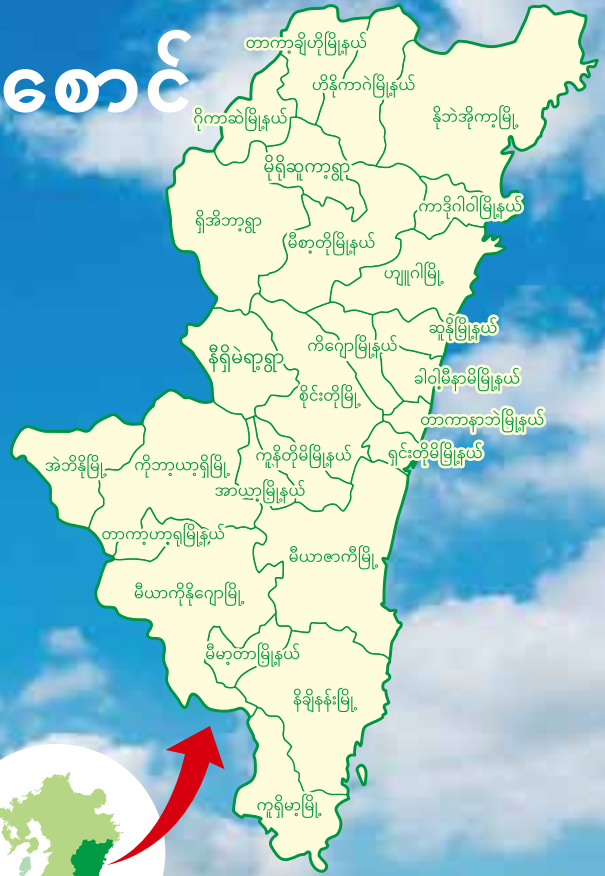


နိုင်ငံခြားသားများအတွက် သဘာဝဘေး ပညာပေးစာစောင် (မြန်မာဘာသာ)

မီယာဇာကီခရိုင်



ဤလက်ကမ်းစာစောင်ကို အင်္ဂလိပ်၊ တရုတ်၊ ကိုရီးယား၊
ဗီယက်နမ်၊ အင်ဒိုနီးရှားဘာသာ တို့နှင့်လည်း ရရှိနိုင်သည်။
ပြည်သူ့အကျိုးပြု မီယာဇာကီ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ
အဖွဲ့အစည်း၏ အင်တာနက် စာမျက်နှာ
([https:// www.mif.or.jp](https://www.mif.or.jp)) မှာလည်း ဖတ်ရှုနိုင်ပြီး၊
ပရင့်လည်း ထုတ်ယူနိုင်ပါသည်။

သဘာဝဘေးအန္တရာယ် ဖြစ်ပွားသည့်အခါ ပထမဆုံး လုပ်ရမည့်အရာမှာ “မိမိကိုယ်မိမိ ကာကွယ်ခြင်း” ဖြစ်သည်။

ဂျပန်နိုင်ငံနှင့် မိမိတို့ ယခုနေထိုင်နေသည့် မီယာဇာကီခရိုင်သည် သဘာဝ အလှတရားများ ပေါများကြွယ်ဝသည့် နေရာဖြစ်ပြီး၊ တစ်ဖက်တွင်မူ
သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များ မကြာမကြာ ဖြစ်တတ်သည့်နေရာ ဖြစ်သည်။

ယခုနောက်ပိုင်းနှစ်များတွင် သဘာဝဘေးအန္တရာယ်များ အများအပြား ဖြစ်ပွားခဲ့ပြီး၊ ထိုဘေးအန္တရာယ်အမျိုးမျိုးကို ကြိုတင်ကာကွယ်ရန် နည်းလမ်းများ
(ဘေးအန္တရာယ် ကာကွယ်ရေး ဆောင်ရွက်ချက်များ) ကို စဉ်းစားလာကြရသည်။ အရေးအကြီးဆုံးအချက်မှာ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်ချင်းစီက
ဆောင်ရွက်ရသည့် ကာကွယ်ရေး၊ မိမိကိုယ်မိမိ ဦးစွာ ကာကွယ်ရသည့် “မိမိကိုယ်မိမိ ကာကွယ်ခြင်း” ယုံ ဖြစ်သည်။ ယခု ပညာပေးစာစောင်တွင်
သဘာဝဘေးအန္တရာယ် အမျိုးမျိုးနှင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး ဆောင်ရွက်ချက်များကို တင်ပြသွားပါမည်။

※ဤစာစောင်၌ ရေးထားသည်များမှာ သဘာဝဘေးနှင့် ပတ်သက်ပြီး သိထားရမည့် အခြေခံအချက်များနှင့် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး ဆောင်ရွက်ချက်များ
ဖြစ်သည်။ ဤဆောင်ရွက်ချက်များသာမကဘဲ လူတစ်ဦးချင်းစီအနေဖြင့် မိမိပတ်ဝန်းကျင်၌ ဖြစ်နိုင်ခြေရှိသည့် ဘေးအန္တရာယ်များနှင့် ထိခိုက်ဆုံးရှုံးမှု
အနည်းဆုံး ဖြစ်စေနိုင်ရန်အတွက် လိုအပ်သည့် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး ဆောင်ရွက်ချက်များကို စဉ်းစားထားကြရန် အရေးကြီးသည်။

(ထုတ်ဝေသူ)



ပြည်သူ့အကျိုးပြု မီယာဇာကီခရိုင် အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ အဖွဲ့အစည်း MIYAZAKI INTERNATIONAL FOUNDATION

မီယာဇာကီမြို့၊ တာချိဘာနာဒိုးရိဟိဂျီ ၄-၈-၁ ခါရီးနို မီယာဇာကီ မြေအောက် ၁ ထပ်၊ ဖုန်း။ ၀၉၈၅-၃၂-၈၄၅၇

ဖက်စ်။ ၀၉၈၅-၃၂-၈၅၁၂

宮崎市橘通東4-8-1 カリーノ宮崎 地下1階 TEL : 0985-32-8457 FAX : 0985-32-8512

ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန် (၁)

သဘာဝဘေးကြီး ဖြစ်ပွားချိန် ပထမ ၇၂ နာရီအတွင်းသည် အသက်ရှင်သန်နိုင်ရန် အရေးကြီးသည့် အချိန်ကာလဟု ဆိုသည်။ သဘာဝဘေးမဖြစ်ခင် လိုအပ်သည့် ပစ္စည်းများ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားပါ။ သဘာဝဘေးကြီး ဖြစ်သည့်အခါ လျှပ်စစ်မီး၊ ရေ၊ ဂတ်စ်တို့ ပြတ်တောက် သွားနိုင်သည်။

ဘေးလွတ်ရာတိမ်းရှောင်သည့်အခါယူသွားရမည့်အရာများ



ရေ

ရေဘူး (၅၀၀ ml) နှင့်အထက် ၃ ဘူး စည်သွတ်ဘူး၊ ချောကလက်စသည်



အစားအစာ



ဆေး

ကိုယ့်ရောဂါအတွက် ဆေးဝါး၊ ဆေးစာတို့ မမေ့ရန်



ဘဏ်စာအုပ်၊ တံဆိပ်တုံး၊ ငွေသား၊

ကျန်းမာရေးအာမခံကတ်



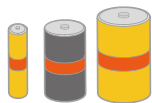
နိုင်ငံကူးလက်မှတ်၊ နေထိုင်ခွင့်ကတ်



လက်နှိပ်ဓာတ်မီး



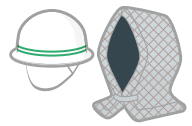
အိတ်ဆောင်ရေဒီယို



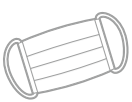
ဓာတ်ခဲ၊ ဖုန်းအားသွင်းကိရိယာ



ခရု



ဟဲလ်မက်၊ ဘေးအန္တရာယ် ကာကွယ်ရေးသုံး ခေါင်းဆောင်း



နှာခေါင်းစည်း



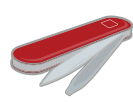
လက်အိတ်



တစ်ခါသုံးအန္ဓေထုပ်



မီးခြစ်



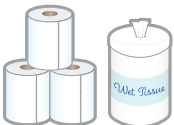
ဓား



မိုးကာပစ္စည်း ထီး၊ မိုးကာအင်္ကျီစသည်



အဝတ်အစား၊ အတွင်းခံ၊ ခြေအိတ်



တစ်ရှူးပေါ (တစ်ရှူးအစို အပါအဝင်)



မျက်နှာသုတ်ပဝါ



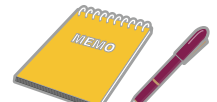
ကြပ်ကြပ်အိတ်



သွားတိုက်ဆေး၊ သွားပွတ်တံ



စလစ်ပိဖိနပ်



စာရေးကိရိယာ

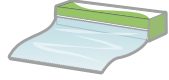
အမြဲတမ်းပြင်ဆင်ထားရမည့်အရာများ



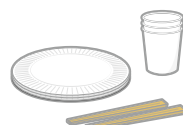
ရေ (၃ရက်စာ)



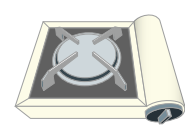
အစားအစာ (၃ရက်စာ)



အစားအစာဖုံးအုပ်သည့် ပလတ်စတစ်လိပ်



တစ်ခါသုံး စက္ကူ၊ ပန်းကန်၊ တူ



ဂတ်စ်မီးဖို



သယ်ယူလိုရသည့် အိမ်သာ



လက်နှိပ်ဓာတ်မီး



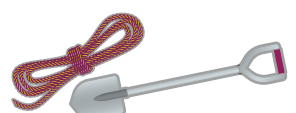
ဖိနပ်



စောင်



သတင်းစာစက္ကူ



ကိရိယာတန်ဆာပလာ (ဂေါ်ပြား၊ ကြိုးစသည်)

ဤပစ္စည်းများကို ဟုမ်းစင်တာ၊ စူပါးမားကတ်နှင့် အွန်လိုင်းတို့တွင် ဝယ်ယူရရှိနိုင်သည်။

※မိမိ၏ မိသားစုဝင်ပုံစံပေါ်မူတည်ပြီး ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရမည့် ပစ္စည်းများ ကွာခြားနိုင်သည်။ ဥပမာ မိသားစု၌ မွေးစကလေး၊ ကလေးငယ်၊ သက်ကြီးရွယ်အိုစသဖြင့် ဂရုစိုက်ပြုစုမှု လိုအပ်သူများရှိခြင်း၊ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်ရှိခြင်း၊ သင့်မိသားစုအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရမည့် အရာတွေက ဘာတွေလဲ။ သင့်မိသားစုနှင့် ကိုက်ညီမည့် သဘာဝဘေး ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး ပစ္စည်းစာရင်းကို ပြုလုပ်ထားပါ။

※တစ်ချိန်ချိန်မှာ ဖြစ်လာနိုင်ခြေရှိသည့် နန်းကိုင်ချိုင့်ဝှမ်းလျှင်ကြီးအတွက် ရက်သတ္တစက်ပတ်ကျော်ကြာစာ ပစ္စည်းများ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရန် လိုအပ်သည်ဟု အကြံပြုထားသည်။

ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန် (၂)

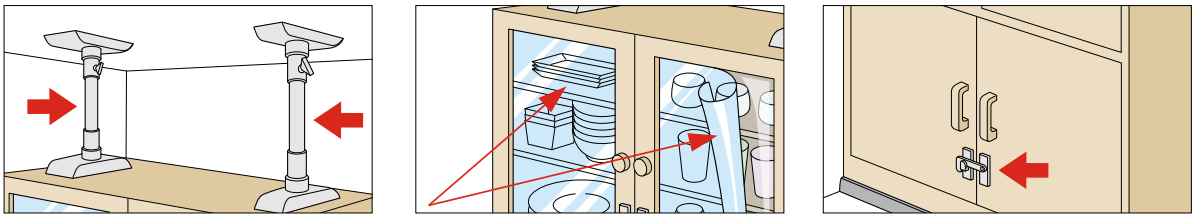
“အိမ်တွင်း၌ အန္တရာယ်ကင်းစေရေး” နှင့် “အလျင်အမြန် တိမ်းရှောင်ရေး” အင်အားပြင်း ငလျင်ကြီးလှုပ်ခတ်ခဲ့လျှင် မိမိကိုယ်မိမိ ကာကွယ်နိုင်ရန် အခုကတည်းက သေသေချာချာ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားကြရမည်။

● အန္တရာယ်ရှိသည်။ ပရိဘောဂများ လဲကျ/ပြုတ်ကျ/ရွေ့လျားသွားနိုင်သည်။

အင်အားပြင်း ငလျင်ကြီးလှုပ်သည့်အခါ ပရိဘောဂများ လဲကျနိုင်သည်။ ပြတင်းပေါက်မှန်များ၊ ရှိုးကော့စ်ဘီရို တံခါးမှန်များ ကွဲနိုင်သည်။ စာအုပ်စင်မှ စာအုပ်များ လွင့်ပျံ့ကျလာနိုင်သည်။ တီဗီ၊ မိုက်ခရိုဝေ့မီးဖိုတို့ စင်ပေါ်မှ ပြုတ်ကျလာနိုင်သည်။



ပရိဘောဂပစ္စည်းများ မလဲ၊ မပြို၊ မရွေ့အောင် အခုကတည်းက ကြိုတင်ကာကွယ်ထားပါ။



ဤပစ္စည်းများကို ဟုမ်းစင်တာ၊ စူပါးမားကတ်နှင့် အွန်လိုင်းတို့တွင် ဝယ်ယူရရှိနိုင်သည်။

● ဘေးလွတ်ရာကို အမြန်တိမ်းရှောင်မည်။

အဲဒီအတွက်...



၁။ ဘေးလွတ်ရာနေရာ၊ ပြေးရမည့်လမ်းကြောင်း သေချာသိအောင် လုပ်ထားမည်။

အချိန်တိုအတွင်းမှာ အမှားအယွင်းမရှိ အမြန် ထွက်ပြေးတိမ်းရှောင်နိုင်ရန် အခုကတည်းက မြေပုံနှင့် အန္တရာယ်ပြမြေပုံတို့ကို ကြည့်ပြီး ဘေးလွတ်ရာနေရာနှင့် လမ်းကြောင်းကို မိသားစုနှင့် ကြိုတင်အတည်ပြုထားရမည်။ လက်တွေ့လည်း သွားကြည့်ထားရမည်။

※ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားချိန်သည် မိသားစုဝင်များ အတူရှိနေသည့် အချိန်လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ အိမ်ကနေသာ မဟုတ်ဘဲ ကျောင်း၊ အလုပ်တို့ကနေ ဘေးလွတ်ရာ တိမ်းရှောင်ခြင်းကိုလည်း အတူတကွ စဉ်းစားထားရမည်။

၂။ တီဗီ၊ ရေဒီယို၊ အင်တာနက်တို့က နောက်ဆုံးရသတင်းအချက်အလက်များကို ရယူရမည်။

● တီဗီ၊ ရေဒီယို၊ အင်တာနက်က သတင်းအချက်အလက်



• Safety Tips (ဘေးကင်းစေရေး အကြံပြုချက်များ)

နိုင်ငံခြားသားများအတွက် သဘာဝဘေးကာကွယ်ရေး တရားဝင် အပလီကေးရှင်း (အခမဲ့)

<http://www.rcsc.co.jp/safety>



• NHK WORLD

<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/>



• ဂျပန် မိုးလေဝသဌာန

<https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>



● မိယာဇာကီခရိုင် ဘေးအန္တရာယ်နှင့် မှုခင်း ကာကွယ်ရေး သတင်းအချက်အလက်

အီးမေးလ် ဝန်ဆောင်မှု (အခမဲ့)

<https://www.pref.miyazaki.lg.jp/kiki-kikikanri/bosai/chishiki/20220714104100.html>



ခိုလှုံရေးစခန်းများ

ခိုလှုံရေးစခန်းဆိုသည်မှာ သဘာဝဘေးဖြစ်ပွားသည့်အခါ နေအိမ်၌ ဆက်နေရန် အန္တရာယ်ရှိခြင်း၊ နေအိမ် ပျက်စီးသွား၍ နေလို့မရတော့ခြင်းတို့ကြောင့် ယာယီအားဖြင့် ခိုလှုံနေထိုင်သည့် နေရာဖြစ်သည်။



- ထွက်ပြေးတိမ်းရှောင်ရန် အိမ်မှ မထွက်ခင် ဂတ်စ်ကို သေချာပိတ်ခဲ့ရမည်။ (ဂတ်စ်မထွက်စေရန်)
- လျှပ်စစ်မီး မိန်းခလုပ်ကို ချခဲ့ရမည်။ (ဓာတ်အားစီးဆင်းမှု မရှိစေရန်)
- “ဘေးလွတ်ရာ တိမ်းရှောင်သည့်အခါ ယူသွားရမည့် အရာများ” (စာမျက်နှာ ၂) ကို ယူသွားရမည်။

ခိုလှုံရေးစခန်းများ



- အခမဲ့ အသုံးပြုနိုင်သည်။
- ဖိနပ်မစီးရပါ။
- အိမ်သာအသုံးပြု၍ရသည်။
- အိပ်၍ရသည်။
- ရေ၊ အစားအစာ၊ စောင်စသည်တို့ ရနိုင်သည်။ သို့သော် ရနိုင်သည့် ပစ္စည်း၊ အရေအတွက်၊ အချိန် အကန့်အသတ်ရှိသည့်အတွက် ညွှန်ကြားချက်ကို လိုက်နာပါ။
- သတင်းအချက်အလက်များ ရရှိနိုင်သည်။ အစိုးရရုံး၊ မြို့နယ်ရုံးတို့မှ မှန်ကန်သည့် အသိပေးချက်များကို နားထောင်ပါ။
- အမှိုက်ပစ်ရာတွင် စည်းကမ်းများ သတ်မှတ်ထားသည်။ သိအောင်လုပ်ရမည်။
- လူအများနှင့် အသုံးပြုခြင်းဖြစ်သည်။ ခိုလှုံရေးစခန်းအတွင်းရှိ ပစ္စည်းများ မည်သို့ အသုံးပြုရမည်ကို သိအောင်လုပ်ရမည်။ အခြားလူများကို အနှောင့်အယှက် မဖြစ်စေရန် ဂရုစိုက်ရမည်။
- မသိနားမလည်ပါက အနီးရှိလူများကို မေးပါ။ ကိုယ်မလုပ်နိုင်တာ ရှိပါက ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ပါ။
- ကိုယ်လုပ်နိုင်သည့် အရာကို လုပ်ပြီး ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပါ။ အများနှင့်အတူ ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ပါ။
- ကျန်းမာရေး ဂရုစိုက်ပါ။ အိပ်ရေးဝအောင် အိပ်ပါ။ လေဝင်လေထွက်ကောင်းကောင်း ရပါစေ။ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ၊ အပူရှပ်ခြင်း၊ သွေးခဲခြင်း၊ ကူးစက်ရောဂါ (ဗိုင်းရပ်စ်ဗိုး) ဂရုပြုပါ။



၂၀၁၁ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ၊ ရှင်းမိုအဲဒါကီမီးတောင် ပေါက်ကွဲစဉ်က ခိုလှုံရေးစခန်း၊ တာကာဟာရမြို့အစိုးရရုံး အင်တာနက်စာမျက်နှာမှ

သဘာဝဘေးကာလ၌ အသုံးပြုသည့် ဂျပန်စကားလုံးများ

မိမိ၏အချက်အလက်၊ အရေးပေါ်အခြေအနေမှာ ဆက်သွယ်ရန် လိပ်စာတို့ကို ရေးထားပါ။

| မိမိ၏အချက်အလက် | | အရေးပေါ်ဆက်သွယ်ရန် | |
|-------------------------------|---------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|
| n a 名 前 | အမည် | tai shi kan ryu ji kan 大使館・領事館 | သံရုံး/ ကောင်စစ်ဝန်ရုံး |
| j u 住 所 | လိပ်စာ | | |
| den wa ban go 電話 番号 | ဖုန်းနံပါတ် | ka zoku shinsesi 家族・親戚 | မိသားစု/ ဆွေမျိုး/ မိတ်ဆွေ စသည် |
| sei nen ga ppi 生 年 月 日 | မွေးသက္ကရာဇ် | tomosashi na do no 友達などの | ဆက်သွယ်ရန် လိပ်စာ |
| koku 国 籍 | နိုင်ငံသား | ren raku sashi 連絡先 | |
| pasupo - to パスポート No. | နိုင်ငံကူးလက်မှတ် အမှတ် | gyou sha byou in 業者・病院 | ဝန်ဆောင်မှု ကုမ္ပဏီ/ ဆေးရုံစသည် |
| zai ryu si lelu 在 留 資格 No. | နေထိုင်ခွင့်ကတ်ပြား အမှတ် | na do no などの | ဆက်သွယ်ရန် လိပ်စာ |
| ketsu eki gata 血 液 型 | သွေးအုပ်စု | ren raku sashi 連絡先 | |

| မြေလျှင် (地震) | | |
|------------------------------------|---|--|
| shin 震 度 | လျှင်ပြင်းအား အဆင့် | |
| tou 倒 壊 | အဆောက်အအုံများ ပြိုလဲ၊ ပျက်စီးခြင်း | |
| ji sube ri 地 滑 り | တောင်ကုန်းတောင်စောင်း၊ ဆင်ခြေလျှော နေရာများတွင် မြေ၊ ကျောက်များ ပြိုခြင်း | |
| ji wa re 地 割 れ | မြေမျက်နှာပြင် အက်ကွဲခြင်း | |
| tei den 停 電 | လျှပ်စစ်မီး အသုံးပြု၍မရတော့ခြင်း | |
| dan 断 水 | ရေ မရတော့ခြင်း | |
| ga su mo re ガ ス 漏 れ | ဂတ်စ်ပိုက်မှ ဂတ်စ်များ လိုစိမ့်ခြင်း | |
| ta chi i ri kin shi 立 ち 入 り 禁 止 | ဝင်ရောက်ခွင့်မပြုသည့်နေရာ | |
| h u 復 旧 | ရေ၊ လျှပ်စစ်၊ ဂတ်စ်၊ ပို့ဆောင်ဆက်သွယ်ရေးတို့ ပုံမှန်ပြန်ဖြစ်ခြင်း | |

| တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်း (台風) | | |
|---|--|--|
| tai fu ga jyo riku su ru 台 風 が 上 陸 す る | မုန်တိုင်းဗဟိုချက်သည် ဟော့ကိုင်းဒိုး၊ ရှိကိုကု၊ ကျူရှူး၊ ကမ်းရိုးတန်းသို့ ရောက်ရှိခြင်း။ | |
| ta i f u no shin ro 台 風 の 進 路 | မုန်တိုင်းရွေ့လျားရာ လမ်းကြောင်း | |
| si し | လေပြင်းထန်ခြင်းကြောင့် ပင်လယ်ပြင်တွင် လှိုင်းကြီးခြင်း | |
| taka 高 潮 | မုန်တိုင်းကြောင့် လေပြင်းများနှင့် လေဖိအား ပြောင်းလဲမှုဖြစ်ပြီး ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင် အလွန်အမင်း မြင့်တက်ခြင်း | |
| ka sen no zou sui 河 川 の 増 水 | မြစ်ရေ ပုံမှန်ထက် အလွန်အမင်း တက်လာခြင်း | |
| ka sen no ha n ran 河 川 の は ん ら ン | မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်းခြင်းကြောင့် မြစ်ရေကြီးခြင်း | |
| tei bou no ke kkai 堤 防 の 決 壊 | ရေကာတာ ကျိုးပေါက်ပျက်စီးခြင်း | |
| ki ken sui i 危 険 水 位 | စိုးရိမ်ရေမှတ်၊ မြစ်ရေသည် ထိုအမှတ်ကို ကျော်လွန်ပါက ကမ်းပါးမှ လျှံကျတော့မည်၊ တိမ်းရှောင်ထွက်ပြေးရမည်ကို သွန်ပြုသည့် မြစ်ရေအမှတ် | |
| sin 浸 | အဆောက်အအုံများ ရေမြုပ်ခြင်း၊ ရေဝင်ခြင်း | |

| ခိုလှုံရေးစခန်း (避難所) | | |
|------------------------------|--|--|
| kyu sui sha 給 水 車 | ရေပေးဝေသည့်ကား | |
| kyu sui sei gen 給 水 制 限 | ပိုက်လိုင်းမှ လာသည့်ရေကို အသုံးပြုနိုင်သည့်အချိန် နာရီကို ကန့်သတ်ခြင်း | |
| kyu sui ba syo 給 水 場 所 | ရေပေးဝေသည့်နေရာ | |
| kyu go sho 救 護 所 | ထိခိုက်ဒဏ်ရာ ကုသပေးသည့်နေရာ | |
| hi sai sha 被 災 者 | ဘေးဒုက္ခသည်သူ | |
| sei katsu so dan 生 活 相 談 | ဘဝအခက်အခဲတွေနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဆွေးနွေး မေးမြန်း နိုင်သည့်နေရာ | |
| ken kou so dan 健 康 相 談 | ကျန်းမာရေး ပြဿနာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဆွေးနွေးမေးမြန်း နိုင်သည့်နေရာ | |
| shoku ryo hai kyu 食 糧 配 給 | အစားအစာ ပေးဝေခြင်း | |
| ta ki da shi 炊 き 出 し | အစားအစာ ပေးဝေခြင်း | |
| go mi syu syu ゴ ミ 収 集 | အမှိုက်သိမ်းခြင်း | |
| g u r a n d o グ ラ ウ ン ド | အားကစားလုပ်သည့် ကွင်းပြင် | |
| tai iku kan 体 育 館 | အားကစားရုံ | |
| kou min kan 公 民 館 | မြို့နယ်၊ ကျေးရွာတို့ရှိ ဒေသခံများအတွက် သင်တန်း နှင့် လှုပ်ရှားမှုတို့ ပြုလုပ်သည့် ခန်းမ၊ အဆောက်အအုံ | |

| လမ်းပန်းဆက်သွယ်ရေး (交通) | | |
|--|--|--|
| un kyu 運 休 | အကြောင်းတစ်ခုခုကြောင့် ဘတ်စ်ကား၊ ရထားများ ပြေးဆွဲမှု ရပ်နားခြင်း | |
| ke kko 欠 航 | အကြောင်းတစ်ခုခုကြောင့် သင်္ဘော၊ လေယာဉ် ခရီးစဉ်များ ဖျက်သိမ်းခြင်း | |
| fu tsu 不 通 | ဖြတ်သန်းသွားလာ၍ မရတော့ခြင်း | |
| tsu kou do me 通 行 止 め | ဖြတ်သန်းသွားလာခွင့် မပြုခြင်း | |
| un ten wo mi a wa se ru 運 転 を 見 合 わ せ る | အကြောင်းတစ်ခုခုကြောင့် ဘတ်စ်ကား၊ ရထားများ ပြေးဆွဲမှု ယာယီရပ်တန့်ခြင်း | |
| o ri kae shi un ten 折 り 返 し 運 転 | အကြောင်းတစ်ခုခုကြောင့် ဘတ်စ်ကား၊ ရထားများ သွားရမည့် ခရီးဆုံးသို့ မသွားဘဲ၊ ပြန်လှည့်ခြင်း | |
| do ro no kan btsu 道 路 の 陥 没 | လမ်းမျက်နှာပြင်တွင် ကျင်း၊ ချိုင့်၊ အပေါက်ကြီးများ ဖြစ်ပေါ်ခြင်း | |
| u kai ro 迂 回 路 | အကြောင်းတစ်ခုခုကြောင့် လမ်းက သွားမရတော့သည့်အခါ ခရီးဆုံးရောက်အောင် ပတ်သွားရသည့် အခြားလမ်း | |
| tsu ko ki sei 通 行 規 制 | ဘေးအန္တရာယ်ရှိနိုင်သည့် လမ်းများကို ဖြတ်သန်းခွင့်မပြုသည့် ကန့်သတ်ချက် | |

သဘာဝဘေးလေ့ကျင့်မှုမှာပါဝင်ခြင်း

မီယာဇာကီခရိုင်တွင်းရှိ မြို့ရွာများတွင် ဒေသခံပြည်သူများ အတွက် သဘာဝဘေးလေ့ကျင့်မှုများ ပြုလုပ်ပေးလျက်ရှိသည်။

သဘာဝဘေး လေ့ကျင့်မှုမှာ ပါဝင်ကြပါ။

သဘာဝဘေးကာကွယ်ရေး လေ့ကျင့်မှု အတွေ့အကြုံရှိပါက မိမိကိုယ်မိမိ ကာကွယ်နိုင်စွမ်း အများကြီး တိုးလာမည် ဖြစ်သည်။ ထို့ပြင် ဒေသခံများနှင့်လည်း အဆက်အသွယ် အချိတ်အဆက် ရနိုင်သည်။ ထိုအချိတ်အဆက်သည် ငလျင်ဘေးအန္တရာယ်ကြီးကို ကျော်လွှားနိုင်ခဲ့သည့် ကြီးမားသည့် ခွန်အားပင် ဖြစ်သည်။

※ဟန်းရှင်းအာဂျီ မြေငလျင်ဘေးကြီး၌ လူ ၇၀% ခန့်သည် မိမိကိုယ်မိမိ ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ခြင်း၊ ၃၀% သည် ဒေသခံပြည်သူများ၊ ကျောင်းနှင့် အလုပ်မှ လူများ အချင်းချင်း ကူညီစောင့်ရှောက်ခြင်းဖြင့် လွတ်မြောက်ရှင်သန်ခဲ့သည်ဟု ဆိုကြသည်။



ဒေသတွင်း လှုပ်ရှားမှုများ၊ ပွဲတော်များ

ဒေသတွင်း ပုံမှန်ကျင်းပသည့် လှုပ်ရှားမှုများနှင့် ပွဲတော်အမျိုးမျိုးသည် ဒေသခံများနှင့် မျက်နှာချင်းဆိုင် သိကျွမ်းရင်းနှီးပြီး၊ အပြန်အလှန် ဆက်ဆံရေး တည်ဆောက်ရန် အလွန်ကောင်းသည့် အခွင့်အရေးပင် ဖြစ်သည်။


★ ဒေသန္တရအစိုးရအဖွဲ့၊ မီယာဇာကီခရိုင်နှင့် မီယာဇာကီမြို့ အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ဆက်ဆံရေးအဖွဲ့များ ပူးပေါင်းပြီး သဘာဝဘေး ကာကွယ်ရေး လေ့ကျင့်မှုများနှင့် ပွဲတော်အမျိုးမျိုးကို ကျင်းပကြသည်။



မီယာဇာကီ နိုင်ငံခြားသားများအကူအညီပေးရေးစင်တာကို သိပါသလား။

ဂျပန်စကား နားမလည်ခြင်းကြောင့် ပုံမှန်အားဖြင့် မေးချင်ပေမဲ့ မမေးဖြစ်တဲ့ မေးခွန်းများ၊ အခက်အခဲ ပြဿနာများ (နေ့စဉ်လူမှုဘဝ၊ ဗီဇာ လုပ်ထုံးလုပ်နည်း၊ အလုပ်၊ ဆေးကုသမှု၊ လူမှုဖူလုံရေး၊ ပညာရေး၊ ကလေးစောင့်ရှောက်မှု၊ သဘာဝဘေး၊ နှင့်ပတ်သက်ပြီး မီယာဇာကီ နိုင်ငံခြားသားများ အကူအညီပေးရေးစင်တာ အလုပ်၊ ဆေးကုသမှု၊ လူမှုဖူလုံရေး၊ ပညာရေး၊ ကလေးစောင့်ရှောက်မှု၊ သဘာဝဘေး၊ နှင့်ပတ်သက်ပြီး မီယာဇာကီ နိုင်ငံခြားသားများ အကူအညီပေးရေး စင်တာကို တယ်လီဖုန်း၊ အီးမေးလ် (သို့) လူကိုယ်တိုင် ဆက်သွယ်၊ မေးမြန်း တိုင်ပင်နိုင်ပါသည်။ (ဆွေးနွေးခ အခမဲ့။ လျှို့ဝှက်ချက် ထိန်းသိမ်းပေးသည်။)

〒၈၈၀-၀၈၀၅ မီယာဇာကီမြို့ တာချိဘုနာဒိုးရိ ဟိဂျိရှိ ၄-၈-၁ ခရီးနိ မီယာဇာကီအဆောက်အဦ၊ မြေအောက် ၁ ထပ်

 **0985-41-5901**

 **support@mif.or.jp**

ဆွေးနွေးနိုင်သည့်နေ့။ **အင်္ဂါနေ့~စနေနေ့** (ရုံးပိတ်ရက်များနှင့် ၁၂/၂၉~၁/၃ မှအပ)

ဆွေးနွေးနိုင်သည့်ဘာသာစကား။ ဂျပန်၊ အင်္ဂလိပ်၊ တရုတ်၊ ကိုရီးယား၊ ထိုင်း၊ ဗီယက်နမ်၊ အင်ဒိုနီးရှား၊ မလေး၊ တာဂါလော့၊ နီပေါ၊ ပေါ်တူဂီ၊ စပိန်၊ ပြင်သစ်၊ ရုရှား၊ ဂျာမန်၊ အီတလီ၊ မြန်မာ၊ မွန်ဂို၊ ခမာ၊ စင်ကာလား၊ ဟင်ဒီ၊ ဘင်္ဂလီ၊ အူရူဘာဘာ



မိမိဘေးကင်းကြောင်း အသိပေးခြင်း

ဘေးအန္တရာယ် ဖြစ်ပွားသည့်အခါ စိတ်အေးအေးထားပြီး ရင်ဆိုင်ဖြေရှင်းနိုင်ရန် အရေးကြီးသည်။ မိမိ၏ သက်ဆိုင်ရာ သံရုံး လိပ်စာ၊ ဖုန်းနံပါတ်ကို ဆောင်ထားရမည်။ လျှပ်စစ်မီး ပြတ်တောက်သွားသည့်အခါ ဖုန်းအားသွင်းနိုင်မည့်နည်းလမ်း၊ ဆက်သွယ်နိုင်မည့် နည်းလမ်းများကို ကြိုတင်စဉ်းစားထားပါ။

သဘာဝဘေး ကြီးကြီးမားမား ဖြစ်ပွားသည့် ဒေသများတွင် ဖုန်းလိုင်း ဆက်သွယ်ရခက်ခြင်း၊ ဆက်သွယ်မရခြင်းများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ မိမိ အသက်ရှင်လျက်ရှိကြောင်းကို ပြည်တွင်းပြည်ပက အရေးကြီးသောသူများထံ အသိပေးရန် အောက်ပါနည်းလမ်းများကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

● သဘာဝဘေးသင့်ချိန်သုံး ဖုန်းမက်ဆေ့ဂျီ (အသံမက်ဆေ့ဂျီ)

(NTT နီဂိုနီဟွန်း)

- ဂျပန်ပြည်တွင်းအတွက်သာ အသုံးပြု၍ရသည်။
- အများသုံးဖုန်း၊ လိုင်းဖုန်း၊ လက်ကိုင်ဖုန်း၊ PHS ဖုန်း (ဘေးသင့်ကာလတွင် အများသုံးဖုန်းသည် အရင်ဆုံး ဆက်သွယ်ရ ပိုလွယ်လိမ့်မည်။

သဘာဝဘေးကြီး ဖြစ်ပွားချိန် မိမိ ဘေးကင်း၊ မကင်း အသိပေးသည့် အသံမက်ဆေ့ဂျီ ဝန်ဆောင်မှု

မက်ဆေ့ဂျီကို အသံသွင်းခြင်း 171→1 →မိမိဖုန်းနံပါတ် → မက်ဆေ့ဂျီကို ပြော

မက်ဆေ့ဂျီကို နားထောင်ခြင်း 171→2 →တစ်ဖက်လူရဲ့ ဖုန်းနံပါတ်→မက်ဆေ့ဂျီကို နားထောင်



● သဘာဝဘေးသင့်ချိန်သုံး မက်ဆေ့ဂျီဘုတ် (စာသားမက်ဆေ့ဂျီ)

- ကိုယ်ရေးသည် မက်ဆေ့ဂျီကို နိုင်ငံခြားမှ ဖတ်နိုင်သည်။
- သဘာဝဘေးသင့်ချိန်သုံး မက်ဆေ့ဂျီဘုတ် (web171) <http://www.web171.jp> အင်္ဂလိပ်၊ ကိုရီးယား၊ တရုတ်ဘာသာတို့ဖြင့် အသုံးပြုနိုင်သည်။
※အချို့ကွန်ပျူတာ၊ လက်ကိုင်ဖုန်းတို့တွင် အသုံးပြု၍ မရခြင်းလည်း ရှိနိုင်သည်။
- ဂျပန် ငလျင်ပြင်းအားစကေးအရ ပြင်းအား ၆ (အားပျော့) နှင့်အထက် လှုပ်သည့်အချိန်တွင် အောက်ပါ လက်ကိုင်ဖုန်း ကုမ္ပဏီများ၏ သဘာဝဘေးသင့်ချိန်သုံး မက်ဆေ့ဂျီဘုတ်ကို အသုံးပြုနိုင်မည်ဖြစ်သည်။



လက်ကိုင်ဖုန်းကုမ္ပဏီ၏ “သဘာဝဘေးသင့်ချိန်သုံး မက်ဆေ့ဂျီဘုတ်” ဝက်ဘ်ဆိုက်မှာ စာရင်းသွင်းနိုင်ပါတယ်။

NTTdocomo <http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi>
SoftBank <http://dengon.softbank.ne.jp/>
au <http://dengon.ezweb.ne.jp/>


 NTTdocomo



 SoftBank


 au

စမတ်ဖုန်း အပလီကေးရှင်းများလည်း ရှိသည်။ စာသားမက်ဆေ့ဂျီရေးလိုက်ပါက တခြားသူများက ထိုမက်ဆေ့ဂျီကို ဖတ်ပြီး သင် အသက်ရှင်နေကြောင်း သိနိုင်သည်။ ဖုန်းကုမ္ပဏီများ၏ အင်တာနက်စာမျက်နှာများ၌လည်း သင်ဘေးကင်းမကင်း နိုင်ငံခြားကနေ ကွန်ပျူတာဖြင့် ကြည့်ရှုအတည်ပြုနိုင်သည်။ ဤဝန်ဆောင်မှုကို ဂျပန်၊ အင်္ဂလိပ် နှစ်ဘာသာဖြင့် အသုံးပြုနိုင်သည့် ဖုန်းကုမ္ပဏီများလည်း ရှိသည်။ ထို့ပြင် တချို့ဖုန်းကုမ္ပဏီများသည် ဂူဂဲလ်၏ လူရှာသည့် စနစ်ဖြင့် ချိတ်ဆက်ထားကြသည်။ ဖုန်းကုမ္ပဏီကိုလိုက်၍ ဝန်ဆောင်မှုများ ကွာခြားနိုင်သည်။ မိမိအသုံးပြုနေသည့် ဖုန်းကုမ္ပဏီ၏ “သဘာဝဘေးသင့်ချိန်သုံး မက်ဆေ့ဂျီဘုတ်” ဝန်ဆောင်မှုအကြောင်း ကြိုတင် သိအောင်လုပ်ထားပါ။

※လစဉ် ၁ရက်နေ့၊ ၁၅ရက်နေ့နှင့် ဇန်နဝါရီလ ၁ရက်နေ့မှ ၃ရက်နေ့အထိ (၂၄နာရီ) ၊ သဘာဝဘေး ကာကွယ်ရေး သီတင်းပတ် (ဩဂုတ်လ ၃၀ရက်နေ့ ၀၉၀၀ နာရီမှ စက်တင်ဘာလ ၅ရက်နေ့ ၁၇၀၀ နာရီအထိ) ၊ သဘာဝဘေး ကာကွယ်ရေးနှင့် စေတနာ့ဝန်ထမ်း သီတင်းပတ် (ဇန်နဝါရီလ ၁၅ရက်နေ့ ၀၉၀၀ နာရီမှ ဇန်နဝါရီလ ၂၁ရက်နေ့ ၁၇၀၀ နာရီအထိ) တို့တွင် “ဘေးသင့်ချိန်သုံး ဖုန်းမက်ဆေ့ဂျီ” နှင့် “ဘေးသင့်ချိန်သုံး မက်ဆေ့ဂျီဘုတ်” ကို စမ်းသပ် သုံးကြည့်နိုင်ပါသည်။

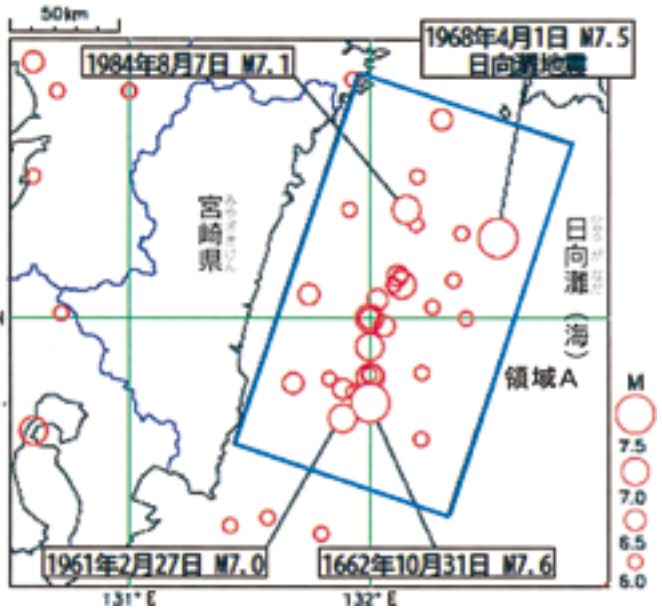
မိသားစု၊ သူငယ်ချင်းတို့နှင့် စမ်းသုံးကြည့်ပါ။



မြေငလျင်

မီယာဇာကီခရိုင်သည် မြေငလျင်များ မကြာခဏ ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိသည့် ဒေသဖြစ်ပါသည်။ အမြင့်ဆုံး လှုပ်ခတ်နိုင်သည်ဟု ခန့်မှန်းထားသည့် ငလျင်ပြင်းအား အဆင့်မှာ ၇ ဖြစ်သည်။

ဤပုံသည် ၁၆၀၀ပြည့်နှစ် နောက်ပိုင်း အင်အားမက်ဂနီကျူ (ငလျင်က ထုတ်လွှတ်သည့် စွမ်းအင်အတိုင်းအတာ) ၆ နှင့် အထက် ငလျင်များ လှုပ်ခတ်ခဲ့သည့် နေရာများကို ဖော်ပြထားသည့် ပုံဖြစ်သည်။ ၁၆၆၂ နှင့် ၁၉၆၈ ခုနှစ်တို့တွင် မက်ဂနီကျူ ၇.၅ ထက် ကြီးသော ငလျင်ကြီးများ လှုပ်ခတ်ခဲ့သည်။ နှစ်ကြိမ်စလုံးတွင် ဆူနာမီလှိုင်းများ ဖြစ်ပေါ်ကာ၊ ထိခိုက်ဒဏ်ရာရသူ၊ သေဆုံးသူ အများအပြား ရှိခဲ့သည်။ ဟျူဂါနာဒါတွင် မက်ဂနီကျူ အဆင့် ၇ ရှိပြီး၊ ဆူနာမီကိုလည်း ဖြစ်ပေါ်စေသည့် ငလျင်များသည် နှစ်အနည်းငယ် (သို့) ဆယ်စုနှစ်များ ခြား၍ ထပ်ခါထပ်ခါ ဖြစ်ပေါ်ခဲ့သည်။ သို့သော် ၁၉၈၄ ခုနှစ်၊ ဩဂုတ်လ ၇ ရက်နေ့က မက်ဂနီကျူ ၇.၁ ရှိသည့် ငလျင်ကြီး လှုပ်ပြီးသည့်နောက် ထပ်မံလှုပ်ခတ်ခြင်း မရှိသေးပါ။ ဟျူဂါနာဒါ၏ မြေထုချပ်၏ အနားသတ် ကျောက်လွှာများ တွင် မြေငလျင်ဖြစ်စေမည့် ကြီးမားသော စွမ်းအင်များ စုနေပြီဟု ယူဆရပြီး၊ အင်အားပြင်း ငလျင်ကြီး လှုပ်ခတ်နိုင်သည်ဟု ခန့်မှန်းထားသည်။



မီယာဇာကီမိုးလေဝသရုံး "သင့်ကို ကာကွယ်ပေးမည့် သဘာဝဘေးအချက်အလက်များ"မှ

ထို့ပြင် စိုးရိမ်စရာ အင်အားပြင်း ငလျင်ကြီးတစ်ခု ရှိပါသေးသည်။ ၎င်းမှာ ပညာရှင်များက ထောက်ပြထားသည့် ရှီဒေအိုကာခရိုင် စုရူဂါပင်လယ်အော် ကမ်းလွန်ပင်လယ်ကနေ ရှီကိုကု ကမ်းလွန်ပင်လယ်၊ ထို့နောက် ဟျူဂါနာဒါပင်လယ်အထိ ရှည်လျားသော နန်းကိုင်ချိုင့်ဝှမ်းတွင် အင်အား အလွန် ပြင်းထန်သည့် ငလျင်ကြီးတစ်ခု လှုပ်ခတ်နိုင်သည်ဆိုသည့် အချက်ဖြစ်သည်။

ထိုငလျင်ကြီး ဖြစ်ပွားခဲ့ပါက မဂ္ဂနီကျူ ၉ အဆင့်ရှိနိုင်ပြီး မီယာဇာကီမြို့နှင့် ဟျူဂါမြို့တို့တွင် ဂျပန်ငလျင်စကေးအရ အဆင့် ၇၊ အလွန်ပြင်းထန်သည့် လှုပ်ခတ်မှုများ ဖြစ်ပွားနိုင်သည် ဟု ခန့်မှန်းထားပါသည်။ ဆောင်းရာသီအလယ်၊ ညသန်းခေါင်ယံတွင် လှုပ်ခတ်ခဲ့ပါက ဆူနာမီကြောင့်လည်း အပါအဝင် မီယာဇာကီခရိုင်တွင် အဆိုးဆုံးအနေဖြင့် လူ ၄၀,၀၀၀ ကျော် သေဆုံးမည်ဟု ခန့်မှန်းထားသည်။

ထိုငလျင်ကြီး ဖြစ်ပွားခဲ့ပါက ဖြစ်လာနိုင်သည့် လှုပ်ခတ်မှုအခြေအနေ၊ ဆူနာမီအမြင့်စသည်တို့ကို အသေးစိတ် သိချင်ပါက မိမိနေထိုင်ရာ ဒေသ၏ ဒေသန္တရအစိုးရ၊ သဘာဝဘေးအန္တရာယ် ကာကွယ်ရေး တာဝန်ခံများထံ မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

မီယာဇာကီခရိုင်တွင် ကုန်းတွင်းပိုင်း၌လည်း ငလျင်များ လှုပ်ခတ်သည်။ ဓာတ်ပုံမှာ ၁၉၆၈ ခုနှစ်က ဖြစ်ပွားခဲ့သော အဲဘီနို ငလျင်က ပုံဖြစ်ပြီး၊ အိမ်ကြီးများ ပျက်စီးနေသည်ကို တွေ့နိုင်သည်။




မီယာဇာကီခရိုင်၊ အထွေထွေရေးရာဌာန မီးသတ်နှင့် ဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်ရေးဌာန (တည်းဖြတ်) အဲဘီနို ငလျင် မှတ်တမ်း မီယာဇာကီခရိုင်၊ ၁၉၆၉ ခုနှစ်

လျင်ပြင်းအားနှင့် လှုပ်ခတ်မှု အခြေအနေ (အကျဉ်းချုပ်)


| | | | |
|---|---|---|--|
| shin do san 震度 3 ပြင်းအား ၃ | အိမ်အတွင်း၌ရှိသူ အများစု ငလျင်လှုပ်သည်ကို ခံစား သိရှိနိုင်သည်။ | shin do roku jaku 震度 6弱 ပြင်းအား 6 (အားပျော့) | မတ်တတ်ရပ်ဖို့ ခက်ခဲမည်။ မြေပြင်အောက် တုတ်ဆောင်မထားသော ပရိဘောဂ အများစု ရွေ့ ခင်း၊ လဲကျခြင်း ဖြစ်မည်။ တံခါးဖွင့်မရ ဖြစ်တတ်သည်။ နံရံ ကြေပြားများ၊ ပြတင်းပေါက်မှန်များ ကွဲပြီး ပြုတ်ကျနိုင်သည်။ ငလျင်ဒဏ် ခံနိုင်ရည် နိမ့်သည့် သစ်သားအဆောက်အအုံများမှ ခေါင်းမိုးပြားများ ပြုတ်ကျခြင်း၊ အဆောက်အအုံ တိမ်းစောင်းခြင်း၊ ပြိုကျခြင်းများ ဖြစ်နိုင်သည်။ |
| shin do yon 震度 4 ပြင်းအား ၄ | လူအများစု ထိတ်လန့်မှုကို ခံစားရမည်။ မီးချောင်းများ ကဲ့သို့ တွဲလောင်းကျနေသည့် အရာဝတ္ထုများ သိသိသာသာ လှုပ်ရှမ်းပြီး မြေပြင်အောက် တုတ်ဆောင်မထားသော ပစ္စည်းများ လဲကျနိုင်သည်။ | shin do roku kyuu 震度 6強 ပြင်းအား 6 (အားပြင်း) | လေဘက်ထောက်သာ သွားနိုင်မည်။ လူလည်း လွင့်သွားနိုင်သည်။ တုတ်ဆောင်မထားသော ပရိဘောဂ အများစု နေရာရွေ့ပြီး လဲကျခြင်း အဖြစ်များလာမည်။ ငလျင်ဒဏ် ခံနိုင်ရည်ရှိသော သစ်သား အဆောက်အအုံများ တိမ်းစောင်းခြင်း၊ ပြို ကျခြင်းများ ပိုမိုဖြစ်ပွားလာမည်။ မြေသား အက်ကြွင်းကြီး များ ပေါ်လာနိုင်သည်။ မြေပြင်ခြင်း၊ တောင်ပြိုကျခြင်းကဲ့သို့ အကြီးစား မြေပြိုမှုများ ဖြစ်နိုင်သည်။ |
| shin do go jaku 震度 5弱 ပြင်းအား ၅ (အားပျော့) | လူအများစု ကြောက်ရွံ့တုန်လှုပ်မည်။ တစ်ခုခုကို ကိုင်တွယ် ထားချင်လာမည်။ စင်ပေါ်မှ ပန်းကန်များ၊ စာအုပ်များ ပြုတ်ကျမည်။ မြေပြင်အောက် တုတ်ဆောင် မထားသော ပရိဘောဂများ နေရာရွေ့ခြင်း၊ မတည်ငြိမ်သော ပစ္စည်းများ လဲကျခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။ | shin do nana 震度 7 ပြင်းအား ၇ | ငလျင်ဒဏ်ခံနိုင်ရည်ရှိသော သစ်သားအဆောက်အအုံများ တိမ်းစောင်းခြင်း၊ လဲကျခြင်း ပို၍ ပို၍ များလာမည်။ ငလျင်ဒဏ်ခံနိုင်ရည်ရှိသော သစ်သား အဆောက်အအုံများ တိမ်းစောင်းခြင်း ရှိလာနိုင်သည်။ ငလျင်ဒဏ်ခံနိုင်ရည်ရှိသော ကွန်ကရစ်အဆောက်အအုံများ ပြို ကျခြင်း အဖြစ်များလာမည်။ |
| shin do go kyuu 震度 5強 ပြင်းအား ၅ (အားပြင်း) | တစ်ခုခုကို မကိုင်ဘဲ လမ်းလျှောက်ရန် ခက်ခဲမည်။ စင်ပေါ်မှ ပန်းကန်၊ စာအုပ်နှင့် အခြားပစ္စည်း အများစု ပြုတ်ကျမည်။ မြေပြင်အောက် တုတ်ဆောင်မထားသော ပရိဘောဂများ လဲကျနိုင်သည်။ ထောက်ကန်မထားသည့် ကွန်ကရစ် တံတိုင်းများ ပြိုကျနိုင်သည်။ | | မြေယာနှင့် သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး ဝန်ကြီးဌာန၊ မိုးလေဝသဌာန ငလျင်ပြင်းအားများနှင့် လှုပ်ခတ်မှုများ (အကျဉ်းချုပ်) မှ |

ငလျင်လှုပ်တယ်။ အဲဒီအချိန်...


ငလျင်လှုပ်တယ်။
အဲဒီအချိန်...
အဆောက်အအုံထဲမှာ




စားပွဲအောက် ဝင်နေပြီး၊ ဦးခေါင်းကို ကာကွယ်ပါ။



ထွက်ပေါက်ကို သေချာ ပြင်ဆင်ပါ။ (ငလျင်ကြောင့် တံခါးဖွင့်မရတာမျိုး ဖြစ်တတ်သည်။)



ကတ်စ်ကို အလန့်တကြား ပြေးမဝတ်နှင့်။ လှုပ်နေတာရပ်သွားမှ ကတ်စ်ပင်မ ခလုပ်ကိုင်ဝတ်ပါ။



အပြင်ကို အလန့်တကြား ပြေးမထွက်နှင့်။ ပြေးတဲ့အခါ မဖြစ်မနေ ဖိနပ်စီးပါ။

ငလျင်လှုပ်တယ်။
အဲဒီအချိန်...
ကားထဲမှာ



အရှိန်ကို အလန့်တကြား မလျှော့လိုက်နှင့်။



လမ်းဘယ်ဘက်ခြမ်းကပ်ပြီး၊ ကားစက်သတ်ပါ။




ကားသော့ကို ဒီတိုင်း ထားခဲ့ပါ။

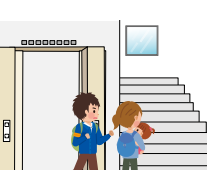


ကားပေါ်ကဆင်း၊ လမ်းလျှောက်ပြီး ဘေးလွတ်ရာသို့ သွားပါ။


ငလျင်လှုပ်တယ်။
အဲဒီအချိန်...
မြို့ထဲမှာ




ဦးခေါင်းကို ကာကွယ်ပါ။ ပြတင်းပေါက် မှန်ကွဲများ၊ ဆိုင်းဘုတ်များ သတိထားပါ။



ဓာတ်လှေကားထဲမှာဆိုရင် အနီးဆုံး အထပ်ကို ချက်ချင်းထွက်ပါ။



ကွင်းပြင်ထဲကို သွားပါ။ အဆောက်အအုံ နံရံများ၊ အရောင်းစက်များ သည်လည်း အန္တရာယ်ရှိသည်။



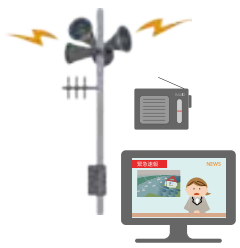
ပြတ်ကျနေသော ဓာတ်ကြိုးအနီး မသွားရ။

အင်အားပြင်းငလျင်ကြီး လှုပ်ပြီးနောက် အထူးသတိထားရန်

အင်အားပြင်းငလျင်ကြီး လှုပ်ပြီးသည့်နောက် ၇ရက်ကနေ ၁၀ ရက်အတွင်း ပြင်းအားတူ ငလျင်ကြီး ထပ်လှုပ်နိုင်သည့်အတွက် အထူး သတိထားရန်လိုသည်။ ငလျင်ကြောင့် တောင်ပြိုခြင်း၊ ကျောက်တုံးများပြိုခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ထို့ပြင် ပြင်းအားအဆင့် ၆(အားပျော့) ကဲ့သို့ အလွန်ပြင်းထန်သည့် ငလျင်များလှုပ်ခတ်သည့်အခါ မြေပြိုခြင်း၊ အိမ်များ လဲပြိုပျက်စီးခြင်း စသည့် အန္တရာယ်များ ပိုတိုးလာနိုင်သည်။

အရေးပေါ်ငလျင်သတိပေးချက်

အရေးပေါ်ငလျင်သတိပေးချက်ဆိုသည်မှာ ငလျင်ကြီး လှုပ်နေပြီး ပြင်းထန်သည့် လှုပ်ခတ်မှုတွေ လာနိုင်သည်ဟု မြန်နိုင်သမျှ အမြန်ဆုံး သတိပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ အချိန်တိုလေးအတွင်း လှုပ်ရှားနိုင်ရန်အတွက်၊ အရေးပေါ် ငလျင် သတိပေးချက်ကို မြင်လိုက်ကြားလိုက်လျှင် ဘာလုပ်မလဲဆိုတာ အမြဲ ကြိုတင်စဉ်းစားထားပါ။ သတိပေးချက်ကို မြင်ကြားပြီးနောက် ပြင်းထန်သော လှုပ်ခတ်မှု မဖြစ်မီ စက္ကန့်အနည်းငယ်မှ ၁၀ စက္ကန့် ခန့်သာ အချိန်ရမည်။ အရေးပေါ် သတိပေးချက်ကို တိမီ၊ ရေဒီယိုနှင့်သတိပေးချက် လက်ခံနိုင်သော မိုဘိုင်းဖုန်းများ၊ မြို့ရွာ သဘာဝဘေးကာကွယ်ရေး အသံလွှင့်စနစ်တို့မှ အသံနှင့်အတူ ထုတ်လွှင့်သည်။ ပြင်းထန်သော လှုပ်ခတ်မှု ဖြစ်နေသည့် တစ်လျှောက် မိမိကိုယ်မိမိ အတတ်နိုင်ဆုံး ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပါ။ ငလျင်လှုပ်ခတ်မှု ရပ်သွားသည့်အခါ စိတ်အေးအေးဖြင့် ပြုမူဆောင်ရွက်ပါ။



ဆူနာမီ

ဆူနာမီဆိုသည်မှာ ငလျင်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်သည့် လှိုင်းများဖြစ်သည်။ ဟျူဂါနာဒါကို မျက်နှာမူထားသည့် မီယာဇာကီခရိုင် ကမ်းရိုးတန်းဒေသသည် ကြီးမားသည့် ဆူနာမီကြောင့် ထိခိုက်ပျက်စီးနိုင်ခြေ များသည်။

ငလျင်ကြီးလှုပ်ပြီးနောက် မီယာဇာကီခရိုင်ကမ်းရိုးတန်းသို့ ဆူနာမီရောက်လာရန်မှာ ငလျင်ဖြစ်ပွားရာ နေရာပေါ်မူတည်ပြီး၊ ပုံမှန်အားဖြင့် ၁၀မိနစ်မှ ၁၅မိနစ်အတွင်းဟု ခန့်မှန်းထားသည်။ ဆူနာမီအန္တရာယ်ရှိလျှင် ထုတ်ပြန်သည့် သတိပေးချက်များမှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်သည်။

| | ဆူနာမီအမြင့်ခန့်မှန်းချက် | | လုပ်ရမည့်အရာများ |
|--|---|---|---|
| | ကိန်းဂဏန်းဖြင့်ထုတ်ပြန်ခြင်း (ထုတ်ပြန်ချက် စဲ) | အလွန်အင်အားကြီး ငလျင်ဖြစ်သည့် အခါ ထုတ်ပြန်ချက် | |
| ကြီးမားသည့် ဆူနာမီ သတိပေးချက် 大津波警報 tsu nami kei hou | ၁၀ မီတာအထက် (၁၀မီတာ<လှိုင်းအမြင့်) | အလွန်ကြီး 巨大 kyo dai | ပင်လယ်ကမ်းရိုးတန်းနှင့် မြစ်ကမ်းဘေး ရှိနေသူများ ကုန်းမြင့် (သို့) ဘေးလွတ်ရာ အဆောက်အအုံ စသဖြင့် ဘေးလွတ်ရာ နေရာသို့ တိမ်းရှောင်ပါ။ ဆူနာမီသည် ထပ်ခါတလဲလဲ လာနိုင်သည့်အတွက် ဆူနာမီသတိပေးချက် ရုတ်သိမ်းပြီးသည်အထိ ဘေးလွတ်ရာတွင် နေပါ။ |
| ဆူနာမီ သတိပေးချက် 大津波警報 tsu nami kei hou | ၁၀မီတာ (၅မီတာ<လှိုင်းအမြင့် ≤ ၁၀မီတာ) | | |
| | ၅မီတာ (၃မီတာ<လှိုင်းအမြင့် ≤ ၅မီတာ) | | |
| ဆူနာမီ သတိပေးချက် 大津波警報 tsu nami kei hou | ၃မီတာ (၁မီတာ<လှိုင်းအမြင့် ≤ ၃မီတာ) | မြင့်မား 高い taka i | ဒီနေရာက စိတ်ချရမှာပါ လို့ မတွေးဘဲ၊ ပိုပြီး မြင့်တဲ့ဆီကို တိမ်းရှောင်ပါ။ |
| ဆူနာမီ သတိပြုရန် ကြေညာချက် 大津波注意報 tsu nami chu i ho | ၁မီတာ (၂၀စင်တီမီတာ<လှိုင်းအမြင့် ≤ ၁မီတာ) | မဖော်ပြပါ။ | |

မိုးလေဝသဌာန "ဆူနာမီသတိပေးချက်စနစ် ပြောင်းလဲခြင်း" မှ

နောက်မလှည့်နဲ့ ! ပြန်မသွားနဲ့ ! လက်ထဲ ဘာမှမကိုင်ထားနဲ့ ! ပင်လယ်ဘက်သွားမကြည့်နဲ့ !

ပင်လယ်ကမ်းစပ်ရှိစဉ် ငလျင်လှုပ်သည်ကို သတိပြုမိလျှင်...

ဆူနာမီသတိပေးချက် ထုတ်လွှင့်မှုနှင့် ဥဩခွဲသံ ကြားရလျှင်...

တိမ်းရှောင်ရန် နှိုးဆော်ပြီဆိုလျှင်...



ပင်လယ်ကမ်းစပ်ရှိ စဉ် ငလျင်လှုပ်လျှင် ဝေးဝေး ပြေးရမှာ မဟုတ်ဘဲ မြင့်သည့် နေရာကို ပြေးရမည်။



လှုပ်ခတ်မှုကို မခံစားရသော်လည်း ဆူနာမီ သတိပေးချက် ထွက်လာပါက ချက်ချင်း တိမ်းရှောင်ရမည်။



ဆူနာမီသည် မြစ်ချောင်းအတွင်း ပြောင်းပြန် စီးဝင်တတ်သည်။ မြစ်ချောင်းများအနီး လုံးဝမသွားရ။



ဆူနာမီသည် ထပ်တလဲလဲ ရိုက်ခတ်တတ်သည်။ တိမ်းရှောင်နေသော်လည်း မပေါ့ဆပါနှင့်။

ပင်လယ်ကမ်းခြေသို့သွားလျှင်...



တိမ်းရှောင်ရမည့်နေရာနှင့် လမ်းကြောင်းကို ကြည့်ထားပါ။



တီဗီ၊ ရေဒီယို၊ သဘာဝဘေးကာကွယ်ရေး အသံလွှင့်စနစ် စသဖြင့် သတင်းအချက်အလက် ရရှိနိုင်မည့် နည်းလမ်းများ ရှာဖွေပြီး သတိပြု နားထောင်ပါ။ မီယာဇာကီ မိုးလေဝသရုံး "သင့်ကို ကာကွယ်မေးမည့် သဘာဝဘေးအချက်အလက်များ" မှ

ကမ်းရိုးတန်းဒေသက ကိုယ့်မြို့ရွာ၏ ဆူနာမီ အန္တရာယ်ပြမြေပုံကို အစောကတည်းက ကြိုတင်ကြည့်ထားပါ။ ----- ဆူနာမီဘေးလွတ်ရာနေရာများကို ကြိုတင်ကြည့်ရှုထားပါ။ အောက်ပါအမှတ်အသားများကို ကြည့်ပါ။



ဆူနာမီသတိ
ငလျင်လှုပ်ပါက ဆူနာမီလာနိုင်ခြေ အန္တရာယ်များသည့်နေရာ
Tsu nami chu i ho
津波注意報



ဆူနာမီ ဘေးလွတ်ရာ နေရာ
ဆူနာမီလာသည့်အခါ တိမ်းရှောင် နိုင်သည့် ဘေးလွတ်ရာ ကုန်းမြင့်
Tsu nami hi nan ba syo
津波避難場所

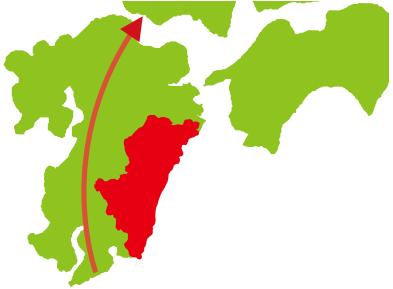
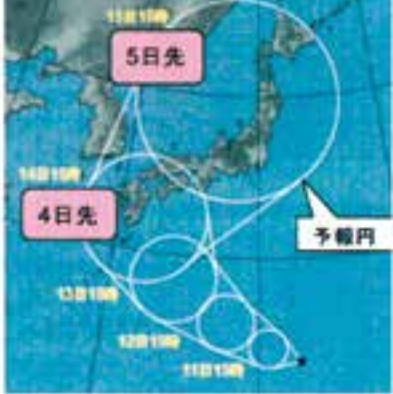


ဆူနာမီ ဘေးလွတ်ရာ အဆောက်အအုံ
အနီးအနား၌ ကုန်းမြင့်မရှိပါက တိမ်းရှောင်နိုင်သည့် အဆောက်အအုံ
Tsu nami hi nan bi ru
津波避難ビル

တိုင်ဖွန်း

တိုင်ဖွန်းဆိုသည်မှာ လေပြင်းတိုက်ခြင်း၊ မိုးကြီးခြင်းတို့ကို ဖြစ်ပေါ်စေသည့် မိုးတိမ်အစုအဝေးဖြစ်သည်။ နွေရာသီမှ ဆောင်းဦးရာသီ အတွင်း ဂျပန်နိုင်ငံ တောင်ဘက်မှ ဝင်ရောက်ပြီး အရှေ့မြောက်ဘက်သို့ ရွေ့လျားသည်။ မိယာဇာကီခရိုင်သည် ပထဝီ အနေအထားအရ နှစ်စဉ်နီးပါး တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်းဒဏ် ခံရသည်။

မိယာဇာကီခရိုင်တွင် နှစ်စဉ်နီးပါး မုန်တိုင်းကြောင့် မိုးကြီးပြီး ထိခိုက်ပျက်စီးမှုများရှိသည်။ မုန်တိုင်း၏ “အရွယ်အစား” ကို လေတိုက်နှုန်း တစ်စက္ကန့်လျှင် ၁၅မီတာ နှင့်အထက် ရှိသော လေပြင်းထန်သည့် ဧရိယာ၏ အချင်းဝက်ဖြင့် သတ်မှတ်သည်။ မုန်တိုင်း၏ “ပြင်းအား” ကိုမူ မုန်တိုင်းအလယ်ဗဟိုအနီးရှိ အမြင့်ဆုံး လေတိုက်နှုန်းဖြင့် သတ်မှတ်သည်။ လေအလွန်ပြင်းထန်သည့် ဧရိယာတွင် တစ်စက္ကန့်လျှင် ပျမ်းမျှ ၂၅ မီတာနှင့်အထက် ရှိသည်။ မုန်တိုင်း၏ အလယ် ဗဟိုချက်နေရာကို မုန်တိုင်းမျက်စိဟု ခေါ်ပြီး၊ မုန်တိုင်းမျက်စိနေရာတွင် လေရောမိုးပါ မရှိသလောက် နီးပါး ဖြစ်သော်လည်း၊ ထိုနေရာအနီးတစ်ဝိုက်တွင်မူ လေရောမိုးပါ ပြင်းထန်သည်။ မုန်တိုင်း လုံးဝ ဖြတ်ကျော်ပြီးသွားသည်အထိ သတိထားရမည်။



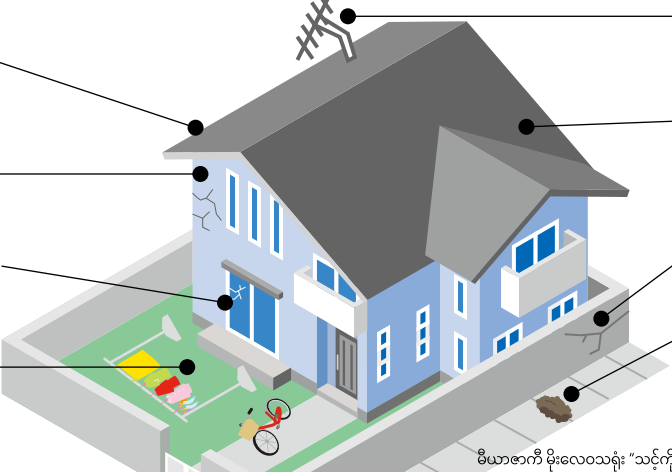
မိယာဇာကီ မိုးလေဝသရုံး “သင့်ကို ကာကွယ်ပေးမည့် သဘာဝဘေးအချက်အလက်များ” မှ

မိုးလေဝသခန့်မှန်းချက်တွင် မုန်တိုင်းတည်နေရာနှင့် လမ်းကြောင်းကို ၃ရက်၊ ၅ရက် ကြိုတင်၍ ထုတ်ပြန်သည်။

တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်းသည် မိယာဇာကီခရိုင် အနောက်ဘက်ကို ဖြတ်သန်းသည့် (မြားပြထားသည့်) လမ်းကြောင်းအတိုင်း ရွေ့လျားပါက ခရိုင်အတွင်းတွင် မိုးကြီးပြီး ထိခိုက်ပျက်စီးမှု များသည်။ သတိထားရမည်။ မိုးလေဝသ ခန့်မှန်းချက်တွင် မုန်တိုင်းတည်နေရာနှင့် လမ်းကြောင်းကို ကြည့်ရှုပါ။

● မုန်တိုင်းမလာခင် ကြိုတင် ပြုလုပ်ထားရန်

- ရေတံလျှောက်ထဲမှာ အရွက်တွေ၊ မြေကြီးတွေ ပိတ်နေလား။
- အပြင်ဘက်နံရံမှာ အက်နေတာ၊ ကွာကျနိုင်တာတွေ ရှိလား။
- ပြတင်းပေါက်မှန် ကွဲနေလား၊ ဘောင်က လှုပ်နေလား။
- ဝရန်တာမှာ လွင့်ပျံနိုင်တဲ့ ပစ္စည်းတွေ ရှိလား။



- အန်တန်နာက ခိုင်ရဲ့လား။
- အမိုးပြားတွေ ရွေ့နေ၊ အက်နေ၊ ကွဲနေတာတွေ ရှိလား။
- အုတ်တံတိုင်းက အက်နေတာ၊ ပျက်စီးနေတာ ရှိလား။
- ရေမြောင်းထဲမှာ အမှိုက်တွေ ပိတ်ဆို့နေလား။

မိယာဇာကီ မိုးလေဝသရုံး “သင့်ကို ကာကွယ်ပေးမည့် သဘာဝဘေးအချက်အလက်များ” မှ

● မုန်တိုင်းနီးကပ်လာပါက...

- လေပြင်း မတိုက်ခတ်မီ နေအိမ်အနီးတစ်ဝိုက်ရှိ လွင့်ပျံပါနိုင်သော ပစ္စည်းများ (ပန်းအိုးများ ၊ အဝတ်လှန်းစင်များ) ကို ရှင်းလင်းထားပါ။
- လေပြင်းမတိုက်ခတ်မီ မိုးကာတံခါးကို ပိတ်ထားပါ။
- ရေပြတ်တောက်နိုင်သည့်အတွက် ရေချိုးကန်နှင့် ပလတ်စတစ်ရေစည်၊ ရေခွေးအိုးတို့တွင် ရေကို သိုလှောင်ထားပါ။
- အိမ်ထဲသို့ ရေဝင်နိုင်သည့်အတွက် နေ့စဉ်သုံးပစ္စည်းများကို မြင့်သည့်နေရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းထားပါ။
- မလိုအပ်ဘဲ အပြင်မထွက်ပါနှင့်။ အထူးသဖြင့် မြစ်ချောင်းများနှင့် ရေလျှံနေသည့် မြောင်း၊ ချောက်ကမ်းပါးများအနီးသို့ မသွားရ။

အန္တရာယ်ရှိသည်ဟု ခံစားရပါက အမြန်တိမ်းရှောင်ပါ။

မိုးကြီးခြင်း

တိုင်ဖွန်းနဲ့အတူ သတိထားရမည်မှာ မိုးကြီးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဇွန်လမှ ဇူလိုင်လအထိ မိုးကာလတွင် မိုးများတတ်ပြီး နွေရာသီမှ ဆောင်းဦးရာသီအတွင်း မိယာဇာကီခရိုင်ကို လာသည့် တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်းများကြောင့် ယခင်ကထက် မိုးပိုများလာနေသည်။

မိယာဇာကီခရိုင်တွင် တိုင်ဖွန်းကာလနှင့် မိုးကာလတွင် အချိန်တိုအတွင်း သည်းထန်စွာရွာသည့် မိုးကြောင့် မိုးများခြင်း၊ မြစ်ရေလျှံခြင်း၊ အိမ်ထဲအထိ ရေဝင်ခြင်း၊ တောင်ပြိုခြင်းတို့ ဖြစ်ပွားပြီး ကြီးမားသည့် ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုများ ဖြစ်ပေါ်လျက်ရှိသည်။



အိုယိုဒိုမြစ်ရေလျှံခြင်း (မိယာဇာကီမြို့)



ယာမာနိုခရိုင် နိုင်ငံပိုင်လမ်း ၂၆၉ တစ်လျှောက် (မိယာဇာကီခရိုင်အစိုးရ အရေးပေါ်အခြေအနေ စီမံခန့်ခွဲရေးဌာနခွဲမှ ဓာတ်ပုံ)

မိုးလေဝသဌာနနှင့် ဒေသန္တရ အစိုးရတို့၏ သတင်းအချက်အလက်များကို အသေအချာ နားထောင်ပြီး မိမိကိုယ်တိုင်နှင့် အနီးအနားက လူများကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ဖို့ အမြန် လှုပ်ရှားဆောင်ရွက်ရန်

| | |
|--|--|
| <p>ပုံမှန်အချိန်</p> <p>မိုးကြီးမှုဖြစ်နိုင်သည့် မိုးစတင်ရွာလျှင်</p> | <ul style="list-style-type: none"> • ကောင်းကင် အပြောင်းအလဲကို သတိထားပါ။ • အန္တရာယ်ရှိသည့် နေရာတွေ ဘယ်မှာ ရှိသလဲ မှတ်ထားပါ။ • ဘေးလွတ်ရာနေရာနှင့် လမ်းကြောင်းကို ကြိုတင်အတည်ပြုထားပါ။ |
| <p>မိုးသည်းထန်လာလျှင်</p> <p>သတိပြုရန် ကြေညာချက်</p> <p>注意報</p> | <ul style="list-style-type: none"> • နောက်ဆုံးထုတ်ပြန်သည့် အချက်အလက်တွေကို သတိထား ကြည့်ရှုပါ။ • ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရမည့် ပစ္စည်းများ (စာမျက်နှာ ၂) ကို စစ်ဆေးပါ။ ထွက်ပြေးရမည့် နေရာနှင့် လမ်းကြောင်းကို အတည်ပြုထားပါ။ • မိုးဒဏ်၊ လေဒဏ် အလွယ်တကူ ခံနိုင်သည့် နေရာများတွင် နေထိုင်သူများနှင့် တိမ်းရှောင်ရခက်ခဲသူများ ဆောလျင်စွာ တိမ်းရှောင်ရန် လုပ်ပါ။ |
| <p>မိုးသည်းထန်စွာ ဆက်တိုက်ရွာသွန်းလျှင်</p> <p>သတိပေးချက်</p> <p>警報</p> | <ul style="list-style-type: none"> • ဒေသန္တရအစိုးရက ထုတ်ပြန်သည့် အချက်အလက်များကို သတိထားကြည့်ရှုပြီး၊ လိုအပ်ပါက ဘေးလွတ်ရာသို့ အမြန် တိမ်းရှောင်ပါ။ |
| <p>ပိုမိုသည်းထန်စွာ ဆက်လက် ရွာသွန်းပြီး၊ အရေးပေါ်အခြေအနေ</p> <p>အရေးပေါ်သတိပေးချက်</p> <p>特別警報</p> | <ul style="list-style-type: none"> • အသက်အန္တရာယ်ကို ကာကွယ်ဖို့ ချက်ချင်း လုပ်ဆောင်ပါ။ • ဒေသန္တရအစိုးရထံမှ သတင်းအချက်အလက် (တိမ်းရှောင်ရန် ညွှန်ကြားချက်) အရ ဘေးလွတ်ရာသို့ ချက်ချင်း တိမ်းရှောင်ပါ။ • အပြင်ထွက်သည်က အန္တရာယ်ရှိလျှင် အိမ်ထဲ၌ ဘေးအကင်းဆုံး နေရာမှာ နေပါ။ |

ကိုးကားချက် - ဂျပန် မိုးလေဝသဌာန "အထူးသတိပေးချက် လက်ကမ်းစာစောင်"



မိုးကြီး၊ မြေပြို စတဲ့ သဘာဝဘေးတွေနဲ့ လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမှာတွေကို ပြင်းထန်မှုအဆင့်အလိုက် နောက်စာမျက်နှာမှာ ရှင်းပြထားပါတယ်။

မြေပြိုခြင်း

မတ်စောက်သော တောင်စောင်းများ ပေါများသည့် ဂျပန်နိုင်ငံသည် တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်း၊ မိုးကြီးခြင်း၊ လျင်လှုပ်ခြင်း စသည်တို့ကြောင့် တောင်ပြိုခြင်း၊ မြေပြိုခြင်းများ ဖြစ်ပွားလွယ်သည်။

● မြေပြိုခြင်း မဖြစ်ပွားမီ အမျိုးမျိုးသော ရှေ့ပြေးလက္ခဏာများ ပေါ်တတ်သည်။ ပုံမှန်အခြေအနေနှင့် မတူသည့် လက္ခဏာများတွေ့ပါက တိမ်းရှောင်ရန် ညွှန်ကြားချက် မရှိလည်း ဘေးလွတ်ရာသို့ အမြန် တိမ်းရှောင်ရမည်။

တောင်ပြိုခြင်း၏ ရှေ့ပြေးလက္ခဏာ



- တောင်ကမ်းပါးယံမှ ကျောက်ခဲများ ကျလာခြင်း
- တောင်ကမ်းပါးယံမှ ရေများ စီးထွက်ခြင်း
- တောင်ကမ်းပါးယံ၌ အက်ကြောင်း ပေါ်လာခြင်း

မြေကြီး/ကျောက်များ ရေနဲ့အတူ ပြိုကျ စီးဆင်းခြင်း၏ ရှေ့ပြေးလက္ခဏာ



- တောင်မှ မြည်သံ ကြားရခြင်း
- မြစ်ရေ နောက်ကျခြင်း၊ သစ်လုံးများ ပါလာခြင်း
- မြစ်ရေ ရုတ်တရက် နည်းသွားခြင်း

မြေလွှာလျှော့ပြိုခြင်း၏ ရှေ့ပြေးလက္ခဏာ



- တွင်းရေများ နောက်ကျလာခြင်း
- မြေမျက်နှာပြင်၌ အက်ကွဲကြောင်း၊ ကျင်းချိုင့်များ ပေါ်လာခြင်း
- ရေအိုင်၊ ရေကန်တို့မှ ရေအခြေအနေ ရုတ်တရက် ပြောင်းလဲသွားခြင်း

မီယာဇာကီ မိုးလေဝသရုံး "သင့်ကို ကာကွယ်ပေးမည့် သဘာဝဘေးအချက်အလက်များ" မှ

မိမိနေထိုင်ရာအရပ်သည် မြေပြိုခြင်း အန္တရာယ်ရှိသည့် နေရာဟုတ်၊ မဟုတ် သိအောင်လုပ်ပါ။

※ ဒေသန္တရ အစိုးရရုံးရှိ အန္တရာယ်ပြမြေပုံတွင် ကြည့်ရှုနိုင်သည်။

● ရေကြီး၊ မြေပြို သဘာဝဘေးကာကွယ်ရေး သတိပေးချက် စနစ်သစ် သတိပေးချက် အဆင့်၄၊ အားလုံး တိမ်းရှောင်ရမည်။

| သတိပေးချက်အဆင့် | တရားဝင် သတင်းအချက်အလက်၊ ညွှန်ကြားချက် | အများပြည်သူ လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန် |
|-------------------|--|--|
| သတိပေးချက်အဆင့် ၁ | ကြိုတင်သတိပြုရန် အချက်အလက်များ 早期注意情報 [မိုးလေဝသဌာနက ထုတ်ပြန်] | သတိနှင့်နေရန် |
| သတိပေးချက်အဆင့် ၂ | မိုးကြီးရေကြီးသတိပြုရန် ကြေညာချက် 大雨・洪水注意報 [မိုးလေဝသဌာနက ထုတ်ပြန်] | တိမ်းရှောင်ရေး ဆောင်ရွက်ချက်များ စစ်ဆေးထားရန်၊ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရန်။ |
| သတိပေးချက်အဆင့် ၃ | သက်ကြီးရွယ်အို၊ အကူအညီလိုသူတို့ တိမ်းရှောင်ရန် 高齢者等避難 [ဒေသန္တရအစိုးရက ထုတ်ပြန်] မိုးကြီးရေကြီးမည်သတိပေးချက် 大雨・洪水警報 [မိုးလေဝသဌာနက ထုတ်ပြန်] | အန္တရာယ်ရှိသည့် နေရာမှ သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် အကူအညီလိုအပ်သူများ တိမ်းရှောင်ရန် |
| သတိပေးချက်အဆင့် ၄ | တိမ်းရှောင်ရန် ညွှန်ကြားချက် 避難指示 [ဒေသန္တရအစိုးရက ထုတ်ပြန်] မြေပြိုခြင်းအန္တရာယ် သတိပေးချက် 土砂災害警戒情報 [မိုးလေဝသဌာနက ထုတ်ပြန်] | အန္တရာယ်ရှိသည့် နေရာမှ လူတိုင်း တိမ်းရှောင်ရန် |
| သတိပေးချက်အဆင့် ၅ | အရေးပေါ်အခြေအနေ 緊急安全確保 [ဒေသန္တရအစိုးရက ထုတ်ပြန်] မိုးကြီးမည် အရေးပေါ်သတိပေးချက် 大雨特別警報 [မိုးလေဝသဌာနက ထုတ်ပြန်] | အသက်အန္တရာယ်ရှိသည်၊ ဘေးလွတ်အောင် ချက်ချင်း လှုပ်ဆောင်ပါ။ |

ဘေးအန္တရာယ် အခြေအနေအပေါ်မူတည်ပြီး အဆင့်လိုက် မကြေညာဘဲ၊ တိမ်းရှောင်ရန် ညွှန်ကြားချက် ရုတ်တရက် ထုတ်ပြန်ခြင်း ရှိနိုင်သည်။

လေဆင်နှာမောင်း

မီယာဇာကီခရိုင်သည် ဂျပန်တစ်နိုင်ငံလုံးတွင် လေဆင်နှာမောင်း (ပြင်းထန်သော လေပွဲ) ဖြစ်ပွားမှု စတုတ္ထမြောက် အများဆုံး ခရိုင်ဖြစ်သည်။ ခရိုင်ကမ်းရိုးတန်းတစ်လျှောက် လွင်ပြင်ဒေသကို ဗဟိုပြု၍ လေဆင်နှာမောင်း ဖြစ်ပွားမှု များလာနေသည်။

မီယာဇာကီခရိုင်တွင် တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်းများကြောင့် လေဆင်နှာမောင်းများ အများအပြား ဖြစ်ပွားသည်။ အောက်ပါဓာတ်ပုံများသည် လေဆင်နှာမောင်းများ၏ ဖျက်ဆီးနိုင်စွမ်းအားနှင့် အန္တရာယ်ကို ဖော်ပြနေသည်။



(မီယာဇာကီခရိုင်အစိုးရ၊ အရေးပေါ်အခြေအနေ စီမံခန့်ခွဲရေးဌာနမှ ဓာတ်ပုံ)

မိုးတိမ်တောင်ကြီးများ နီးကပ်လာသည့် အရိပ်အယောင်ကို မြင်ရသည့်အခါနှင့် လေပြင်းထန်လာသည့်အခါတို့တွင် ခိုင်ခံ့တောင့်တင်းသည့် အဆောက်အဦထဲတွင် နေရမည်။ ပြတင်းပေါက်နှင့် ဝေးဝေးနေရမည်။ လိုက်ကာခန်းဆီးများ ပိတ်ထားပြီး ဘေးအန္တရာယ်ကင်းအောင်နေရမည်။

အောက်ပါအခြေအနေများ ဖြစ်လာပါက လေဆင်နှာမောင်းဖြစ်မည့် မိုးတိမ်တောင် သင့်နားသို့ နီးကပ်လာခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။



- မည်းမှောင်နေသည့် တိမ်တွေ နီးကပ်လာပြီး ပတ်ဝန်းကျင်တစ်ခုလုံး ရုတ်တရက်မှောင်သွားခြင်း
- ချမ်းတုန်အောင်အေးသော လေများတိုက်ခတ်ခြင်း
- မိုးခြိမ်းသံကြားရခြင်း၊ လျှပ်စီးလက်သည်ကို မြင်ရခြင်း
- မိုးသီး၊ မိုးပေါက်ကြီးများ ရွာကျခြင်း

လေဆင်နှာမောင်း နီးကပ်လာလျှင်

အသက်အန္တရာယ် ကာကွယ်ဖို့ ချက်ချင်းလုပ်ဆောင်ပါ။

မိမိကိုယ်ကို ကာကွယ်ရန် လုပ်ဆောင်ရမည့်အရာများ

အပြင်မှာ ဆိုရင် ခိုင်ခံ့သည့်အဆောက်အအုံကို အကာအကွယ်ယူပြီး တတ်နိုင်သမျှ ကိုယ်ကိုကျပုထားပါ။

အပြင်မှာ ဆိုရင် ဂိုဒေါင်များ၊ ယာယီ အဆောက်အအုံများ အန္တရာယ်ရှိသည်။ ခိုင်ခံ့သည့် ကွန်ကရစ် အဆောက်အအုံ အခန်းထဲ ဝင်နေပါ။

အပြင်မှာ ဆိုရင် ဆွဲတံခါးကို ပိတ်လိုက်ပါ။

အိမ်ထဲမှာ ဆိုရင် မြေညီထပ်က ပြတင်းပေါက် မရှိသည့် အခန်းမှာ နေပါ။

အိမ်ထဲမှာ ဆိုရင် ပြတင်းပေါက်များ၊ လိုက်ကာများ ပိတ်ပါ။

အိမ်ထဲမှာ ဆိုရင် ပြတင်းပေါက်နားမနေရ။ မှန်ပြတင်းပေါက်ကြီးများ အလွန်အန္တရာယ်ရှိသည်။

အပြင်မှာ ဆိုရင် ဓာတ်တိုင်များ၊ သစ်ပင်ကြီးများ လဲကျနိုင်သည့် အန္တရာယ် ရှိသည်။

အိမ်ထဲမှာ ဆိုရင် ခိုင်ခံ့သည့် ဘီရို၊ စားပွဲအောက်ဝင်၊ ကိုယ်ကို ကျပုထားပါ။ ဦးခေါင်းကို ကာကွယ်ပါ။

မီယာဇာကီ မိုးလေဝသရုံး "သင့်ကို ကာကွယ်ပေးမည့် သဘာဝဘေးအချက်အလက်များ" မှ

မီးတောင်

ဂျပန်နိုင်ငံသည် မီးတောင်ပေါများသည့် နိုင်ငံဖြစ်သည်။ ၂၀၁၁ခုနှစ်တွင် ရှင်းမိုအဲဒါကဲ မီးတောင်ပေါက်ကွဲခြင်းကြောင့် ထိခိုက်ပျက်စီးမှု ပြင်းပြင်းထန်ထန်ဖြစ်ခဲ့သည့် ဒီယာဇာကီခရိုင်တွင် မီးတောင်ဘေးအန္တရာယ်သည် မိမိနှင့် နီးကပ်နေသော ဘေးအန္တရာယ်တစ်မျိုး ဖြစ်သည်။

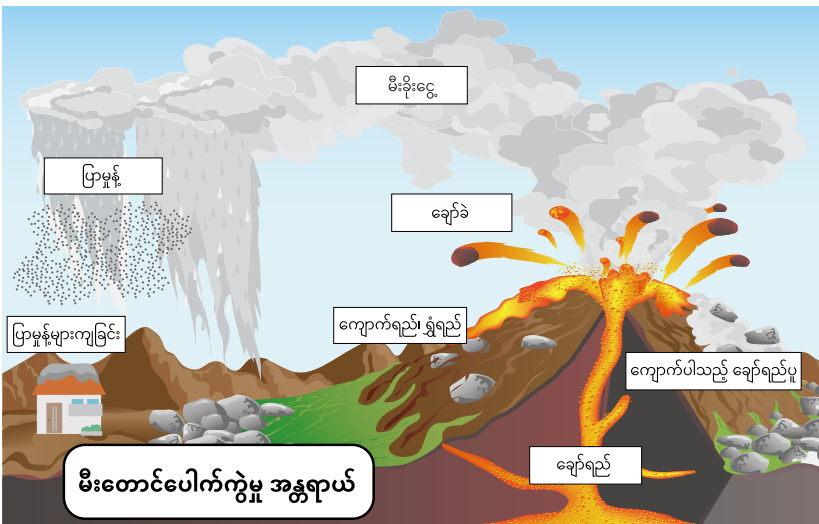
ဒီယာဇာကီခရိုင်တွင် မိယာဇာကီ၊ ခါဂိုရီးမားခရိုင်နယ်စပ်ရှိ ဒီရိုရီးမားတောင်ဟု ခေါ်သော မီးတောင်အုပ်စုသည် မီးတောင်ရှင်များဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့အနက် အိုဟာချန်နှင့် ရှင်းမိုအဲဒါကဲမီးတောင်တို့မှာ ပေါက်ကွဲမှု အကြိမ်ကြိမ်ဖြစ်ခဲ့သည်။ အောက်ပါဓာတ်ပုံများမှာ ၂၀၁၁ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလမှ ဖေဖော်ဝါရီလအတွင်း ဒီရိုရီးမားတောင် (ရှင်းမိုအဲဒါကဲ မီးတောင်) ပေါက်ကွဲစဉ်က တာကာဟာရမြို့အခြေအနေဖြစ်သည်။



(တာကာဟာရမြို့ အစိုးရရုံးအင်တာနက်စာမျက်နှာမှ)

- မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုအန္တရာယ်မှ ကာကွယ်ရန် အရေးကြီးသည်မှာ တိကျမှန်ကန်သည့် နောက်ဆုံးရသတင်းများ ရရှိရန်ဖြစ်သည်။
- တီဗီ၊ ရေဒီယိုမှ သတင်းများ၊ မိုးလေဝသထုတ်ပြန်ချက်များ၊ ဒေသန္တရအစိုးရ ထုတ်ပြန်ချက်များကို ကြည့်ရှုနားဆင်ပါ။
- ပုံမှန်အချိန်ကတည်းက ဘေးလွတ်ရာနေရာများကို ကြည့်ရှုထားပါ။
- ဘေးလွတ်ရာတိမ်းရှောင်ရန်နှင့် ပြင်ဆင်ရန် လိုအပ်ပါက ဒေသန္တရအစိုးရက ကြေညာမည်။
- ပြာမှုန်နှင့် တုန်ခါမှု မှကာကွယ်ရန် အခန်းတွင်း၌ နေသင့်၏။ တုန်ခါမှု ကြောင့် ပြတင်းပေါက် မှန်တံခါးများ ကွဲနိုင်သည့် အတွက် ပြတင်းပေါက်အနီးသို့ မသွားရ။

မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု ဖြစ်သည့်အခါ လေထုသည် ပြင်းထန်စွာ တုန်ခါပြီး၊ လေထုတုန်ခါမှုမှာ အဝေးအထိ ပျံ့နှံ့သည်။ ထိုတုန်ခါမှုကြောင့် ပြတင်းပေါက်မှန်များ တုန်ခါခြင်း၊ အက်ကွဲခြင်းများဖြစ်နိုင်သည်။ ၂၀၁၁ခုနှစ် ရှင်းမိုအဲဒါကဲ မီးတောင်ပေါက်စဉ်က တုန်ခါမှုကြောင့် အဝေး၌ရှိသော ဒီယာဇာကီမြို့ထဲက ပြတင်းမှန်များပင် တုန်ခါခဲ့သည်။



အပြင်သို့ထွက်သည့်အခါ မီးတောင်ပြာမှုန်များ အန္တရာယ်မှကာကွယ်ရန် နှာခေါင်းစည်းနှင့် မျက်မှန်တို့ ဝတ်ဆင်ပြီး၊ ပေါက်ကွဲမှုမှ လွင့်စင်ထွက်လာသည့် ကျောက်ခဲများရန်မှ ကာကွယ်ရန် ဟဲလ်မက် (သို့) ဦးထုပ် ဆောင်းရမည်။



【မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု သတိပေးချက်အဆင့်များ】

| ခန့်မှန်းချက် 予報 yo hō | သတိပေးချက် 警報 kei hō | အရေးပေါ်သတိပေးချက် 特別警報 tokubetsu kei hō |
|-----------------------------------|---|--|
| မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု ခန့်မှန်းချက် | မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု သတိပေးချက် (မီးတောင်အနီးဝန်းကျင်) | မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု သတိပေးချက် (ဒေသခံပြည်သူများ) |
| အဆင့် ၁ | အဆင့် ၂ | အဆင့် ၃ |
| မီးတောင်ရှင်ဖြစ်ကြောင်းသတိပြုရန် | မီးတောင်အနီး မသွားရ။ | မီးတောင်အနီး မသွားရ။ |
| | | သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ အကူအညီလိုသူများ တိမ်းရှောင်ရန် |
| | | အားလုံး တိမ်းရှောင်ရန် |

📞 119/ မီးလောင်မှု၊ အရေးပေါ်

အိမ်၊ အဆောက်အအုံတစ်ခုခု မီးလောင်နေတာကို မြင်လျှင်...

- အိမ်နီးချင်းတွေကို အသံအကျယ်ကြီးနဲ့ အော်ဟစ် အသိပေးပါ။
- အသံမထွက်လျှင် ရေပုံး စသည့် အသံထွက်သည့် ပစ္စည်းတစ်ခုခုကို ထုရိုက်ပြီး အသိပေးပါ။
- အမြန်ငြိမ်းသတ်ပါ။ ငြိမ်းသတ်ဖို့ မဖြစ်နိုင်ပါက ထွက်ပြေးပါ။
- မီးသတ်ဘူး အသုံးပြုနည်းကို သဘာဝဘေးလေ့ကျင့်မှုမှာ သင်ယူပါ။ အချိန်မရွေး အသုံးပြုတတ်အောင် လုပ်ထားပါ။

🔴 119 ကို ဖုန်းခေါ်နည်း (လူနာတင်ယာဉ်ခေါ်သည့်နံပါတ်နှင့်အတူတူပင်ဖြစ်သည်) ဖုန်းမှာ 119 ကို နှိပ်ပါ။

- အသက်သေချာရှူပြီး စိတ်အေးအေးထားပြီး ခေါ်ပါ။
- လက်ကိုင်ဖုန်းနှင့်လည်း ခေါ်၍ရသည်။ ဖုန်းခေါ်ဆိုခ အခမဲ့ဖြစ်သည်။
- မီးသတ်ကားနှင့် လူနာတင်ယာဉ်ကို အခမဲ့ အသုံးပြုနိုင်သည်။ ထိခိုက်ဒဏ်ရာ အသေးစားနှင့် သာမန်နေမကောင်းခြင်းတို့အတွက် မသုံးရပါ။

119 ကို ခေါ်ဆိုပြီး ပြောရမည့်အရာများ



Kaji desu.
မီးလောင်နေပါတယ်။

Watashi no ie ga moeteimasu.
ကျနော့်အိမ် မီးလောင်နေပါတယ်။

Biru ga moeteimasu.
အဆောက်အအုံ မီးလောင်နေပါတယ်။



Kyukyu desu.
အရေးပေါ်ဖြစ်နေပါတယ်။

Kazoku ga taoremashita.
မိသားစုဝင် လဲကျသွားပါတယ်။

Kega wo shita hito ga imasu.
ဒဏ်ရာရတဲ့သူ ရှိပါတယ်။

1. Basho wa XXXXX-shi, XXXXX-cho, XXXXX desu. Chikaku ni XXXXX ga arimasu.
“နေရာက ၀၀မြို့ ၀၀မြို့နယ် ၀-၀၀ ဖြစ်ပါတယ်။ ၀၀ရဲ့ အနီးမှာ ရှိပါတယ်”

(သင့်ရှိသည့်နေရာ၊ မီးလောင်နေသည့်နေရာကို ပြောပြပါ။ အနီးအနားက ထင်ရှားသည့် အဆောက်အအုံတွေကိုလည်း အသေးစိတ် ပြောပြပါ။)

2. Watashi no namae wa XXXXX desu. Denwabango wa ၀၀၀-၀၀၀၀-၀၀၀၀ desu.
“ကျနော်/ကျမရဲ့နာမည်က ၀၀၀၀ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖုန်းနံပါတ်က ၀၀၀-၀၀၀-၀၀၀၀ ပါ”

🔴 မီးလောင်သည့်အထဲမှာ ကိုယ်ပါ ရှိနေလျှင်...

- မီးခိုးများကြားက ထွက်သည့်အခါ ခန္ဓာကိုယ်ကို တတ်နိုင်သမျှ နှိမ့်၍၊ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်ကို မျက်နှာသုတ်ပတ်တို့ဖြင့် ပိတ်၍ ထွက်ပါ။
- အသက်ကြီးသူ၊ ကလေး၊ နာမကျန်းသူကို ဦးစားပေး ထွက်ခိုင်းပါ။ ထွက်လာပြီးပါက ပစ္စည်းတစ်ခုခု ယူရန် ပြန်မဝင်ပါနှင့်။

📞 110/မတော်တဆမှု၊ အမှုအခင်း

🔴 110 ကို ဖုန်းခေါ်နည်း၊ ဖုန်းမှာ 110 ကို နှိပ်ပါ။

- လက်ကိုင်ဖုန်းနှင့်လည်း ခေါ်၍ရသည်။ ဖုန်းခေါ်ဆိုခ အခမဲ့ဖြစ်သည်။
- 110 ကို ခေါ်ဆိုသည့်အခါ စိတ်အေးအေးထားပါ။ အနီးအနားကလူကိုလည်း အကူအညီတောင်းပါ။

မှန်ကန်တိကျသည့် သတင်းကို ပြောနိုင်ရန် အရေးကြီးသည်။

110 ကို ခေါ်ဆိုပြီး ပြောရမည့်အရာများ



၁။ ကိုယ်ဘာဖြစ်နေလဲ ပြောမည်။
၂။ ဘယ်တုန်းက ဖြစ်လဲ ပြောမည်။
၃။ ဘယ်မှာ ဖြစ်လဲ ပြောမည်။

(ဥပမာ) Jiko desu. မတော်တဆမှု ဖြစ်နေပါတယ်။
Jiken desu. အမှုအခင်းဖြစ်နေပါတယ်။
Dorobo desu. သူခိုးရှိနေပါတယ်။

(ဥပမာ) XXX-shi, YYY-cho desu.
၀၀မြို့ ၀၀မြို့နယ်ကပါ။