विदेशी नागरीक सबैले याद राख्नु पर्ने कुरा ! विपत्ति रोकथाम बुंदा

1 विपत्तिको समयमा प्रयोग हुने शब्द

खान्जी	रोमाजी	नेपाली
自然災害	Shizen Saigai	प्राकृतिक विपत्ति
地震	Jishin	भुइँचालो
津波	Tsunami	सुनामी
台風	Taifū	आंधीहुरी
雨	Ame	वर्षा
豪雨	Gōu	भारी वर्षा
被害想定	Higai Sōtei	क्षति अनुमान

खान्जी	रोमाजी	नेपाली
注意報	chuihō	सावधान रहने सूचना
警報	Keihō	चेतावनी
特別警報	Tokubetsukeihō	विशेष चेतावनी
緊急地震速報	Kinkyū Jishin Sokuhō	आपतकालिन भूकम्प ब्रेकिङ न्युज
避難勧告	Hinan Kankoku	आपतकालिन निकाश सुझाब
緊急避難	Kinkyu Hinan	आपतकालिन निकासी
避難所	Hinanjo	आश्रय स्थल

2 जानकारी संकलन गरौ

भुइँचालो, आंधीहुरी, भारी वर्षा आएको समयमा, टेलिभिजन अथवा रेडियो, गृह पृष्ठ आदि बाट जानकारी संकलन गरौ।

नागोया अन्तराष्ट्रिय केन्द्र (NIC)

NIC आधिकारिक वेबसाइट

• विदेशी भाषामा परामर्स गर्न सकिन्छ।

फोन : 052-581-0100

→अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियन, स्पेनिस, पर्तुगाली, फिलिपिन, सरल जापानी भाषा

• निकासी बारे बिदेशी भाषामा जानकारी उपलब्ध गराइन्छ।

NIC आश्रय स्थल

NIC आश्रय स्थल

• बाट पनि जानकारी उपलब्ध गराइन्छ।

टेलिफोन सेवा

विपत्ति रोकथाम स्पिकरको बाचन फोनबाट सुन्न सकिन्छ।

जापानी भाषा : 0180-995-926
अंग्रेजी : 052-957-9260
चिनियाँ : 052-957-9261
कोरियाली : 052-957-9262

नागोया आपतकालिन निकास गाईड • जोखिम नक्शा

खतरनाक स्थान, आश्रय स्थल (सुरक्षित रहन सक्ने स्थान) बारे जान्न सक्ने नक्शा ।

नागोया शहर प्रकोप रोकथाम नक्शा

सुरक्षा सुझाव (Safety Tips)

विपत्तिको समयमा, आपतकालीन अवस्थाको जानकारी जापानी भाषा बाहेक अन्य भाषामा पनि हेर्न सकिन्छ।

अंग्रेजी, चिनियाँ, हन्गुल, स्पेन, पर्तुगाली आदि 14 वटा भाषा आदि

App Store　Google Play

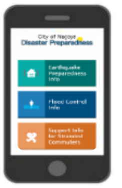
नागोया शहर प्रकोप रोकथाम एप्लिकेसन

माथि उलेखित नक्शा स्मार्ट फोन बाट पनि हेर्न सकिन्छ।

अंग्रेजी , चिनियाँ भाषा आदि पनि हेर्न सकिन्छ।

सित्तैमा डाउनलोड गर्न सकिन्छ।

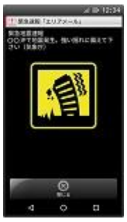
App Store　Google Play



3 भूकम्प - जापान धेरै भूकम्प आउने देश हो। भूकम्पको समयमा गर्न पर्ने कार्य र भूकम्पको तयारीका बारे सचेत रहौं।

○ आपतकालिन भूकम्प ब्रेकिङ न्युज

भुइँचालो आउन केहि समय अघि, टिभी, रेडियो अथवा मेल आदि बाट "भुइँचालो आउछ" भनेर सूचित गराइन्छ। यस प्रकारको सूचना प्राप्त गर्ने बितिकै, टेबलको तल बस्ने, टाउको र शरीरको भाग जोगाउनुहोला ।



NTT दोकोमोको गृह पृष्ठ

(1) भूकम्प आउदा ध्यान दिन पर्ने कुरा

●घरमा भएको बेला

- टेबलको तल लुक्ने, कुसन, किताब अथवा झोला आदिले टाउको जोगाउ ।
- झ्याल र ढोकाको सीसा बाट टाढा बसौं।
- कम्पन रोकिए पछि, बाहिर जाऊ।
- भाग्ने बेला, आगलागी हुन नदिनको लागी ग्यास निभाउने र इलेक्ट्रिक सर्किट ब्रेकर बन्द गर्नै।

●बाहिर हुदा

- सीसा, ब्लकको पर्खाल र बोर्ड आदि लड्न या झर्न सक्छ।
  भवनबाट टाढा रहने।

●समुन्द्र या खोला नजिक हुदा

- सुनामी आउन सक्ने हुनाले सके सम्म छिटै समुन्द्र या खोला बाट टाढा जाने।
  सुनामी सुरक्षित भवन (सुनामीको लागि तोकिएको आपतकालिन सुरक्षित स्थान)
  आदि अग्लो स्थल तर्फ जाने • भाग्ने ।

(2) घर भित्रको टिभी वा फर्निचर ढल्न सक्ने हुनाले सामानलाई खस्न नदिने गरि राखौं।

सुत्ने कोठामा ठुला फर्निचर नराखौं।

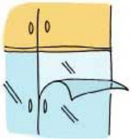
सामान होम सेन्टर आदि बाट किन्न सकिन्छ।

① ढोका खोल्दा भित्रको सामान खस्न नदिनको लागि ढोकामा चुक्कल लगाउने

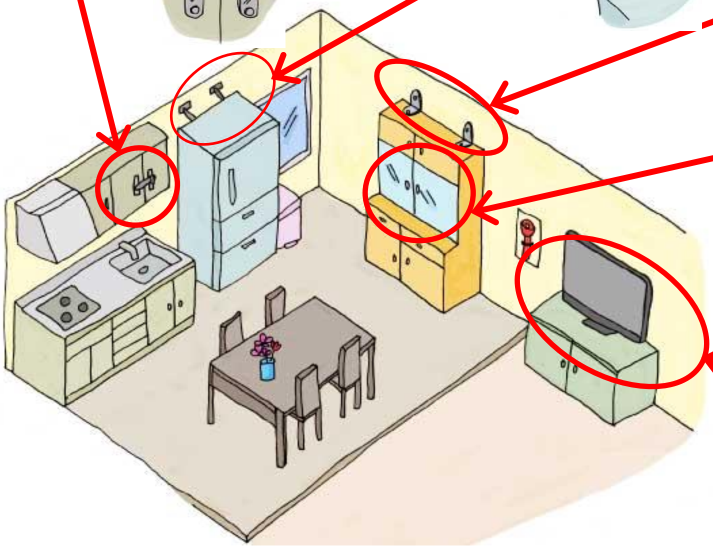
② फ्रिज ढल्न नदिनको लागि "ढल्न बाट रोक्ने फिक्सर" ठोकेर नलड्ने गरि राख्ने।

③ ठुला फर्निचर ढल्न नदिनको लागि "L आकारको फिक्सर" भित्ता कब्जा ठोकेर नलड्ने गरि राख्ने।

④ सिसा फुट्ने नदिनको लागि "छरिनबाट रोक्ने फिलम " टाँस्ने।



⑤ टिभी ढल्न नदिनको लागि बेल्ट वा म्याट ठोकेर नलड्ने गरि राख्ने।



4 आँधी र बाढी क्षति – तीव्र हावा र वर्षाको कारण आउने विपत्तिलाइ जनाउछ। जून देखि अक्टुबर सम्म धेरै वर्षा हुन्छ। ताइफु पनि अधिक मात्रामा आउछ। छोटो समयमा अधिकतम बर्षा हुने गर्छ। वर्षा अथवा हावा कडा हुदा गर्नु पर्ने कार्य, आँधी र भारी बर्षाको समयमा गर्नु पर्ने तयारि बारे ध्यान राखौ।

●आँधी कहिले आउछ, वर्षा वा बतास कहिले कडा हुन्छ, टिभी वा रेडयो बाट समाचार सुन्नुहोला।

<मौसम सम्बन्धि सावधान रहने सूचना ・चेतावनी >

सावधान रहने सूचना	विपत्ति आऊँदा दिइने सूचना हो। समाचार हेर्ने, बाहिरको अवस्था अनुसार सावधान रहने। अति आवश्यक सामान, आश्रय स्थल, र सुरक्षित स्थान तर्फ जाने मार्ग खोजि राखौ । घर बाहिरको सामान हावाले उडाउन सक्ने हुनाले घर भित्र राख्नुहोला ।
चेतावनी	ठुलो विपत्ति आउदा दिइने सूचना हो।
विशेष चेतावनी	ठुलो भुकम्प, भारी वर्षा, ठुलो हावाहुरी अथवा धेरै अग्लो सुनामी आउदा दिइने सूचना हो। जति ठुलो विपत्ति त्यति धेरै खतरनाक हुने गर्दछ।

●आपतकालिन निकाश आवस्यक छ कि नाई भनेर, टिभी अथवा रेडियोबाट प्रसारण हुने समाचार सुन्ने, वेब साइट हेर्ने गर्नुहोला।

<आपतकालिन निकाशीको जानकारी>

[चेतावनी तह 3] आपतकालिन निकाश निकाशको तैयारी・बृद, अपाङ्ग, शारिरिक रुपमा कम्जोर मानिसहरुको लागि आपतकालिन निकाश तैयारी	"विपत्ति आउने हुनाले सुरक्षित स्थान तर्फ जाने अथवा भाग्ने तयारी गर्नुहोस्" भन्ने बारे सूचना हो। वृद्ध, बच्चा, समय लाग्नेहरु कृपया छिटै सुरक्षित स्थान तर्फ जानुहोस।
[चेतावनी तह 4] आपतकालिन निकाश सुझाब	"ठुलो विपत्ति आउने हुनाले सुरक्षित स्थान तर्फ जानु होस् अथवा भाग्नुहोस" भन्ने बारे सूचना हो। साइरन《ठुलो आवाज》द्वारा सूचित गराईन्छ। सबै, सुरक्षित स्थान तर्फ जानुहोला।
[चेतावनी तह 4] निकाश आदेश (आपतकालीन)	"ठुलो विपत्ति खतरनाक हुने हुनाले सके सम्म छिटो सुरक्षित स्थान तर्फ जानु होस् अथवा भाग्नुहोस" भन्ने सूचना हो। सबै जाना, सुरक्षित स्थान तर्फ जानुहोला।
【चेतावनी तह 5】 दैबी-प्रकोप घटना जानकारी	"नजिकै विपत्ति आइरहेकोछ " भन्ने बारे सूचना हो। जीबन रक्षा गर्नु होला। तपाइको घर अथवा नजिकैको घरको अग्लो स्थानमा रहेको कोठा आदिमा जानुहोला। बाहिर निस्कदा डर हुने अवस्थामा घर भित्रै बस्नु होला।

●घर बाहिरको सजिलै उडाउन सक्ने सामानलाइ सरसफाई गरी, महत्वपुर्ण सामान कोठाको अग्लो स्थानमा राखौ।

5 आपतकालिन निकाशको बेला ध्यान दिनु पर्ने कुरा

- घरमा बस्न डर हुने अवस्थामा, पार्क अथवा अग्लो बिल्डिंग आदि सुरक्षित स्थानमा तर्फ जानुहोला।
- गाडीमा सवारी नगर्नुहोस्, हिडेर जानुहोला।
- आपतकालिन निकाश, जोसुकैले पनि प्रयोग गर्न सक्छन। खाने कुरा अथवा पानी लिने, तपाईं जानकारी जान्न सक्नुहुन्छ।
- प्राथमिक अथवा माध्यमिक स्कूल आदिमा आपतकालिन निकाश आश्रय स्थल हुन्छ। घर नजिकैको निर्दिष्ट आपतकालिन निकाश आश्रय स्थल अथवा निर्दिष्ट आश्रय स्थल कहाँ छ भनेर बुझी राखौ। कुन आपतकालिन निकाश आश्रय स्थल जाने भन्ने बारे घर परिवारमा सल्लाह गरि निर्णय गर्नुहोला।

निर्दिष्ट आपतकालिन निकाश आश्रय स्थल	निर्दिष्ट आश्रय स्थल
जीवन सुरक्षाको लागि सुरुमा बिपत्तिको खतराबाट भाग्ने स्थान <आश्रय स्थल (भाग्न सक्ने ठाउँ) को बोर्ड > • भुइँचालो अथवा आगलागीको समयमा खुल्ला पार्क आदि • सुनामी अथवा बाढी आदि आउँदा स्कूलको छत, अग्लो भवन आदि	भुइँचालो अथवा सुनामी, बाढी आदि समस्या स्थिर भैसके पछि, घर भत्केर फर्कने नसक्ने अवस्थामा, छोटो समयको लागि जीवन यापन गर्न सक्ने ठाउँ

6 खाने कुरा अथवा पानीको तयारी गरि राखौ

विपत्ति आउदा, बिजुली-बत्ति, ग्यास, पानी आदि बन्द हुन सक्छ। ट्रेन अथवा बस पनि बन्द हुन्छ।

घरमा 7 दिन सम्म नकिने पनि पुग्ने गरि सामान राखौ, जस्तै, खाने कुरा र पानी आदि।

3 दिन सम्म पुग्ने, आश्रय लिदा लानु पर्ने सामान झोला (पछाडी भिर्ने झोला) मा राख्नुहोला।

<तयार गर्नु पर्ने सामान>

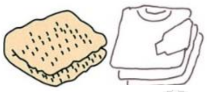
☐ खाने कुरा (क्यान आदि, लामो समयसम्म भण्डार गर्न सकिने खाने कुरा)

☐ पिउने पानी (1 व्यक्तिको लागि 1 दिनमा 3 लिटर)

☐ औषधी

☐ पासपोर्ट, जाईर्यु कार्ड, स्वास्थ्य बीमा कार्ड

☐ पैसा, पासबुकको प्रतिलिपि, छाप

☐ कपडा, टावल 

☐ टर्च लाइट, लाइटर

☐ कामको पन्जा (पन्जा), मास्क

☐ ब्याट्री बाट चल्ने रेडियो

☐ मोबाइल चार्ज़र

☐ वेट टिस्यु

सिर्जक : नागोया नगरपालिका अन्तराष्ट्रिय आदान-प्रादान शाखा

निरीक्षण : नागोया महानगरपालिका विपत्ति रोकथाम तथा जोखिम वयवस्थापन विभाग