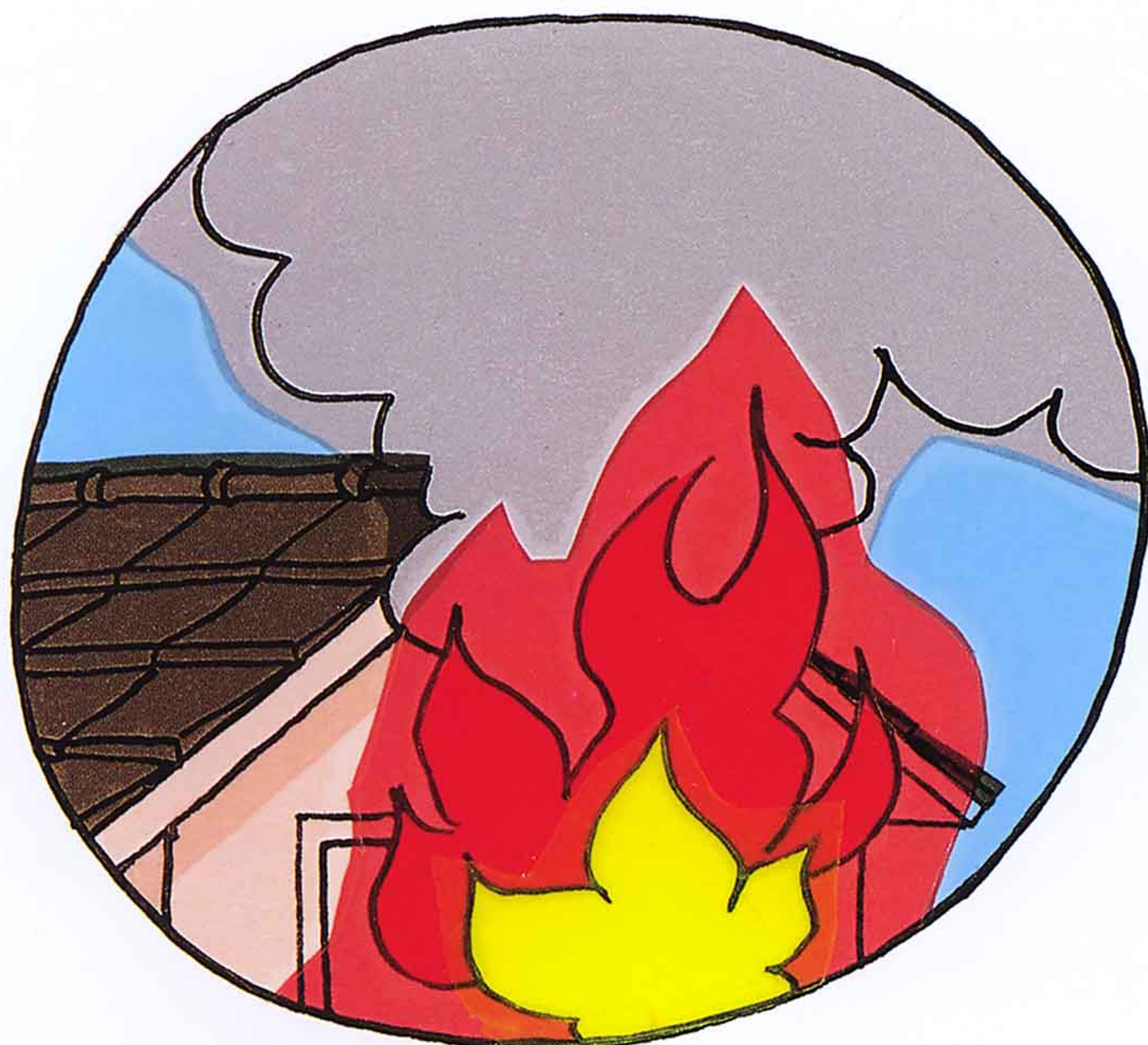
■ แจ้งเหตุด้วยการใช้โทรศัพท์ธรรมดา

■ Comunicação feita de telefone comum

■ Making a report through an ordinary telephone

■ گزارش واقعه از طریق تلفن معمولی

■ 一般加入電話を使った通報



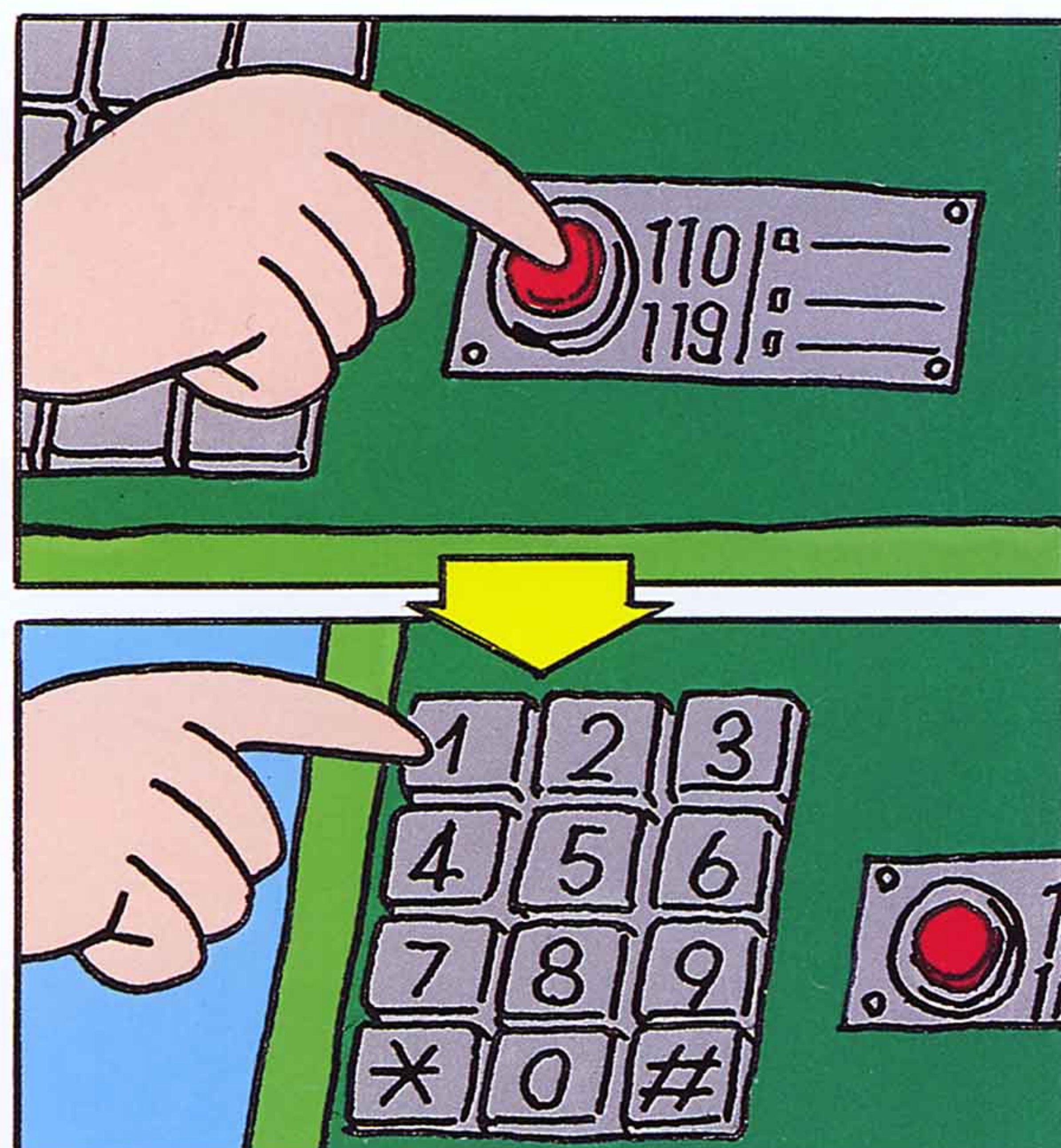
■ แจ้งเหตุด้วยการใช้โทรศัพท์สาธารณะ (สีเขียว)

■ Comunicação feita de telefone público (de cor verde)

■ Making a report through a public (green) pay telephone

■ گزارش واقعه از طریق تلفن عمومی (سبز رنگ)

■ 公衆電話(緑電話)を使った通報



2

■ ถ้าแจ้งเหตุช้า ไฟอาจจะลุกลามไหม้ทรัพย์สินหมดได้.

■ Qualquer demora em comunicar o incêndio pode resultar em destruição completa pelo fogo.

■ A delay in making such a report could result in complete destruction by fire.

■ تاخير در اتمام چنین گزارشی میتواند همه چیز را طعمه حریق نماید.

■ 通報が遅れるとすべてが焼けてしまいます。

■ โทรฯ 119

■ Disque 119

■ Dial 119

■ شماره "۱۱۹" را بگیرید

■ ダイヤル119

① ไฟไหม้!

① Incêndio!

① Fire! Kaji da!

① آتش!

① 火事だ!

② ที่อยู่

② Endereço

② Address _____

② نشانی

② 住所

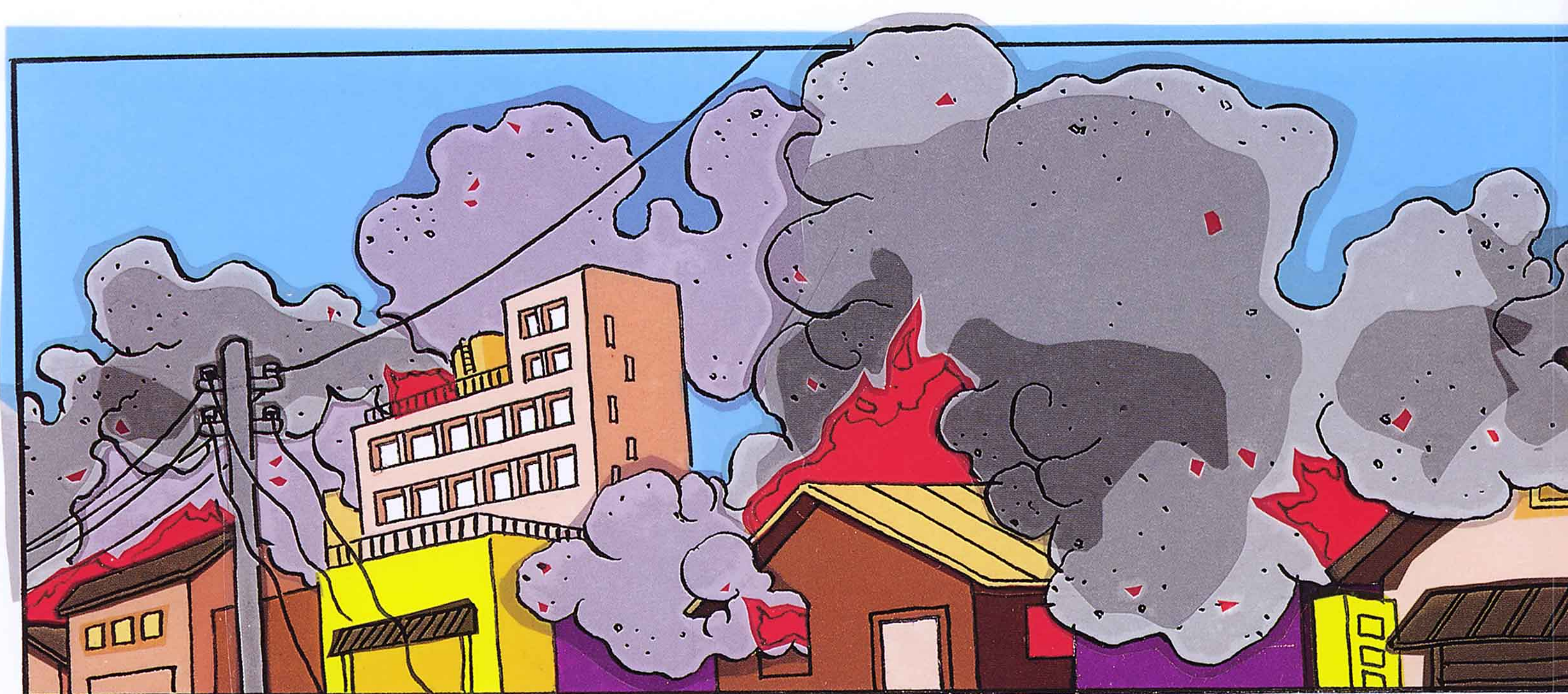
③ ชื่อ นามสกุล

③ Nome

③ Name _____

③ نام

③ 氏名





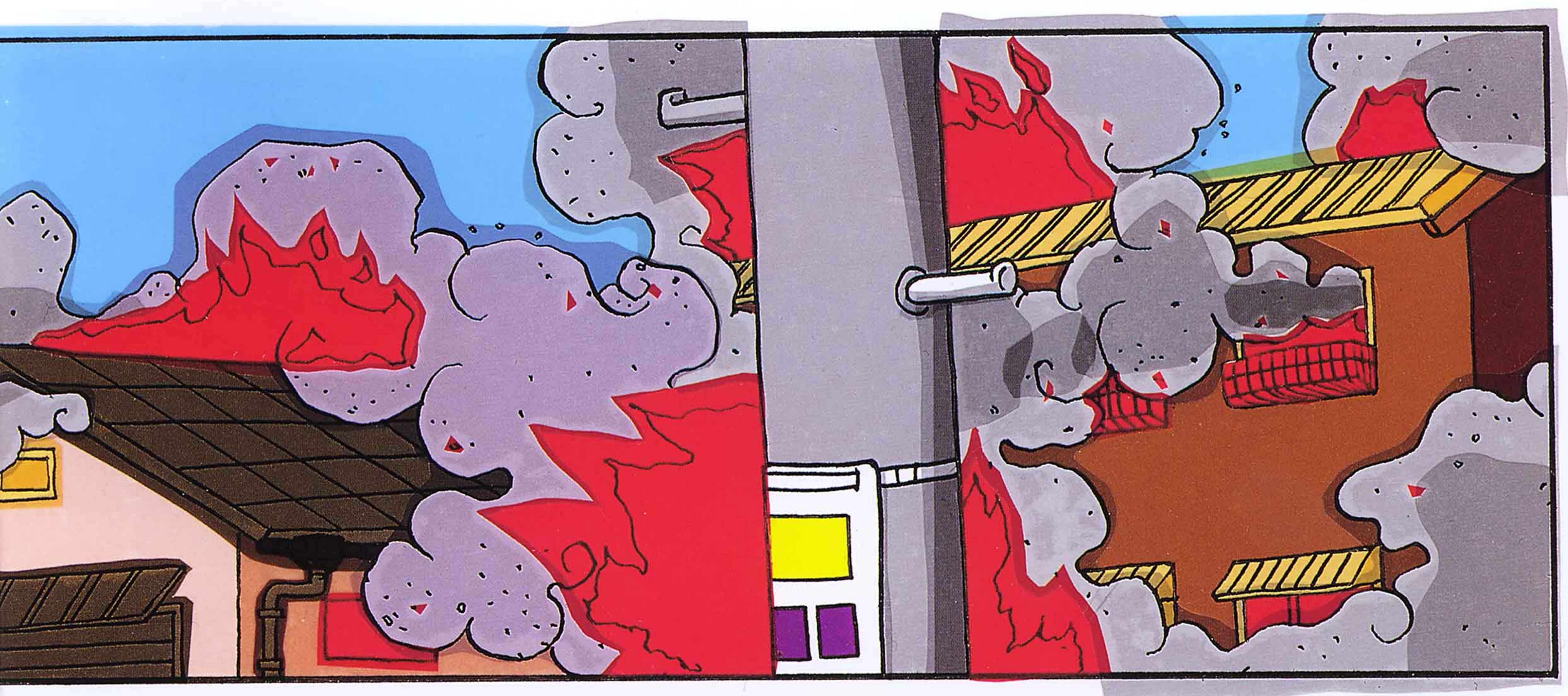
■ ผู้ที่ไม่สามารถจะโทรศัพท์ได้ ให้ส่งเสียงร้องให้ผู้คนในบริเวณนั้นทราบ.

■ Quem é incapaz de usar um telefone deve dar um grito de alarme para a vizinhança.

■ People unable to use a telephone should shout an alarm to those nearby.

■ کسانی که قادر با استفاده از تلفن نیستند بایستی با صدای بلند اطرافیان را متوجه نمایند.

■ 電話がかけられない人は、大声で周りの人に知らせる。



3

■ การจัดการที่เหมาะสมในขั้นต้น

สามารถป้องกันไม่ให้ไฟลุกลามใหญ่โตไปได้

■ É essencial tomar providências imediatas no início do incêndio para impedir o alastramento do fogo

■ Prompt action in the initial stages is essential for keeping a fire from spreading

■ عكس العمل سريع در مراحل اولیه جلوی گسترش آتش را میگیرد

■ 初期の適切な措置が火災の拡大を防ぐポイント

■ ดังนั้น

■ Medidas de prevenção.....

■ To prevent a fire from spreading.....

■ برای جلوگیری از گسترش آتش.....

■ そのためには.....



4

■ การใช้เตาน้ำมันเชื้อเพลิงอย่างปลอดภัย

■ Uso adecuado de aquecedor a querosene

■ Safe use of oil heaters

■ استفاده صحیح از بخاری نفت سوز.

■ 石油ストーブの安全な使い方

- 1 เชื้อเพลิงที่ใช้ คือ น้ำมันก๊าด
- 2 เวลาซื้อน้ำมันเชื้อเพลิงต้องระบุว่า "ใช้สำหรับสโตฟ".
- 3 ต้องให้มีการถ่ายเทอากาศในห้อง.



น้ำมันก๊าด (ไม่มีสี)
Querosene (incolor)
Kerosene (colorless)
نفت (بیرنگ)



น้ำมันเชื้อเพลิง (สีแดง)
Gasolina (vermelha)
Gasoline (red)
بنزین (قرمز)
灯油 (無色)
ガソリン (赤色)

- 1 O combustível deve ser querosene.
- 2 Ao comprar o combustível, não deixe de informar que é para uso em aquecedor.
- 3 Mantenha o ambiente sempre ventilado.

- 1 Kerosene is the fuel to use
- 2 When buying fuel for an oil heater, make sure to communicate this.
- 3 Make sure that the room is ventilated.

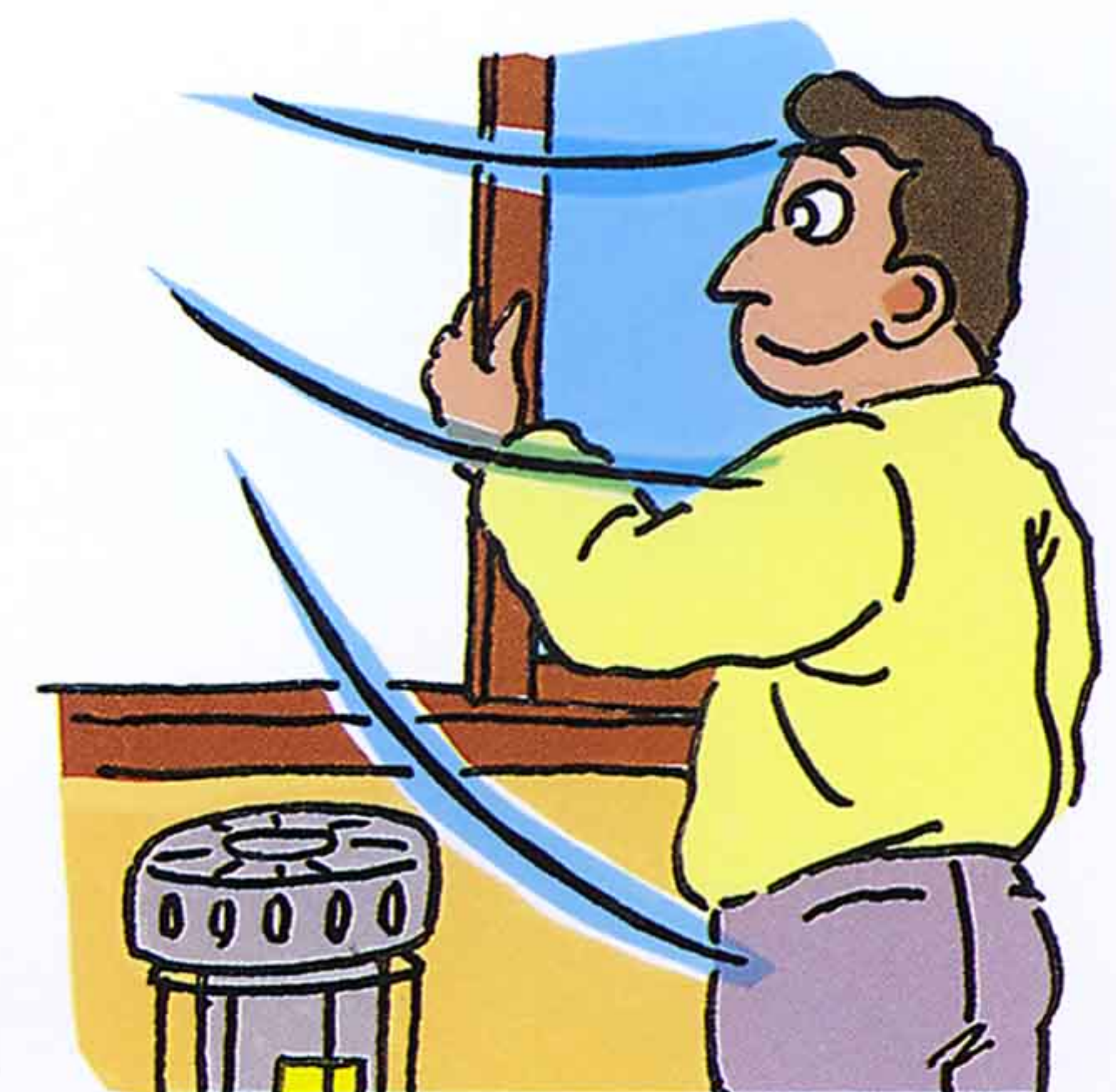
- 1 سوخت مورد نیاز نفت است.
- 2 در موقع خرید سوخت برای بخاری نفتی، بصراحت این مطلب را متذکر شوید.
- 3 مطمئن شوید که اطاق تهویه میشود.

- 1 燃料は灯油
- 2 燃料を買うときは必ず「ストーブ用」という。
- 3 必ず部屋の換気をする。

1



2



3

5

■ เวลาป่วยกระทันหันหรือได้รับบาดเจ็บ

■ Em caso de mal súbito ou ferimento grave

■ In case of sudden illness or serious injury

■ در صورت بیماری یا جراحت خطرناک ناگهانی

■ 急病や大ケガをしたとき

■ รถพยาบาลจะบริการนำผู้ป่วยส่งสถานพยาบาลฟรี แต่โปรดใช้บริการในกรณีจำเป็นเท่านั้น.

■ O serviço de ambulância é gratuito, mas utilize-o apenas quando for necessário.

■ There is no charge for ambulance service, but use it only when it is truly necessary.

■ هزینه ای بابت آمبولانس دریافت نمی شود ولی آمبولانس را در موقع اورژانس واقعی احضار کنید.

■ 救急車による搬送は無料、本当に必要な時だけ使ってください。

■ วิธีการเรียกรถพยาบาล

■ Como chamar uma ambulância

■ How to call an ambulance

■ نحوه احضار آمبولانس

■ 救急車の要請の仕方

① เกิดเหตุฉุกเฉินครับ (ค่ะ) “ก๊วกก๊วก เดชี”

① É uma emergência

① This is an emergency Kyūkyū desu

① وضعیت اورژانسی واقع شده

① 救急です

② สถานที่

② Localização

② Location

② محل

② 場所

③ ชื่อ นามสกุล

③ Nome completo

③ Full name

③ نام و نام خانوادگی

③ 氏名

④ อาการ

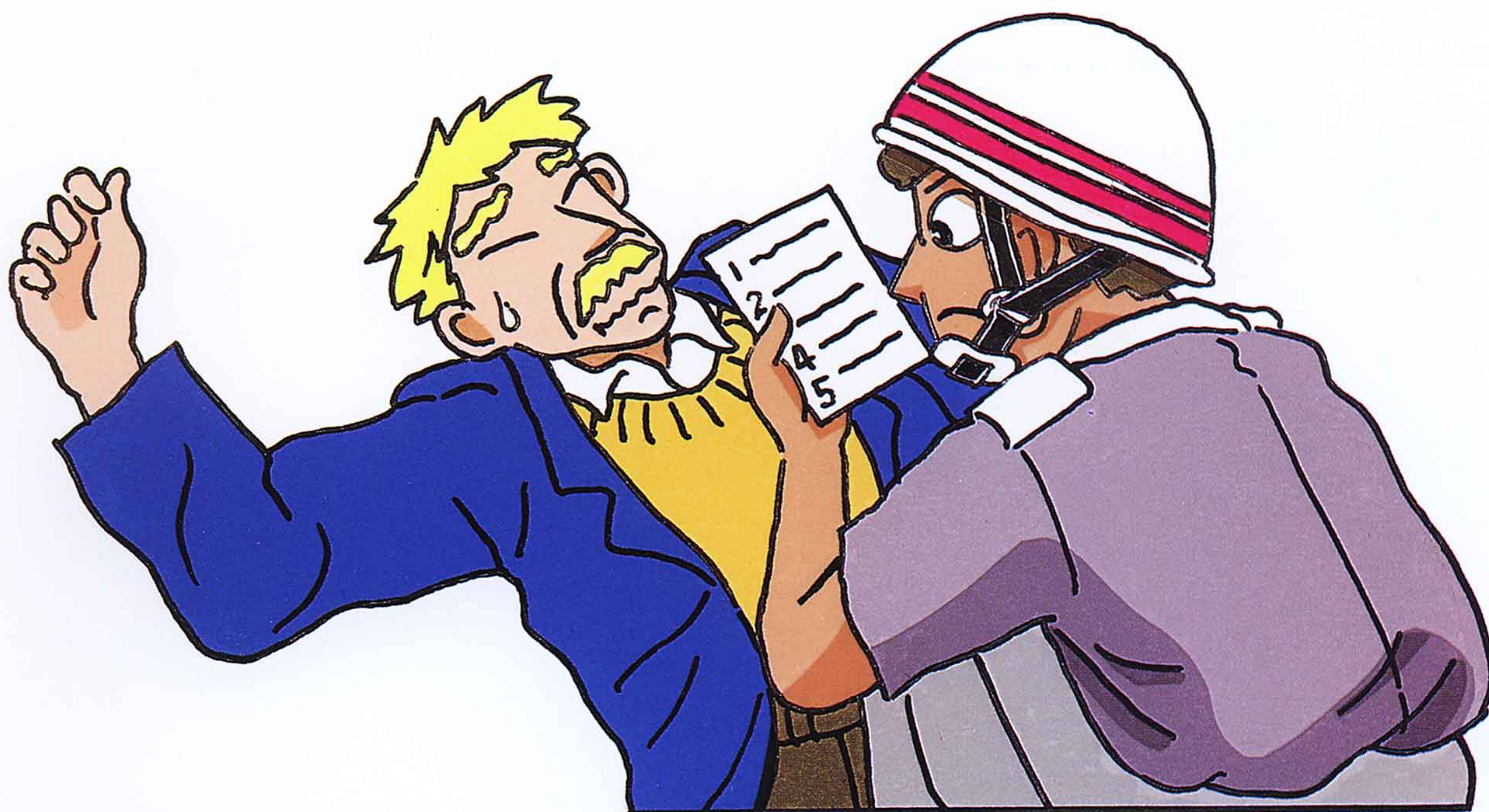
④ Descrição do ocorrido

④ Description of condition

④ شرح وضعیت

④ 症状

Jiko/Byoki



■ ควรพกบัตรที่มีชื่อที่อยู่กรอกอยู่เป็นประจำ

■ Tenha sempre consigo um cartão com o seu nome e endereço

■ Always carry a card that bears your name and address

■ همواره برگه ای حاوی نام و نشانی خود همراه داشته باشید

■ 住所、氏名を書いたカードを常に持つておくこと

■ ตัวอย่างบัตรใช้ในเวลาเกิดเหตุฉุกเฉิน

■ Modelo de cartão de emergência

■ Examples of emergency cards

■ نمونه اوراق اورژانس

■ 救急用カードの見本

① ชื่อ นามสกุล สัญชาติ _____

② ที่อยู่ _____

③ วันเดือนปีเกิด _____

④ กรุ๊ปเลือด _____

① Nome completo e nacionalidade _____

② Endereço _____

③ Data de nascimento _____

④ Tipo sanguíneo _____

① Full name and nationality _____

② Address _____

③ Date of birth _____

④ Blood type _____

① نام و نشان و ملییت _____

② نشانی _____

③ محل تولد _____

④ گروه خون _____

① 氏名、国籍 _____

② 住所 _____

③ 生年月日 _____

④ 血液型 _____

6

■ เมื่อพื้นดินเกิดสั่นสะเทือนขึ้นทันทีทันใด นั่นคือ “แผ่นดินไหว”

■ Ao ocorrer um terremoto em que a terra repentinamente comece a tremer com muita intensidade

■ When there is an earthquake where the earth suddenly begins to shake hard

■ هنگام زلزله زمین بشدت شروع بلرزیدن میکند

■ 突然地面がグラグラとゆれる“地震”

1 ปกกันตนเอง ณ ที่นั้น.

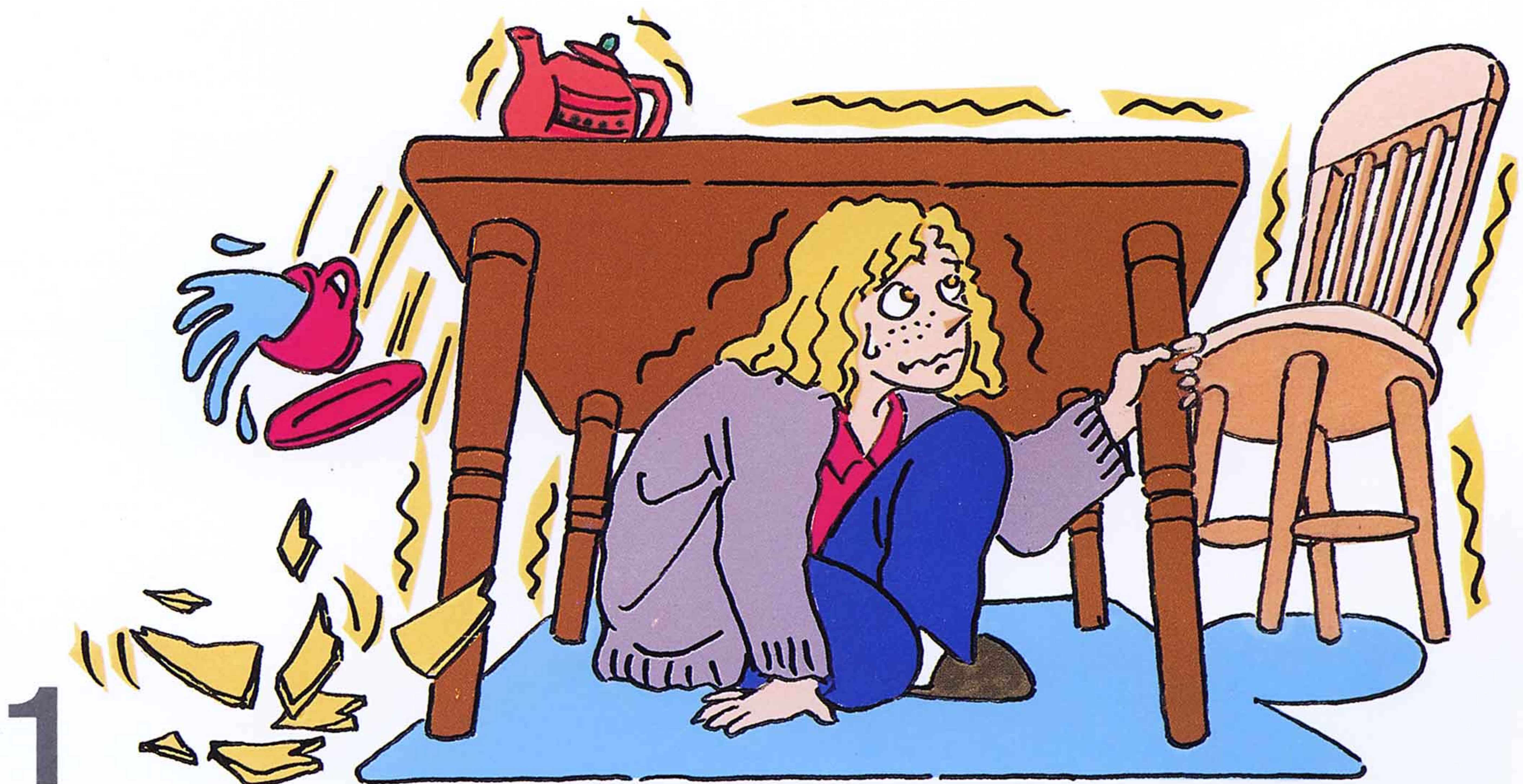
2 ไม่ผลีผลามออกนอกตัวบ้านหรืออาคาร.

3 รีบทำการดับไฟต่าง ๆ

1 Proteja-se no lugar onde você estiver.

2 Não saia correndo abruptamente para fora do prédio.

3 Apague rapidamente qualquer fogo



- 1 Protect yourself right where you are.
- 2 Do not rush outside from a building.
- 3 Quickly put out any fires

1 در هر جا قرار دارید. فوراً پناه بگیرید.

2 بخارج از ساختمان يورش نبريد.

3 سريعاً هرگونه آتش را خاموش كنيد

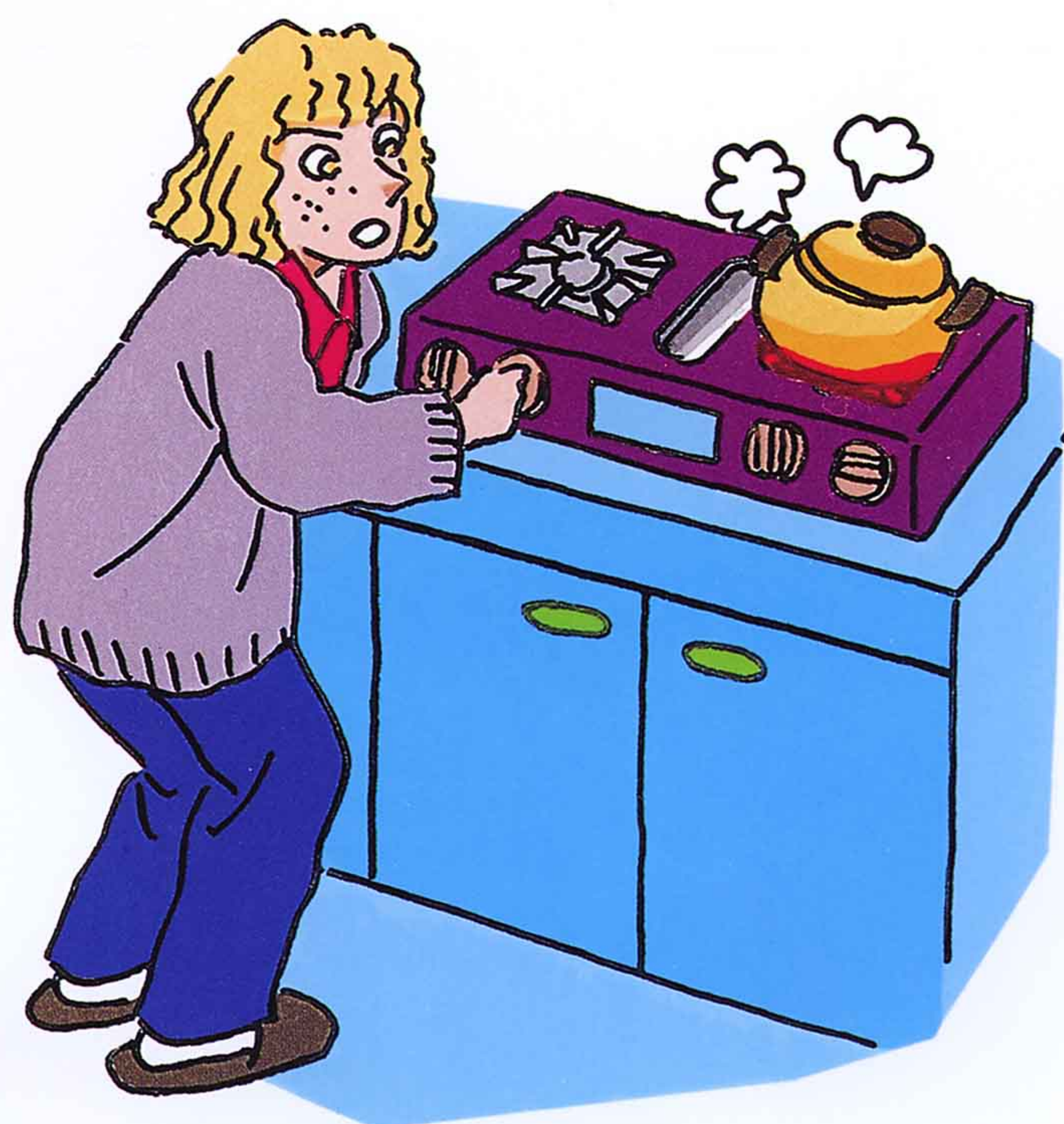
1 その場で自分の身を守る。

2 あわてて建物の外に飛び出さない。

3 素早く火の始末



2



3

7

■ สิ่งที่น่ากลัวหลังจากเกิดแผ่นดินไหวคือ ข่าวที่ไม่เป็นความจริง และการเกิดการจลาจล.

■ Após um terremoto, há o risco de falsos alarmes e pânico.

■ Following an earthquake, there are dangers of false rumors and panic.

■ پس از وقوع زلزله، خطر نشر شایعه و هراس وجود دارد.

■ 地震の後に怖いのはデマ、パニックが起こることです。

■ ต้องมีความรู้เรื่องแผ่นดินไหวชนิดเบาอย่างถูกต้อง.

หลังจากเกิดแผ่นดินไหวใหญ่ มักจะเกิดแผ่นดินไหวอย่างเบา ๆ เสมอ แต่จะไม่รุนแรงเท่าแผ่นดินไหวใหญ่.

■ โปรดฟังข่าวคราวที่ถูกต้อง.

□ ข่าวคราวจากสื่อมวลชน

□ ข่าวคราวจากกลุ่มป้องกันภัยพิบัติในท้องถิ่น

□ ข่าวคราวจากรัฐบาล

□ สอบถามสถานทูต

■ Informe-se adequadamente sobre os tremores subsequentes.

Um grande terremoto é em geral seguido por novos tremores.

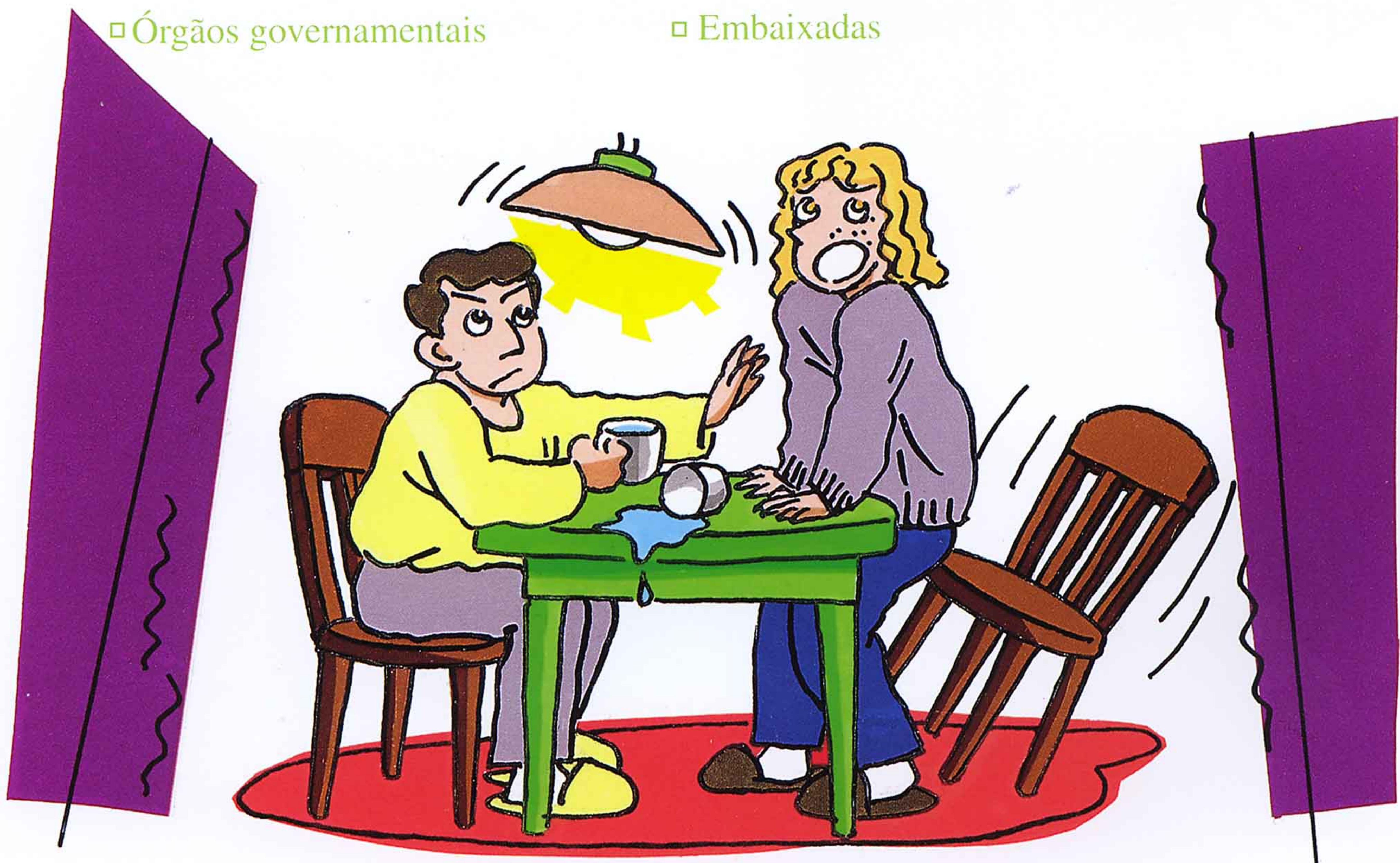
Entretanto, os tremores subsequentes são de menor intensidade do que o abalo principal e sua frequência diminui aos poucos.

■ Informe-se adequadamente através dos seguintes meios:

□ Veículos de comunicação de massa □ Entidades regionais de prevenção de calamidad

□ Órgãos governamentais

□ Embaixadas



- Make sure that your knowledge about aftershocks is correct.
A strong earthquake is often followed by aftershocks.
However, these aftershocks will be weaker than the main earthquake that has preceded them and their number will decrease over time.

■ Get accurate information.

- Information from the mass media
- Information from administrative bodies
- Information from regional disaster prevention organizations
- Inquiries to embassies

■ اطمینان حاصل کنید که تاجه حد اطلاعات شما راجع به زمین لرزه های ثانویه صحیح است.

معمولاً يك زلزله قوی. زمین لرزه های بعدی را بدنبال دارد اما این زمین لرزه ها خفیف تر از زلزله اصلی بوده و شمار لرزش ها با گذشت زمان کم میشود.

■ اطلاع دقیق کسب کنید.

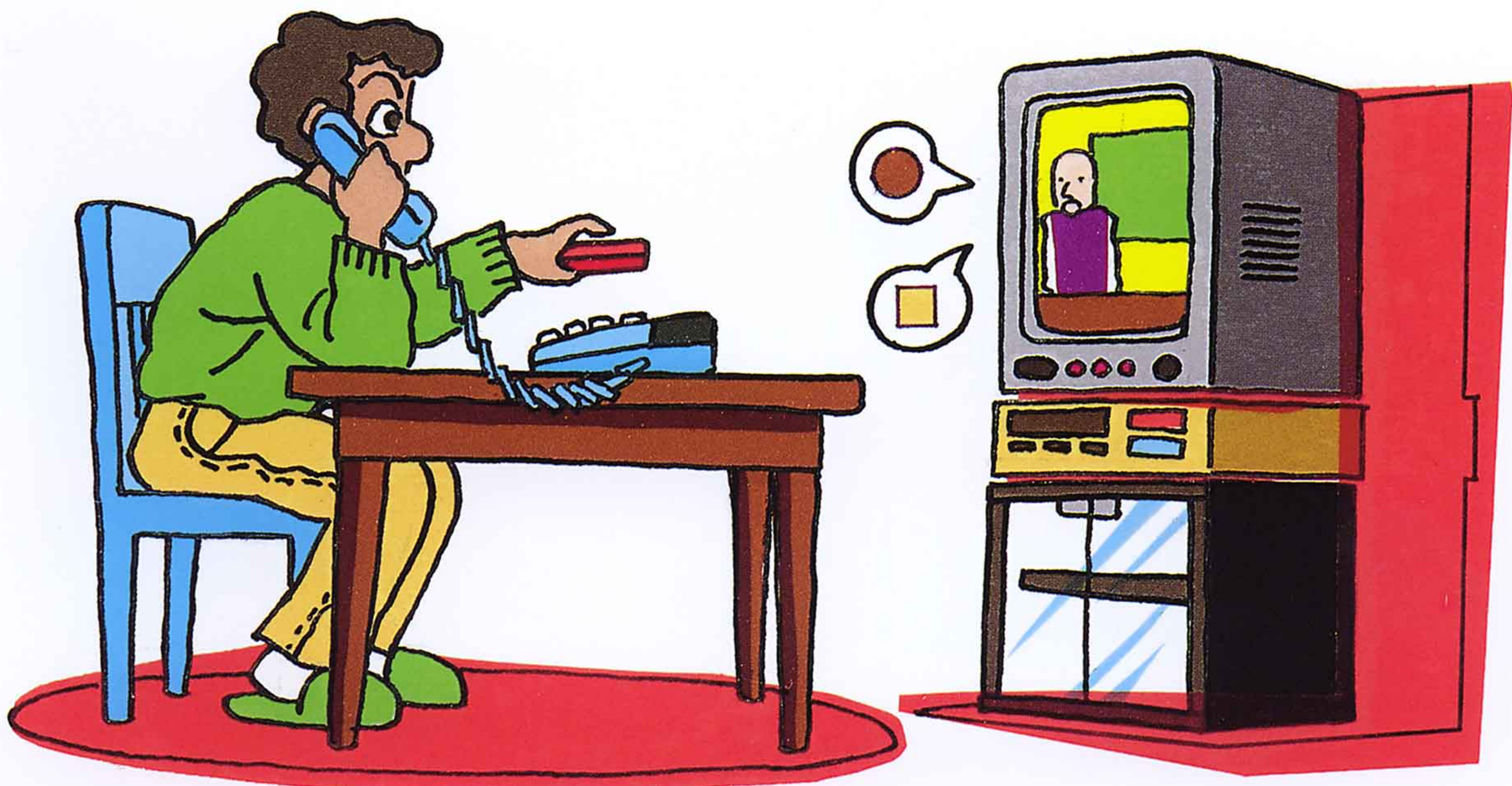
- کسب اطلاع از جراید
- کسب اطلاع از مراجع دولتی
- کسب اطلاع از سازمانهای محلی پیشگیری از مصائب
- کسب اطلاع از سفارتخانه ها

■ 余震について正しい知識を持つ。

大地震後には余震が起きることが多い。しかし本震より強い余震はない。また時間がたつにつれ、余震数は減少する。

■ 正しい情報を得てください。

- | | |
|-------------|----------------|
| □ マスコミからの情報 | □ 地域の防災組織からの情報 |
| □ 行政からの情報 | □ 大使館への問い合わせ |



8

■ เตรียมป้องกันอุทกภัย วาตภัย

■ Prevenção de danos em tempestades e enchentes

■ Preventing damage from storms and floods

■ جلوگیری از آسیب های ناشی از طوفان و سیل

■ 風水害に備えて

■ คอยฟังข่าวกรมอุตุนิยมวิทยาจากทีวี วิทยุ หนังสือพิมพ์ และอื่น ๆ

■ ติดต่อขอข่าวคราวจากสถานที่ทำงาน โรงเรียน หรือคนญี่ปุ่นที่อยู่ใกล้บ้านไว้.

■ Acompanhe as previsões do tempo veiculadas em TV, rádio ou jornal.

■ Peça aos japoneses em seu trabalho, escola ou vizinhança que o mantenham adequadamente informado.

■ Pay attention to weather reports from T.V. or radio broadcasting and newspapers

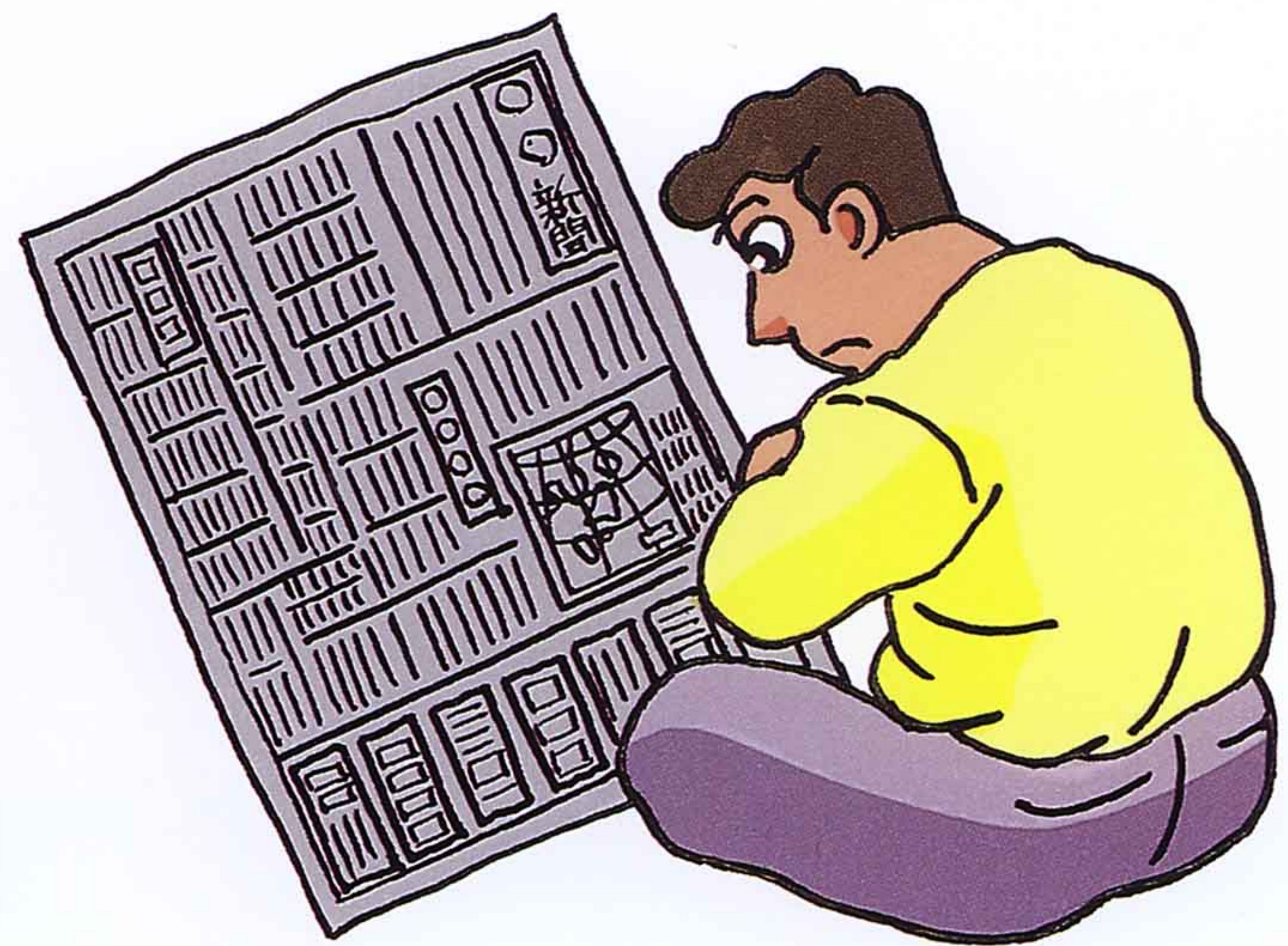
■ Ask Japanese people from your place of work, school, or neighborhood to let you know the necessary information.

■ به گزارشهای هواشناسی تلویزیون، رادیو و جراید توجه نمائید

■ از همکاران ژاپنی در محل کار یا در مدرسه یا در همسایگی جویای اطلاعات لازم شوید.

■ TV、ラジオ、新聞などの気象情報に注意

■ 職場や学校、近所に住む日本人に、情報を提供してもらうよう頼んでおく。



■ เดือนมิถุนายน กรกฎาคม เป็นฤดูฝน

■ เดือนกันยายน ตุลาคม เป็นฤดูที่มีพายุไต้ฝุ่น

■ A estação das chuvas estende-se de junho a julho

■ Os tufões costumam acontecer em setembro e outubro

■ The rainy season extends from June to July

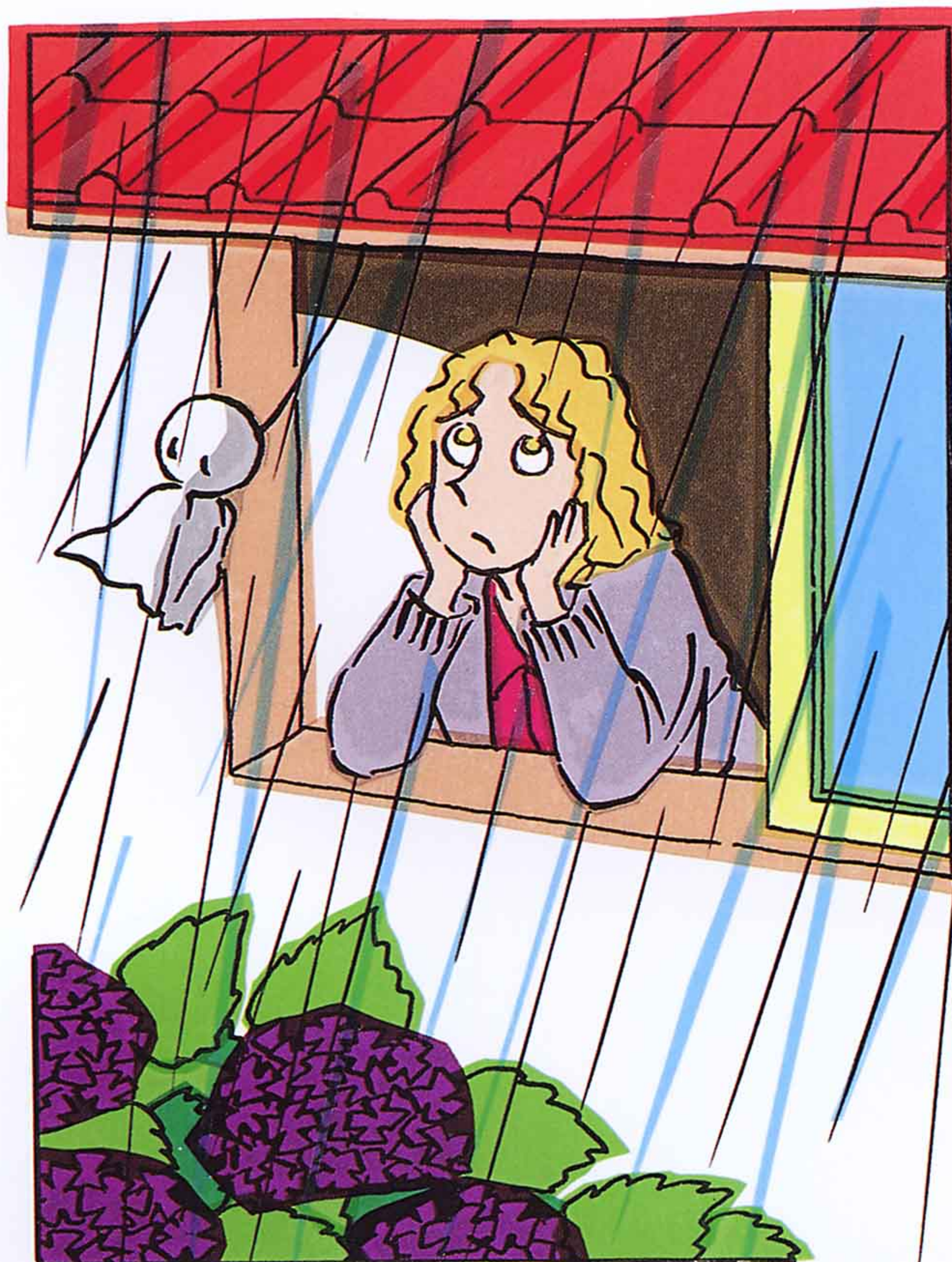
■ Typhoons are common in September and October

■ فصل بازندگی از ماه ژوئن تا جولای است

■ وقوع طوفان در ماههای سپتامبر و اکتبر معمول است

■ 6～7月は梅雨シーズン

■ 9～10月は台風シーズン





本誌は(財)日本宝くじ協会の助成を受けて作成されたものです。

監 修 消防庁防災課
製 作 (財)消防科学総合センター
イラスト 中釜 浩一郎