



※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

မိယာဇာကိမြို့တာချီဘူနာဒိုးရိဟိဂါရို ၄-၈-၁ ခါးရိုး မိယာဇာကိ မြေအောက် ၁ ထပ်၊ ဖုန်း။ ၀၉၈၅-၃၂-၈၄၇၇

ဖက်စ်။ ၀၉၈၅-၃၂-၈၅၃၂

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



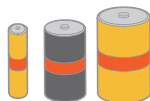
☐ နိုင်ငံကူးလက်မှတ်၊ နေထိုင်ခွင့်ကတ်



☐ လက်နှိပ်ဓာတ်မီး
သယံဇာတ



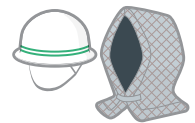
☐ အိတ်ဆောင်ရေးဒီယို



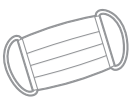
☐ ဓာတ်ခဲ၊ ဖုန်းအားသွင်းကိရိယာ



☐ ခရာ



☐ ဟဲလ်မက်၊ ဘေးအန္တရာယ်
ကာကွယ်ရေးသုံး ခေါင်းဆောင်း



☐ နှာခေါင်းစည်း



☐ လက်အိတ်



☐ တစ်ခါသုံးအနွေးထုပ်



☐ မီးခြစ်



☐ ဓား



☐ မိုးကာပစ္စည်း
ထီး၊ မိုးကာအင်္ကျီစသည်



☐ အဝတ်အစား၊
အတွင်းခံ၊ ခြေအိတ်



☐ တစ်ရှူးပေါ့
(တစ်ရှူးအစုံ အပါအဝင်)



☐ မျက်နှာသုတ်ပဝါ



☐ ကြပ်ကြပ်အိတ်



☐ သွားတိုက်ဆေး၊
သွားပွတ်တံ



☐ စလစ်ပါဖိနပ်



☐ စာရေးကိရိယာ

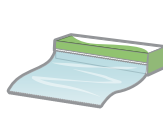
အမြဲတမ်းပြင်ဆင်ထားရမည့်အရာများ



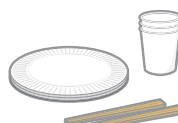
☐ ရေ (၃ရက်စာ)



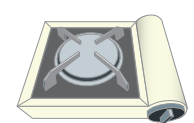
☐ အစားအစာ (၃ရက်စာ)



☐ အစားအစာဖုံးအုပ်သည့်
ပလတ်စတစ်လိပ်



☐ တစ်ခါသုံး စက္ကူ၊ ပန်းကန်၊ တူ



☐ ဂတ်စ်မီးဖို



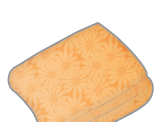
☐ သယ်ယူလို့ရသည့် အိမ်သာ



☐ လက်နှိပ်ဓာတ်မီး



☐ ဖိနပ်



☐ စောင်



☐ သတင်းစာစက္ကူ



☐ ကိရိယာတန်ဆာပလာ
(ဂေါ်ပြား၊ ကြိုးစသည်)

ဤပစ္စည်းများကို ဟုန်းစင်တာ၊ စူပါမားကတ်နှင့် 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 နန်းကိုင်ချိုင့်ဝှမ်းလျင်ကြီးအတွက် ရက်သတ္တစာပတ်ကျော်ကြာစာ ပစ္စည်းများ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားရန် လိုအပ်သည်ဟု အကြံပြုထားသည်။

ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန် (၂)

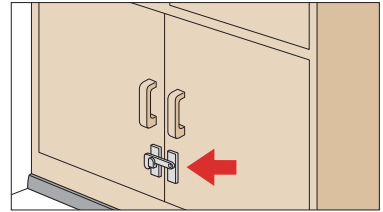
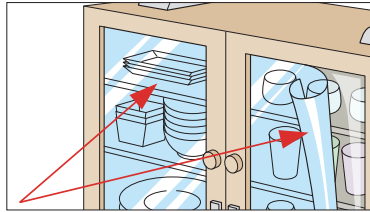
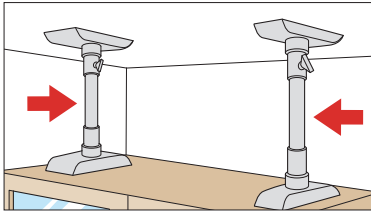
“အိမ်တွင်း၌ အန္တရာယ်ကင်းစေရေး” နှင့် “အလျင်အမြန် တိမ်းရှောင်ရေး”
အင်အားပြင်း ငလျင်ကြီးလှုပ်ခတ်ခဲ့လျှင် မိမိကိုယ်မိမိ ကာကွယ်နိုင်ရန် အခုကတည်းက
သေသေချာချာ ကြိုတင်ပြင်ဆင်ထားကြရမည်။

● အန္တရာယ်ရှိသည်။ ပရိဘောဂများ လဲကျ/ပြုတ်ကျ/ရွေ့လျားသွားနိုင်သည်။

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



ပရိဘောဂပစ္စည်းများ မလဲ၊ မပြို၊ မရွေ့အောင် အခုကတည်းက ကြိုတင်ကာကွယ်ထားပါ။



ဤပစ္စည်းများကို ဟုန်းစင်တာ၊ စူပါမားကတ်နှင့် 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။

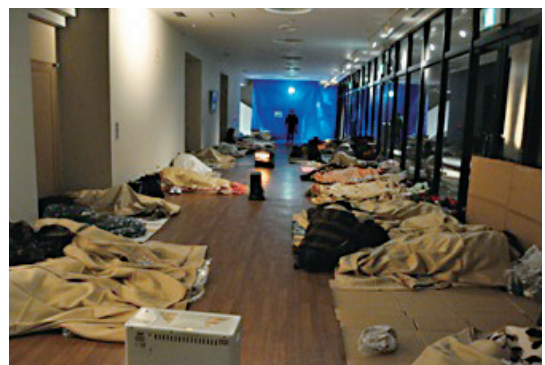


- ✓ ထွက်ပြေးတိမ်းရှောင်ရန် အိမ်မှ မထွက်ခင် ဂတ်စ်ကို သေချာပိတ်ခဲ့ရမည်။ (ဂတ်စ်မထွက်စေရန်)
- ✓ လျှပ်စစ်မီး မိန်းခလုပ်ကို ချခဲ့ရမည်။ (ဓာတ်အားစီးဆင်းမှု မရှိစေရန်)
- ✓ “ဘေးလွတ်ရာ တိမ်းရှောင်သည့်အခါ ယူသွားရမည့် အရာများ” (စာမျက်နှာ၂) ကို ယူသွားရမည်။

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 (ဗိုင်းရပ်စ်ဗိုင်း) ဂရုပြုပါ။



၂၀၁၁ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလ၊ ရှင်းမိုအဲဒါကီမီးတောင် ပေါက်ကွဲစဉ်က ခိုလှုံရေးစခန်း၊ တာကဟာရမြို့အစိုးရရုံး အင်တာနက်စာမျက်နှာမှ

သဘာဝဘေးကာလ၌ အသုံးပြုသည့် ဂျပန်စကားလုံးများ

မိမိ၏အချက်အလက်၊ အရေးပေါ်အခြေအနေမှာ ဆက်သွယ်ရန် လိပ်စာတို့ကို ရေးထားပါ။

မိမိ၏အချက်အလက်				အရေးပေါ်ဆက်သွယ်ရန်	
na	mae	အမည်		tai shi kan ryou ji kan 大使館・領事館	သံရုံး/ ကောင်စစ်ဝန်ရုံး
ju	syo	လိပ်စာ			
den wa ban go		ဖုန်းနံပါတ်		ka zoku shinsai 家族・親戚	မိသားစု/ ဆွေမျိုး/ မိတ်ဆွေ စသည် ဆက်သွယ်ရန် လိပ်စာ
sei nen ga ppi		မွေးသက္ကရာဇ်		tomodachi na do no 友達などの	
koku	seki	နိုင်ငံသား		ren raku saku 連絡先	
pasupo - to パスポート No.		နိုင်ငံကူးလက်မှတ် အမှတ်		gyou sha byou in 業者・病院	ဝန်ဆောင်မှု ကုမ္ပဏီ/ ဆေးရုံစသည် ဆက်သွယ်ရန် လိပ်စာ
zai ryu si loku 在留資格 No.		နေထိုင်ခွင့်ကတ်ပြား အမှတ်		na do no などの	
ketsu eki gata 血液型		သွေးအုပ်စု		ren raku saku 連絡先	

မြေလျှင် (地震)		
shin	do	လျှင်ပြင်းအား အဆင့်
tou	kai	အဆောက်အအုံများ ပြိုလဲ၊ ပျက်စီးခြင်း
ji	sube	တောင်ကုန်းတောင်စောင်း၊ ဆင်ခြေလျှော
ri		နေရာများတွင် မြေ၊ ကျောက်များ ပြိုခြင်း
ji	wa	မြေမျက်နှာပြင် အက်ကွဲခြင်း
re		
tei	den	လျှပ်စစ်မီး အသုံးပြု၍မရတော့ခြင်း
dan	sui	ရေ မရတော့ခြင်း
ga	su	ဂတ်စ်ပိုက်မှ ဂတ်စ်များ ယိုစိမ့်ခြင်း
re		
ta chi i ri kin shi		ဝင်ရောက်ခွင့်မပြုသည့်နေရာ
立ち入り禁止		
h u	kyu	ရေ၊ လျှပ်စစ်၊ ဂတ်စ်၊ ပို့ဆောင်ဆက်သွယ်ရေးတို့ ပုံမှန်ပြန်ဖြစ်ခြင်း
復		

တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်း (台風)		
tai fu ga jyo riku su ru		မုန်တိုင်းဗဟိုချက်သည် ဟော့ကိုင်းဒိုး၊ ရှိကိုကို၊ ကျူးရှား ကမ်းရိုးတန်းသို့ ရောက်ရှိခြင်း။
ta i f u no shin ro		မုန်တိုင်းရွေ့လျားရာ လမ်းကြောင်း
si	ke	လေပြင်းထန်ခြင်းကြောင့် ပင်လယ်ပြင်တွင် လှိုင်းကြီးခြင်း
taka	shio	မုန်တိုင်းကြောင့် လေပြင်းများနှင့် လေဖိအား ပြောင်းလဲမှုဖြစ်ပြီး ပင်လယ်ရေမျက်နှာပြင် အလွန်အမင်း မြင့်တက်ခြင်း
ka sen no zou sui		မြစ်ရေ ပုံမှန်ထက် အလွန်အမင်း တက်လာခြင်း
ka sen no ha n ran		မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်းခြင်းကြောင့် မြစ်ရေကြီးခြင်း
tei bou no ke kka		ရေကာတာ ကျိုးပေါက်ပျက်စီးခြင်း
ki ken sui i		စိုးရိမ်ရေမှတ်၊ မြစ်ရေသည် ထိုအမှတ်ကို ကျော်လွန်ပါက ကမ်းပါးမှ လျှံကျတော့မည်၊ တိမ်းရှောင်ထွက်ပြေးရမည်ကို ညွှန်ပြသည့် မြစ်ရေအမှတ်
sin	sui	အဆောက်အအုံများ ရေမြုပ်ခြင်း၊ ရေဝင်ခြင်း
浸		

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

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

သဘာဝဘေးလေ့ကျင့်မှုမှာပါဝင်ခြင်း

မိယာဇာကီခရိုင်တွင်းရှိ 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၊ မိယာဇာကီခရိုင်နှင့် မိယာဇာကီမြို့အပြည်ပြည်ဆိုင်ရာ ဆက်ဆံရေးအဖွဲ့များ ပူးပေါင်းပြီး သဘာဝဘေး ကာကွယ်ရေး လေ့ကျင့်မှုများနှင့် ပွဲတော်အမျိုးမျိုးကို ကျင်းပကြသည်။



မိယာဇာကီ နိုင်ငံခြားသားများအကူအညီပေးရေးစင်တာကို သိပါသလား။

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

〒၈၈၀-၀၈၀၅ မိယာဇာကီမြို့တာချီဘုနာဒိုးရိ ဟိဂျိရှိ ၄-၈-၁ ခရီးနိ မိယာဇာကီအဆောက်အဦ၊ 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၊ စင်ဟာလာ၊ ဟင်ဒီ၊ ဘင်္ဂလီ၊ အူရဒူဘာသာ



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 အသုံးပြုရသည်။
- 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)

- ကိုယ်ရေးသည့် မက်ဆေ့ဂျီကို နိုင်ငံခြားမှ ဖတ်နိုင်သည်။
- သဘာဝဘေးသင့်ချိန်သုံး မက်ဆေ့ဂျီဘုတ် (web171) <http://www.web171.jp> အင်္ဂလိပ်၊ ကိုရီးယား၊ တရုတ်ဘာသာတို့ဖြင့် အသုံးပြုနိုင်သည်။
※အချို့ကွန်ပျူတာ၊ လက်ကိုင်ဖုန်းတို့တွင် အသုံးပြု၍ မရခြင်းလည်း ရှိနိုင်သည်။
- ဂျပန် cလျင်ပြင်းအားစကေးအရ 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။

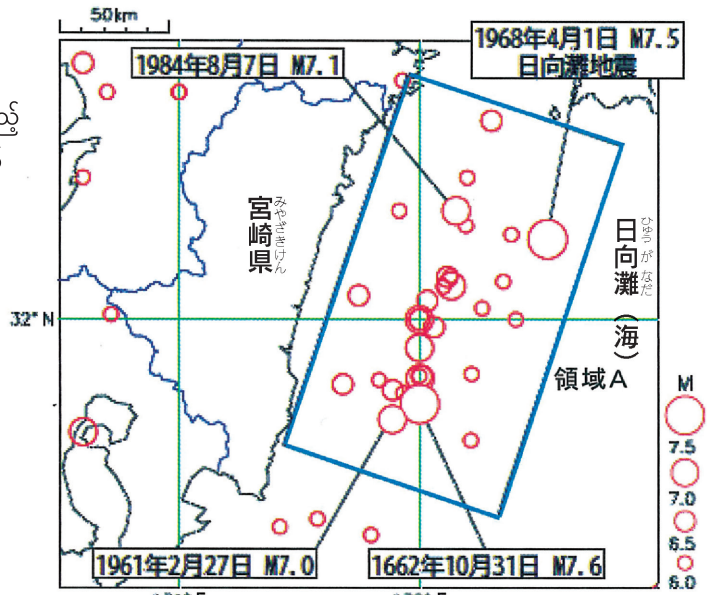
မိသားစု၊ သူငယ်ချင်းတို့နှင့် စမ်းသုံးကြည့်ပါ။



မြေငလျင်

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

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



မိယာဇာကီမိုးလေဝသရုံး "သင့်ကို ကာကွယ်ပေးမည့် သဘာဝဘေးအချက်အလက်များ"မှ

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

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

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

မိယာဇာကီခရိုင်တွင် ကုန်းတွင်းပိုင်း၌လည်း ငလျင်များ လှုပ်ခတ်သည်။

ဓာတ်ပုံမှာ ၁၉၆၈ ခုနှစ်က ဖြစ်ပွားခဲ့သော အဲဘီနို ငလျင်က ပုံဖြစ်ပြီး၊

အိမ်ကြီးများ ပျက်စီးနေသည်ကို တွေ့နိုင်သည်။



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

● ငလျင်ပြင်းအားနှင့် 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 ၆ (အားပျော့)	မတိတတ်ရပ်ဖို့ ခက်ခဲမည်။ မြေပြင်အောက် တုတ်နှောင်မထားသော ပရိဘောဂ အများစု ရွေ့ ခင်း၊ လဲကျခြင်း ဖြစ်မည်။ တံခါးဖွင့်မရ ဖြစ်တတ်သည်။ နံရံ ကြေပြားများ၊ ပြတင်းပေါက်မှန်များ ကွဲပြီး ပြုတ်ကျနိုင်သည်။ ငလျင်ဒဏ် ခံနိုင်ရည် နိမ့်သည့် သစ်သားအဆောက်အအုံများမှ ခေါင်းမူးခြင်းများ ပြုတ်ကျခြင်း၊ အဆောက်အအုံ တိမ်းစောင်းခြင်း၊ ပြိုကျခြင်းများ ဖြစ်နိုင်သည်။
shin do yon 震度 4 ပြင်းအား ၄	လူအများစု ထိတ်လန့်မှုကို ခံစားရမည်။ မီးချောင်းများ ကဲ့သို့ တွဲလောင်းကျနေသည့် အရာဝတ္ထုများ သိသိသာသာ လှုပ်ရှမ်းပြီး မြေပြင်အောက် တုတ်နှောင်မထားသော ပစ္စည်းများ လဲကျ နိုင်သည်။	shin do roku kyuu 震度 6強 ပြင်းအား ၆ (အားပြင်း)	လေဘက်ထောက်သာ သွားနိုင်မည်။ လူလည်း လွင့်သွားနိုင်သည်။ တုတ်နှောင်မထားသော ပရိဘောဂ အများစု နေရာရွေ့ပြီး လဲကျ ခြင်း၊ အဖြစ်များလာမည်။ ငလျင်ဒဏ် ခံနိုင်ရည်နိမ့်သော 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 ထား ချင်လာမည်။ စင်ပေါ်မှ ပန်းကန်များ၊ စာအုပ်များ ပြုတ်ကျမည်။ မြေပြင်အောက် တုတ်နှောင် မထားသော ပရိဘောဂများ နေရာရွေ့ခြင်း၊ မတည်ငြိမ်သော ပစ္စည်းများ လဲကျခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။	shin do nana 震度 7 ပြင်းအား ၇	ငလျင်ဒဏ်ခံနိုင်ရည်နိမ့်သော သစ်သားအဆောက်အအုံများ တိမ်းစောင်းခြင်း၊ လဲကျခြင်း ပို၍ ပို၍ များလာမည်။ ငလျင်ဒဏ်ခံနိုင်ရည်မြင့်သော သစ်သား အဆောက်အအုံများပင် တိမ်းစောင်းခြင်း ရှိလာနိုင်သည်။ ငလျင်ဒဏ်ခံနိုင်ရည် နိမ့်သော 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 တုတ်နှောင်မထားသော ပရိဘောဂများ လဲကျနိုင်သည်။ ထောက်ကန်မထားသည့် ကွန်ကရစ် တံတိုင်းများ ပြိုကျနိုင်သည်။	မြေယာနှင့် သယ်ယူပို့ဆောင်ရေး ဝန်ကြီးဌာန၊ မိုးလေဝသဌာန ငလျင်ပြင်းအားများနှင့် လှုပ်ခတ်မှုများ (အကျဉ်းချုပ်) မှ	

● ငလျင်လှုပ်တယ်။ အဲဒီအချိန်...

ငလျင်လှုပ်တယ်။
အဲဒီအချိန်...
အဆောက်အအုံထဲမှာ



စာပွဲအောက် ဝင်နေပြီး၊
ဦးခေါင်းကို ကာကွယ်ပါ။



ထွက်ပေါက်ကို သေချာ ပြင်ဆင်ပါ။
(ငလျင်ကြောင့် တံခါးဖွင့်မရတာမျိုး ဖြစ်တတ်သည်။)



ဂတ်စ်ကို အလန့်တကြား ပြေးမဝိတ်နှင့်။
လှုပ်နေတာရပ်သွားမှ ဂတ်စ်ပင်မ ခလုပ်ကိုပိတ်ပါ။



အပြင်ကို အလန့်တကြား ပြေးမထွက်နှင့်။
ပြေးတဲ့အခါ မဖြစ်မနေ ဖိနပ်စီးပါ။

ငလျင်လှုပ်တယ်။
အဲဒီအချိန်...
ကားထဲမှာ



အရှိန်ကို အလန့်တခြား
မလျှော့လိုက်နှင့်။



လမ်းဘယ်ဘက်ခြမ်းကပ်ပြီး၊
ကားစက်သတ်ပါ။



ကားသေကို ဒီတိုင်း ထားခဲ့ပါ။



ကားပေါ်ကဆင်း၊ လမ်းလျှောက်ပြီး
ဘေးလွတ်ရာသို့ သွားပါ။

ငလျင်လှုပ်တယ်။
အဲဒီအချိန်...
မြို့ထဲမှာ



ဦးခေါင်းကို ကာကွယ်ပါ။ ပြတင်းပေါက်
မှန်ကွဲများ၊ ဆိုင်ဘုတ်များ 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 လှုပ်နေပြီ၊ ပြင်းထန်သည့် လှုပ်ခတ်မှုတွေ လာနိုင်သည်ဟု မြန်နိုင်သမျှ အမြန်ဆုံး သတိပေးခြင်း ဖြစ်သည်။ အချိန်တိုလေးအတွင်း လှုပ်ရှားနိုင်ရန်အတွက်၊ အရေးပေါ်ငလျင် 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 津波注意報 tsu nami chu i ho	၁မီတာ (၂၀စင်တီမီတာ<လှိုင်းအမြင့်≤ ၁မီတာ)	မဖော်ပြပါ။	

မိုးလေဝသဌာန “ဆူနာမီသတိပေးချက်စနစ် ပြောင်းလဲခြင်း” မှ

နောက်မလှည့်နဲ့ ! ပြန်မသွားနဲ့ ! လက်ထဲ ဘာမှမကိုင်ထားနဲ့ ! ပင်လယ်ဘက်သွားမကြည့်နဲ့ !

ပင်လယ်ကမ်းစပ်၌ရှိစဉ် ငလျင်လှုပ်သည်ကို သတိပြုမိလျှင်...



ပင်လယ်ကမ်းစပ်၌ ငလျင်လှုပ်လျှင် ဝေးဝေး ပြေးရမှာ မဟုတ်ဘဲ မြင့်သည့် နေရာကို ပြေးရမည်။

ဆူနာမီသတိပေးချက် ထုတ်လွှင့်မှုနှင့် ဥဩခွဲသံ ကြားရလျှင်...



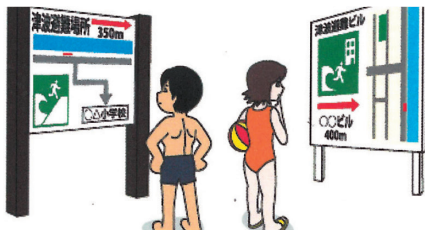
လှုပ်ခတ်မှုကို မခံစားရသော်လည်း ဆူနာမီ သတိပေးချက် ထွက်လာပါက ချက်ချင်း တိမ်းရှောင်ရမည်။

တိမ်းရှောင်ရန် နှိုးဆော်ပြီဆိုလျှင်...

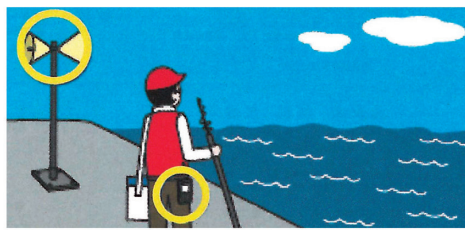


ဆူနာမီသည် ထပ်တလဲလဲ ရိုက်ခတ်တတ်သည်။ တိမ်းရှောင်နေသော်လည်း မပေါ့ဆပါနှင့်။

ပင်လယ်ကမ်းခြေသို့သွားလျှင်...



တိမ်းရှောင်ရမည့်နေရာနှင့် လမ်းကြောင်းကို ကြည့်ထားပါ။



တိစီ၊ ရေဒီယို၊ သဘာဝဘေးကာကွယ်ရေး အသံလွှင့်စနစ် စသဖြင့် သတင်းအချက်အလက် ရရှိနိုင်မည့် နည်းလမ်းများ ရှာဖွေပြီး သတိပြု နားထောင်ပါ။

မီယာဇာကီ မိုးလေဝသရုံး “သင့်ကို ကာကွယ်ပေးမည့် 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 တိမ်းရှောင်နိုင်သည့် ဘေးလွတ်ရာ ကုန်းမြင့်

Tsu nami hi nan ba syo
津波避難場所



ဆူနာမီ ဘေးလွတ်ရာ အဆောက်အအုံ

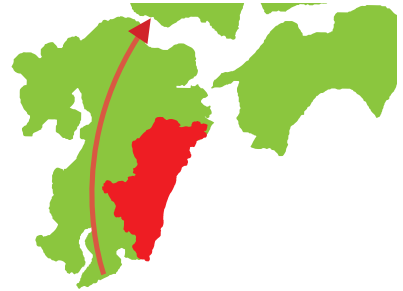
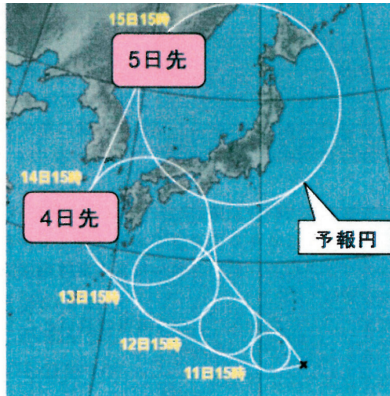
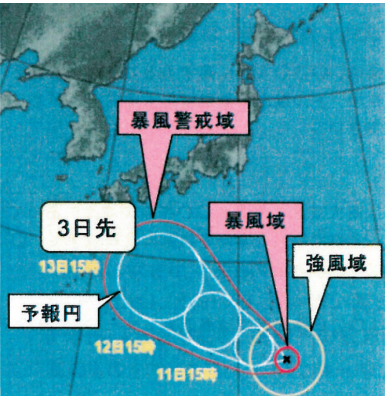
အနီးအနား၌ ကုန်းမြင့်မရှိပါက တိမ်းရှောင်နိုင်သည့် အဆောက်အအုံ

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။ မီယာဇာကီခရိုင်သည် ပထဝီ အနေအထားအရ နှစ်စဉ်နီးပါး တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်းဒဏ် ခံရသည်။

မီယာဇာကီခရိုင်တွင် 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 ခေါ် ပြီး၊ မုန်တိုင်းမျက်စိနေရာတွင် လေရောမိုးပါ မရှိသလောက် နီးပါး ဖြစ်သော်လည်း၊ ထိုနေရာအနီးတစ်ဝိုက်တွင်မူ လေရောမိုးပါ ပြင်းထန်သည်။ မုန်တိုင်း လုံးဝ ဖြတ်ကျော်ပြီးသွားသည်အထိ သတိထားရမည်။



မီယာဇာကီ မိုးလေဝသရုံး “သင့်ကို ကာကွယ်ပေးမည့် သဘာဝဘေးအချက်အလက်များ” မှ

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

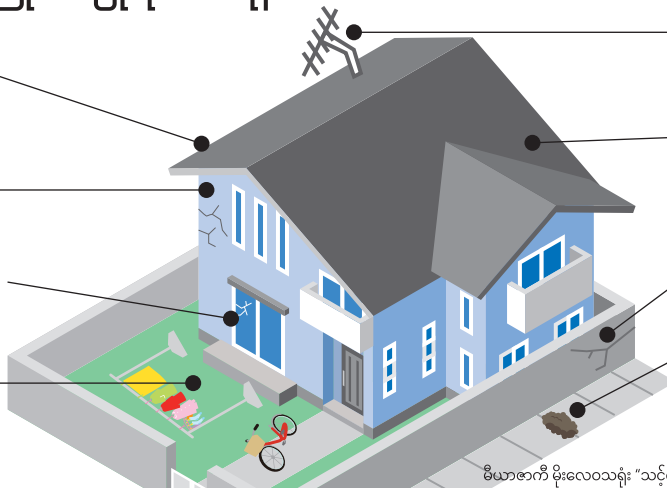
မုန်တိုင်းမလာခင် ကြိုတင် ပြုလုပ်ထားရန်

ရေတံလျှောက်ထဲမှာ အရွက်တွေ၊
မြေကြီးတွေ ပိတ်နေလား။

အပြင်ဘက်နံရံမှာ အက်နေတာ၊
ကာကွယ်နိုင်တာတွေ ရှိလား။

ပြတင်းပေါက်မှန် ကွဲနေလား၊
ဘောင်က လှုပ်နေလား။

ဝရန်တာမှာ လွင့်ပျံ့နိုင်တဲ့
ပစ္စည်းတွေ ရှိလား။



အန်တင်နာက ခိုင်ရဲ့လား။

အမိုးပြားတွေ ရွေ့နေ၊ အက်နေ၊
ကွဲနေတာတွေ ရှိလား။

အုတ်တံတိုင်းက အက်နေတာ၊
ပျက်စီးနေတာ ရှိလား။

ရေမြောင်းထဲမှာ အမှိုက်တွေ
ပိတ်ဆို့နေလား။

မီယာဇာကီ မိုးလေဝသရုံး “သင့်ကို ကာကွယ်ပေးမည့် သဘာဝဘေးအချက်အလက်များ” မှ

မုန်တိုင်းနီးကပ်လာပါက...

- လေပြင်း မတိုက်ခတ်မီ နေအိမ်အနီးတစ်ဝိုက်ရှိ လွင့်ပျံ့ပါနိုင်သော 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 မီယာဇာကီခရိုင်ကို လာသည့် တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်းများကြောင့် ယခင်ကထက် မိုးပိုများလာနေသည်။

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



အိုယိုဒိုမြစ်ရေလျှံခြင်း (မီယာဇာကီမြို့)



ယာမာနိုခူချို နိုင်ငံပိုင်လမ်း ၂၆၉ တစ်လျှောက် (မီယာဇာကီခရိုင်အစိုးရ အရေးပေါ်အခြေအနေ စီမံခန့်ခွဲရေးဌာနခွဲမှ ဓာတ်ပုံ)

မြေပြိုခြင်း

မတ်စောက်သော တောင်စောင်းများ ပေါများသည့် ဂျပန်နိုင်ငံသည် တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်း၊ မိုးကြီးခြင်း၊ လျှင်လျင်ခြင်း 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 နောက်ကျိခြင်း၊ သစ်လုံးများ ပါလာခြင်း
- မြစ်ရေ ရုတ်တရက် နည်းသွားခြင်း

မြေလွှာလျှော့ပြိုခြင်း၏ ရှေ့ပြေးလက္ခဏာ



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

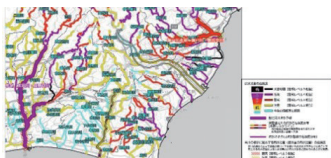
မီယာဇာကီ မိုးလေဝသရုံး “သင့်ကို ကာကွယ်ပေးမည့် သဘာဝဘေးအချက်အလက်များ” မှ

မိမိနေထိုင်ရာအရပ်သည် မြေပြိုခြင်း အန္တရာယ်ရှိသည့် နေရာဟုတ်၊ မဟုတ် သိအောင်လုပ်ပါ။

※ ဒေသန္တရ အစိုးရရုံးရှိ အန္တရာယ်ပြမြေပုံတွင် ကြည့်ရှုနိုင်သည်။

○ “မိမိခရု” ဆိုသည်မှာ?

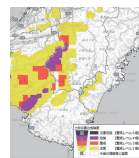
“မိမိခရု” ဆိုသည်မှာ မိုးကြီးခြင်း၊ မြစ်ရေကြီးခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်သည့် သဘာဝဘေးသည် ဘယ်နေရာတွင် အန္တရာယ်ဘယ်အဆင့်နှင့် နီးကပ်လာနေသလဲ ဆိုသည်ကို မြေပုံပေါ်တွင် မျက်စိဖြင့်မြင်သာအောင် ပြသပေးသည့် သတင်းအချက်အလက်ဖြစ်ပြီး၊ မိုးလေဝသဌာန၏ အင်တာနက်စာမျက်နှာတွင် ထုတ်ပြန်ထားသည်။ တီဗီ၊ ရေဒီယိုစသည်တို့၏ မိုးလေဝသတင်းတွင် ကြေညာချက်၊ သတိပေးချက်များ ထုတ်ပြန်ခြင်း စသဖြင့် မိုးကြီးခြင်းကြောင့် သဘာဝဘေးဖြစ်ပေါ်နိုင်သည့် အန္တရာယ်ရှိသည့်အခါနှင့် ရုတ်တရက် မိုးသည်ထန်စွာ ရွာသွန်းသည့်အခါတို့တွင် ဤစာမျက်နှာမှ နောက်ဆုံးရ သတင်းအချက်အလက်များကို ရယူကြပါ။



မြစ်ရေကြီးမှုပြ မိမိခရု (အချိန်နှင့်တပြေးညီ မြစ်ရေကြီးရေလျှံမှု အန္တရာယ်အဆင့်များပြမြေပုံ)



ရေနစ်မြုပ်မှုပြ မိမိခရု (အချိန်နှင့်တပြေးညီ မိုးကြီးခြင်း (ရေဝင်ရောက်မှု၊ ရေနစ်မြုပ်မှု) အန္တရာယ်အဆင့်များပြမြေပုံ)



မြေပြိုမှုပြ မိမိခရု (အချိန်နှင့်တပြေးညီ မိုးကြီးခြင်း (မြေပြိုမှု) အန္တရာယ်အဆင့်များပြမြေပုံ)



ဤစာမျက်နှာတွင် ကြည့်ရှုပါ။

ရင်းမြစ်၊ မိုးလေဝသဌာန

သဘာဝဘေးကာကွယ်ရေးမီးလေဝသ သတင်းအချက်အလက်

(၂၀၂၆၊ မေ ၂၉ ၌စတင်)

မြစ်ရေကြီးခြင်း၊ မိုးကြီးခြင်း၊ မြေပြိုခြင်း၊ မုန်တိုင်းဒီရေတက်ခြင်း သတင်းအချက်အလက် များကို **အဆင့်**နှင့် **အရောင်**တို့ဖြင့် ခွဲခြားထားသည်။

အချိန်အလိုက် ပြောင်းလဲပုံ

အဆင့်	အရောင်	သတင်းအချက်အလက်၊ ညွှန်ကြားချက်	အများပြည်သူ လိုက်နာဆောင်ရွက်ရန်
သတိပေးချက် အဆင့် ၁	အဖြူ	အဆင့် ၁ ကြိုတင်သတိပြုရန် သတင်းအချက်အလက် レベル1 早期注意情報 [မိုးလေဝသဌာနက ထုတ်ပြန်]	သတိနှင့်နေရန်
သတိပေးချက်အဆင့် ၂	အဝါ	အဆင့် ၂ သတိပြုရန် ကြေညာချက် レベル2 注意報 [မိုးလေဝသဌာနက ထုတ်ပြန်]	မိမိ၏တိမ်းရှောင်ရေးအစီအစဉ်ကို စစ်ဆေးအတည်ပြုရန် • ဘေးအန္တရာယ်မြေပုံစံသည်တို့ သဘာဝဘေး အန္တရာယ်ဖြစ်နိုင်ခြေကို ထပ်မံစစ်ဆေးရန် • ဒေသန္တရအစိုးရက ထုတ်ပြန်သည့် တိမ်းရှောင်ရေး သတင်းအချက်အလက် ရရှိနိုင်မည့် နည်းလမ်းကို အတည်ပြုရန်
သတိပေးချက်အဆင့် ၃ နှင့် ညီမျှသောအခြေအနေ	အနီ	အဆင့် ၃ သတိပေးချက် レベル3 警報 [မိုးလေဝသဌာနက ထုတ်ပြန်] သက်ကြီးရွယ်အို စသူတို့တိမ်းရှောင်ရန် 高齢者等避難 [ဒေသန္တရအစိုးရက ထုတ်ပြန်]	အန္တရာယ်ရှိသည့်နေရာမှသက်ကြီးရွယ်အို စသူတို့ တိမ်းရှောင်ရန် • သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် အကူအညီလိုအပ်သူများ မဟုတ်သော သူများလည်း လိုအပ်ပါက ဘေးလွတ်ရာ တိမ်းရှောင်ရန် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ပြီး၊ မိမိသဘောဆန္ဒအရ ရွှေ့ပြောင်းရန်
သတိပေးချက်အဆင့် ၄ နှင့် ညီမျှသောအခြေအနေ	အရမ်း	အဆင့် ၄ အန္တရာယ်သတိပေးချက် レベル4 危険警報 [မိုးလေဝသဌာနက ထုတ်ပြန်] တိမ်းရှောင်ရန်ညွှန်ကြားချက် 避難指示 [ဒေသန္တရအစိုးရက ထုတ်ပြန်]	အန္တရာယ်ရှိသည့်နေရာမှ လူတိုင်း တိမ်းရှောင်ရန် ※တိုင်ဖွန်းမှန်တိုင်း စသည်တို့ကြောင့် လေပြင်း တိုက်ခတ်မည်ဟု ခန့်မှန်းထားပါက၊ လေပြင်း စတင် မတိုက်ခတ်မီ ဘေးလွတ်ရာကို အပြီးသတ် တိမ်းရှောင်ထားရန်
သတိပေးချက် အဆင့် ၅ နှင့် ညီမျှသောအခြေအနေ	အမည်း	အဆင့် ၅ အရေးပေါ်သတိပေးချက် レベル5 特別警報 [မိုးလေဝသဌာနက ထုတ်ပြန်] အရေးပေါ်အခြေအနေ 緊急安全確保 [ဒေသန္တရအစိုးရက ထုတ်ပြန်]	အသက်အန္တရာယ်ရှိသည်၊ဘေးလွတ်အောင် ချက်ချင်း လုပ်ဆောင်ပါ။ • အန္တရာယ်ကင်းစွာ တိမ်းရှောင် မရတော့ဘဲ အသက်အန္တရာယ်ရှိသည့် အခြေအနေ • ယခုရှိနေသည့် နေရာထက် ပို၍ ဘေးကင်းသည့် နေရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းရန်

● သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်တွေ ဘယ်လို လက်ခံရယူမလဲ။

သတိပေးချက်၊ ကြေညာချက်၊ သဘာဝဘေးကာကွယ်ရေး မိုးလေဝသ သတိပေးချက်များကို တီဗီ၊ ရေဒီယို၊ အင်တာနက်၊ သဘာဝဘေးဆိုင်ရာ အပလီကေးရှင်း၊ ဒေသန္တရအစိုးရ သဘာဝဘေး ကာကွယ်ရေး အသံလွှင့်စနစ် စသည်တို့မှ ထုတ်ပြန်သည်။ သတင်းအချက်အလက် ရယူမည့် နည်းလမ်းကို ကြိုတင်အတည်ပြုထားပါ။

● ဤထုတ်ပြန်ချက် ထွက်လာပါက၊ ချက်ချင်းလုပ်ဆောင်ပါ “သဘာဝဘေးကာကွယ်ရေး မိုးလေဝသ ကြိုတင်သတိပေးချက်”

သဘာဝဘေး ဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြေ အန္တရာယ် မြင့်မားနေသည့် အခြေအနေတွင် သတိရှိမှုကို ပိုမိုမြှင့်တင်ပြီး၊ အချိန်နှင့်တစ်ပြေးညီ သဘာဝဘေး ကာကွယ်ရေး တုံ့ပြန်လုပ်ဆောင်ချက်များ ဆုံးဖြတ်နိုင်ရန် အထောက်အကူပြုသည့် အချက်အလက်များဖြစ်သည်။ ဤထုတ်ပြန်ချက် ပေါ်ထွက်လာပါက၊ ခံခံရ စသည့် အခြား သဘာဝဘေးကာကွယ်ရေး မိုးလေဝသ သတင်း အချက်အလက်များနှင့် ဒေသန္တရ အစိုးရ၏ တိမ်းရှောင်ရေး သတိပေးချက်များကိုလည်း အာရုံစိုက်ပြီး မိမိ ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းစေရန် အသေအချာလုပ်ဆောင်ပါ။

< ဥပမာ > သဘာဝဘေးဆိုင်ရာ မိုးလေဝသ ကြိုတင်သတိပေးချက် (မိုးအဆက်မပြတ် ရွာသွန်းနိုင်သည့် မိုးတိမ်တန်းရှည် ဖြစ်ပေါ်ခြင်း)

သဘာဝဘေးဆိုင်ရာ မိုးလေဝသ ကြိုတင်သတိပေးချက် (အချိန်တိုအတွင်း စီချိန်တင် မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်းခြင်း)

လေဆင်နှာမောင်း

မီယာဇာကီခရိုင်သည် ဂျပန်တစ်နိုင်ငံလုံးတွင် လေဆင်နှာမောင်း (ပြင်းထန်သော လေပွေ) ဖြစ်ပွားမှု စတုတ္ထမြောက် အများဆုံး ခရိုင်ဖြစ်သည်။ ခရိုင်ကမ်းရိုးတန်းတစ်လျှောက် လွှင့်ပြင်ဒေသကို ဗဟိုပြု၍ လေဆင်နှာမောင်း ဖြစ်ပွားမှု များလာနေသည်။

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



(မီယာဇာကီခရိုင်အစိုးရ၊ အရေးပေါ်အခြေအနေ စီမံခန့်ခွဲရေးဌာနဥပဇာတ်ပုံ)

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

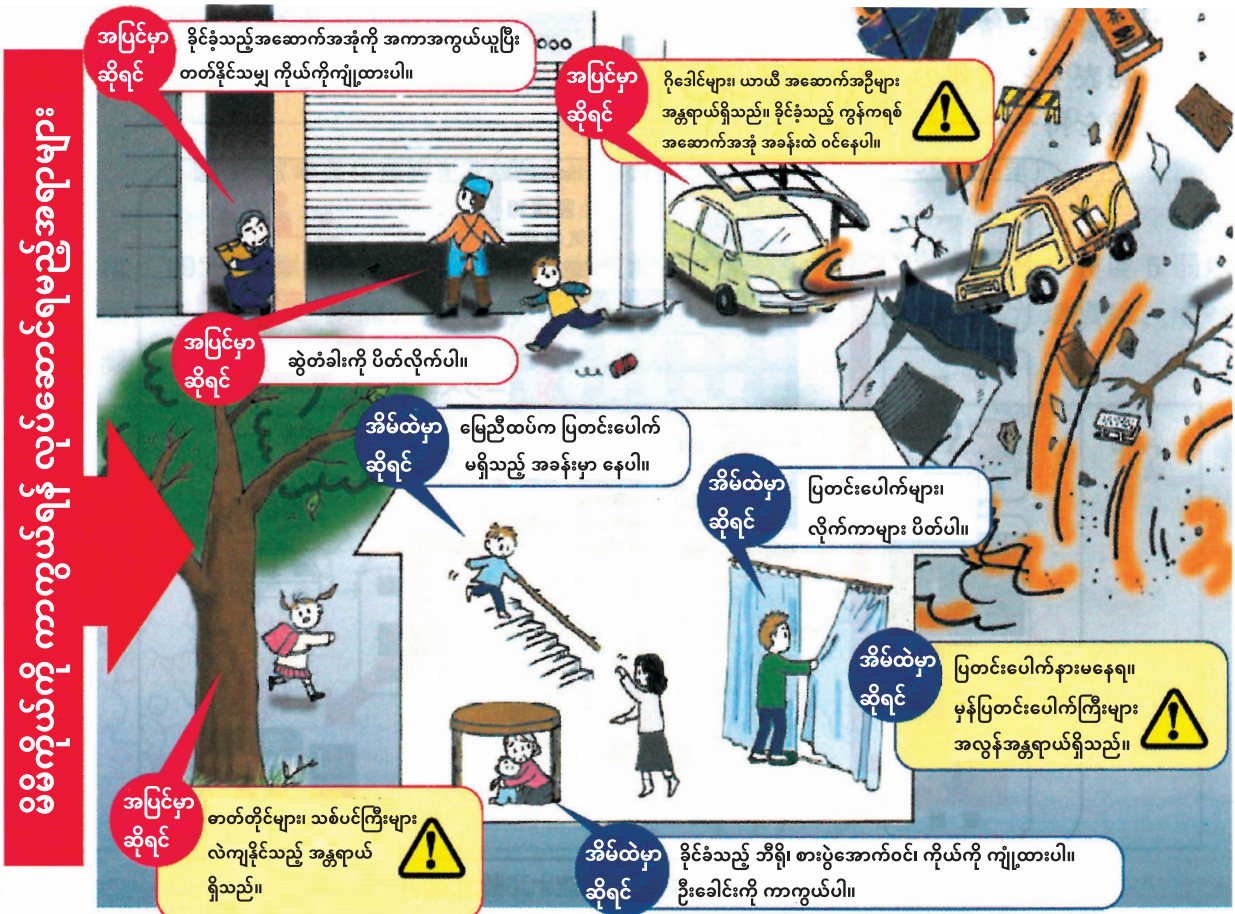
အောက်ပါအခြေအနေများ ဖြစ်လာပါက လေဆင်နှာမောင်းဖြစ်မည့် မိုးတိမ်တောင် သင့်နားသို့ နီးကပ်လာခြင်း ဖြစ်နိုင်သည်။



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

လေဆင်နှာမောင်း နီးကပ်လာလျှင်

အသက်အန္တရာယ် ကာကွယ်ဖို့ ချက်ချင်းလုပ်ဆောင်ပါ။



မီယာဇာကီ မိုးလေဝသရုံး "သင့်ကို ကာကွယ်ပေးမည့် သဘာဝဘေးအချက်အလက်များ" မှ

မီးတောင်

ဂျပန်နိုင်ငံသည် မီးတောင်ပေါများသည့် နိုင်ငံဖြစ်သည်။ ၂၀၁၁ခုနှစ်တွင် ရှင်းမိုအဲဒါက မီးတောင်ပေါက်ကွဲခြင်းကြောင့် ထိခိုက်ပျက်စီးမှု ပြင်းပြင်းထန်ထန်ဖြစ်ခဲ့သည့် မိယာဇာကီခရိုင်တွင် မီးတောင်ဘေးအန္တရာယ်သည် မိမိနှင့် နီးကပ်နေသော ဘေးအန္တရာယ်တစ်မျိုး ဖြစ်သည်။

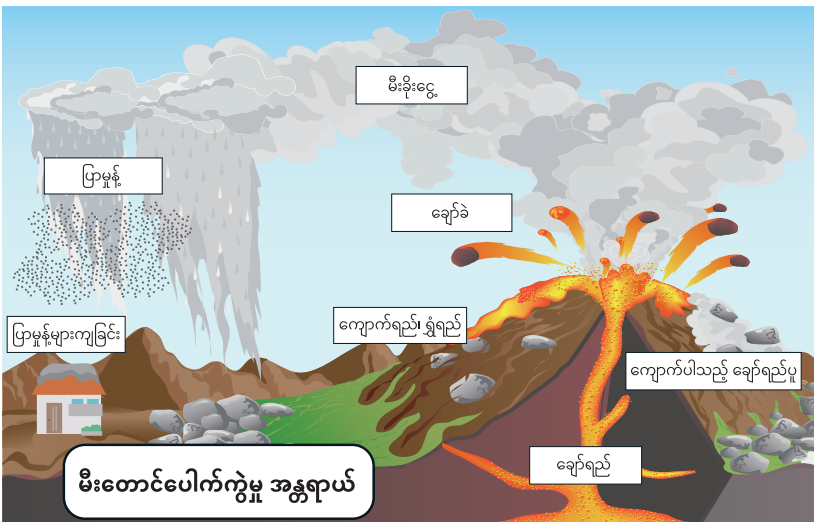
မိယာဇာကီခရိုင်တွင် မိယာဇာကီ၊ ခါဂိုရီးမားခရိုင်နယ်စပ်ရှိ ဒီရိုရီးမားတောင်ဟု ခေါ်သော မီးတောင်အုပ်စုသည် မီးတောင်ရှင်းများဖြစ်သည်။ ၎င်းတို့အနက် အိုဟာချိနှင့် ရှင်းမိုအဲဒါကမီးတောင်တို့မှာ ပေါက်ကွဲမှု အကြိမ်ကြိမ်ဖြစ်ခဲ့သည်။ အောက်ပါဓာတ်ပုံများမှာ ၂၀၁၁ခုနှစ် ဇန်နဝါရီလမှ ဖေဖော်ဝါရီလအတွင်း ဒီရိုရီးမားတောင် (ရှင်းမိုအဲဒါက မီးတောင်) ပေါက်ကွဲစဉ်က တာကုဟာရမြို့အခြေအနေဖြစ်သည်။



(တာကုဟာရမြို့အစိုးရရုံးအင်တာနက်စာမျက်နှာမှ)

- မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုအန္တရာယ်မှ ကာကွယ်ရန် အရေးကြီးသည်မှာ တိကျမှန်ကန်သည့် နောက်ဆုံးရသတင်းများ ရရှိရန်ဖြစ်သည်။
- တိမိ၊ 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 ရှင်းမိုအဲဒါက မီးတောင်ပေါက်စဉ်က တုန်ခါမှုကြောင့် အဝေး၌ရှိသော မိယာဇာကီမြို့ထဲက 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 (မီးတောင်ဝအနီးဝန်းကျင်)		မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု သတိပေးချက် (ဒေသခံပြည်သူများ)	
အဆင့် ၁	အဆင့် ၂	အဆင့် ၃	အဆင့် ၄	အဆင့် ၅
မီးတောင်ရှင်းဖြစ်ကြောင်းသတိပြုရန်	မီးတောင်ဝအနီး မသွားရ။	မီးတောင်အနီး မသွားရ။	သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ အကူအညီလိုသူများ တိမ်းရှောင်ရန်	အားလုံး တိမ်းရှောင်ရန်

📞 119/ မီးလောင်မှု၊ အရေးပေါ်

အိမ်၊ အဆောက်အအုံတစ်ခုခု မီးလောင်နေတာကို မြင်လျှင်...

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

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

- အသက်သေချာရှုပြီး 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။ ၀၀၀ 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 ၀၀၀ ဖြစ်ပါတယ်။ ဖုန်းနံပါတ်က ၀၀၀-၀၀၀-၀၀၀၀ ပါ”

● မီးလောင်သည့်အထဲမှာ ကိုယ်ပါ ရှိနေလျှင်...

- မီးခိုးများကြားက ထွက်သည့်အခါ ခန္ဓာကိုယ်ကို တတ်နိုင်သမျှ နှိမ့်၍၊ နှာခေါင်းနှင့် ပါးစပ်ကို မျက်နှာသုတ်ပေါ်တို့ဖြင့် 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။