



เมื่อมีแผ่นดินไหวที่รุนแรงเกิดขึ้น...

สิ่งสำคัญอันดับแรกคือต้องป้องกันตัวเองให้ได้ก่อน

タイ語

กรณีอยู่ในบ้าน

- ไม่ควรวิ่งหนีออกจากบ้านทันที
- ควรหลบตัวไว้ใต้โต๊ะเป็นต้น
- ควรอยู่ให้ห่างจากตู้เย็นหรือเฟอร์นิเจอร์อื่นๆ
- ควรรอการสั่งระงับเหตุให้หยุดลงแล้วค่อยทำการดับไฟ

กรณีอยู่ในเขตพื้นที่

- ควรพยายามอยู่ให้ห่างจากสิ่งปลูกสร้างให้ได้มากที่สุด
- ระวังสิ่งของที่ร่วงลงมา อาทิ กระดาษป้ายๆ ฯลฯ
- ควรอพยพไปที่สถานที่ที่กว้างใหญ่ อาทิ สวนสาธารณะ เป็นต้น

กรณีอยู่บนรถเมล์ รถไฟฟ้า

- ไม่ควรวิ่งหนีออกนอกกรโดยสารทันที
- ควรจับราวไว้ให้แน่น
- ควรปฏิบัติตามคำสั่งของพนักงานประจำรถโดยสาร

กรณีอยู่ในอาคารสถานีรถไฟ หรือโรงพยาบาล เป็นต้น

- ไม่ควรวิ่งหนีมาบริเวณทางออกหรือบันไดทันที
- เมื่อมีการอพยพควรใช้บันไดแทนลิฟท์
- ควรปฏิบัติตามคำสั่งของเจ้าหน้าที่

ขั้นตอนต่อไป

- ถ้าต้องการร้องขอความช่วยเหลือต้องโทรไปหมายเลข 110
- ติดต่อแจ้งสมาชิกครอบครัวหรือคนรู้จักให้ทราบว่าตนอยู่ในสภาพที่ปลอดภัยหรือไม่
- ควรอพยพไปถึงสถานที่อพยพตามคำสั่งของเจ้าหน้าที่ทางเทศบาลหรือตำรวจ
 - ☞ สถานที่อพยพคือสถานที่ที่กำหนดขึ้นเพื่อให้ความคุ้มครองอย่างชั่วคราวให้ผู้ประสภภัยที่ไร้ที่อยู่อาศัยสถานที่อพยพคือสถานที่ที่กำหนดขึ้นเพื่อให้ความคุ้มครองอย่างชั่วคราวให้ผู้ประสภภัยที่ไร้ที่อยู่อาศัยโดยทั่วไปแล้วทางเทศบาลกำหนดให้โรงเรียนหรือcommunity center เป็นสถานที่อพยพ



การตกค้างอยู่ในสิ่งปลูกสร้างที่ยังไม่ได้รับการยืนยันความปลอดภัยนั้นเป็นการกระทำที่อันตรายมากเนื่องจากอาจมีการสั่นสะเทือน after shock เกิดขึ้นได้



สำนักงานใหญ่ตำรวจที่จังหวัดNAGANO

<http://www.pref.nagano.lg.jp/police/>

ตำรวจที่จังหวัดNAGANO
ตัวนำโชคสัญลักษณ์ RAIPOKUN

