

Hãy định sẵn địa điểm sơ tán cũng như cách thức đi đến đó, để bạn và gia đình có thể sơ tán một cách an toàn

Hãy dẫn theo tôi đến khu sơ tán/Hinanjo ni tsurete itte kudasai



ひなんじょについで
避難所に連れて行ってください

ベトナム語版

Bảng đàm thoại bằng cách dùng tay chỉ vào câu chữ 指差し避難カード



Hãy đem chúng theo bạn đến nơi sơ tán
持って行ってください



Dầu gội không cần nước



Hãy cho tôi biết hiện đang ở mức độ cảnh báo nào.
Ima no keikai reberu wo oshiete kudasai.

いま けいかい れ べる おし
今の警戒レベルを教えてください

Cảnh báo cấp	Thông tin lánh nạn mới
5 Thảm họa xảy ra hoặc sắp xảy ra	Biện pháp bảo đảm an toàn khẩn cấp ※
~~~~<Đảm bảo sơ tán khi có cảnh báo cấp 4!>~~~~	
<b>4</b> Có nguy cơ cao xảy ra thảm họa	<b>Chỉ thị lánh nạn</b> ※
<b>3</b> Có nguy cơ xảy ra thảm họa	<b>Sơ tán người cao tuổi, v.v...</b> ※
<b>2</b> Thời tiết xấu đi	Các thông tin lưu ý về mưa to, ngập lụt hoặc triều cường (Cơ quan Khí tượng Nhật Bản)
<b>1</b> Nguy cơ thời tiết xấu đi	Thông tin cảnh báo sớm (Cơ quan Khí tượng Nhật Bản)

※ **tất cả người dân cần sơ tán khỏi những nơi nguy hiểm theo Cảnh báo cấp 4 - Chỉ thị lánh nạn.**

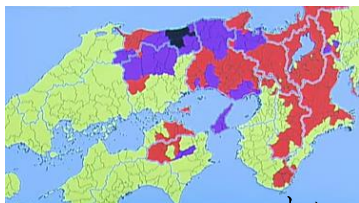
Những người cần nhiều thời gian để sơ tán

※ như người cao tuổi, người khuyết tật thì cần sơ tán khỏi nơi nguy hiểm

khi có Cảnh báo cấp 3 - Sơ tán người cao tuổi, v.v...

## Cách thu thập tin tức và trao đổi, giao tiếp khi có thiên tai

## 災害時の情報やコミュニケーションの方法



れい

Khi thiên tai xảy ra, đài truyền hình địa phương và chính quyền địa phương sẽ cập nhật tin tức về thiên tai theo từng thời điểm. Tin tức được đưa ra thường trình bày theo hình thức gồm có bản đồ địa lý, trong đó các địa phương được tô màu khác nhau tùy thuộc vào độ nguy hiểm thiên tai của địa phương đó. Tìm hiểu trước về hình dạng bản đồ của địa phương mình, nắm được ý nghĩa màu sắc sẽ giúp bạn đưa ra quyết định sơ tán nhanh chóng và an toàn.

災害が起きたら、その地方のテレビや市町村が災害の情報をその都度で知らせます。

情報には、地図があり、その地域の危険度によって、色が違います。地図上住んでいるところはどの形か、色の意味を覚えておけば、より早くて、適切な避難行動が取れます。



Với ứng dụng miễn phí mang tên “Anshi toripi nabi”, bạn có thể kiểm tra và cập nhật được các thông tin về tình hình thiên tai, mức độ cảnh báo ứng với thiên tai từng thời điểm và các điểm sơ tán đang được mở cửa để tiếp nhận người sơ tán của các địa phương trong tỉnh Tottori.

無料「あんしんトリピーなび」アプリでは、鳥取県内の防災・警戒レベル・開設された避難所などの情報が多言語で確認できます。



“VoiceTra” là ứng dụng dịch nói giữa tiếng Nhật và tiếng nước ngoài. Ứng dụng đáp ứng 31 thứ tiếng. Có thể tải về và sử dụng miễn phí.

「VoiceTra」は、話しかけると外国語に翻訳してくれる音声翻訳アプリです。翻訳できる言語は31言語で、ダウンロード、利用もすべて無料です。



Với ứng dụng dịch của Google, bạn có thể dịch nội dung của các poster, các bảng thông báo từ tiếng Nhật ~ tiếng nước ngoài bằng cách sử dụng tính năng camera của điện thoại thông minh, hướng máy ảnh vào các từ mà bạn không hiểu để được dịch.

スマホの「Google翻訳」アプリでは、カメラを使って映したポスターや看板などの文字を翻訳可能です。



**Tuy nhiên, trong môi trường không kết nối được với internet, hay khi bạn lo lắng pin điện thoại không đủ để áp dụng các ứng dụng trên, hãy sử dụng các trang tiếp theo, dùng tay chỉ vào nội dung bạn muốn trao đổi để giao tiếp.**

インターネットが繋がらない。バッテリーが心配な方などは、次のページを使って、指差しで会話をしてください。

Tôi không hiểu tiếng Nhật/ Nihongo ga wakarimasen



にほんご  
日本語がわかりません

Tôi sinh hoạt ở đâu thì được?/ Doko de seikatsu sureba ii desuka

せいかつ  
どこで生活すればいいですか

Tôi đến từ Việt Nam/ Betonamu kara kimashita

べとなむ  
ベトナムから来ました

Tôi muốn liên hệ với gia đình/ Kazoku ni renraku shitai desu

かぞく れんらく  
家族に連絡したいです

Tôi muốn liên hệ với đại sứ quán/ Taishikan ni renraku shitai desu

たいしかん れんらく  
大使館に連絡したいです

Tôi muốn sạc điện thoại di động/ Keitai denwa wo juden shitai desu

けいたいでんわ じゅうでん  
携帯電話を充電したいです

Tôi muốn sử dụng wi-fi/ Wai Fai wo tsukaitai desu

つか  
Wi-Fi を使いたいです

Tôi có thể thay quần áo ở đâu? / Dokode kigae wo sureba ii desuka?

きが  
どこで着替えをすればいいですか

Nhà vệ sinh ở đâu? / Toire wa doko desuka?

とイレ  
トイレはどこですか

Khi nào tôi có thể nhận được thức ăn? / Itsu taberu mono ga moraemasuka?

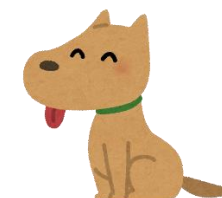
た  
いつ食べるものがもらえますか

Khi nào tôi có thể về nhà? / Itsu ie ni kaeremasuka?

いえ かえ  
いつ家に帰れますか

Tôi có thể dẫn theo thú cưng của tôi không? / Petto to isshoni hinan ga dekimasuka

べっと いっしょ ひなん  
ペットと一緒に避難ができますか







# Các cách nói liên quan đến thể trạng

# 体調関係の表現

**Tôi bị đau ở đây**  
Koko ga itai desu

ここがいた痛いです

**Tôi bị sốt**  
Nestu ga arimasu

ねつ熱があります

**Tôi bị khó thở**  
Iki gurushii desu

いきぐる息苦しいです

**Tôi đang có thai**  
Ninshin shiteimasu

にんしん妊娠しています

**Tôi bị thương**  
Kegawo shiteimasu

けがをしています

**Tôi bị tiêu chảy**  
Geri wo shiteimasu

けり下痢をしています

**Tôi muốn có thuốc này**  
Kono kusuri ga hoshii desu

この薬がくすり欲しいです

**Tôi muốn được khám bệnh**  
Shinsatsu shitehoshii desu

しんさつ診察してほしいです

**Tôi cảm thấy buồn nôn**  
Hakike ga shimasu

はきけ吐き気がします

**Tôi bị chóng mặt**  
Memai ga shimasu

めまいがします

**Tôi có bệnh nền**  
Mansei shikkan wo motteimasu

まんせいしっかん慢性疾患を持っています

**Tôi bị cảm**  
Kaze wo hikimashita

かぜ風邪をひきました



**Hen/suyễn**  
Zensoku

ぜんそく喘息

**Cao huyết áp**  
Kouketsuatsu

こうけつあつ高血圧

**Tiểu đường**  
Tounyoubyou

とうようびょう糖尿病

**Bệnh tim**  
Shinshikkan

しんしっかん心疾患

**Tôi bị dị ứng với _____**  
_____no arerugi ga arimasu

あれるぎー  
_____のアレルギーがあります



**Bột mì/Komugi**

こむぎ  
小麦

**Trứng/Tamago**

たまご

**Tôm cua/Koukakurui**

こうかくるい  
甲殻類



Tôi muốn cái này/ Kore ga hoshii desu

これが欲しいです



<b>Thức ăn</b> Tabemono	<b>Cơm nắm</b> Onigiri	<b>Nước uống</b> Nomimizu	<b>Nước nóng</b> O-yu	<b>Sữa công thức</b> Miruku
食べ物の 食べ物	おにぎり	のみみず 飲み水	おゆ お湯	みるく ミルク

<b>Tả/Bỉm</b> Omutsu	<b>Băng vệ sinh</b> Seiri youhin	<b>Băng cá nhân</b> Katto ban	<b>Túi nylon</b> Biniru bukuro	<b>Khăn tắm</b> Taoru	<b>Dầu gội</b> Shampoo	<b>Chăn/mền</b> Moufu
おむつ オムツ	せいりようひん 生理用品	かっとぼん カットバン	びにーるぶくろ ビニール袋	たおる タオル	しゃんぷー シャンプー	もうふ 毛布

Tôi không ăn được thức ăn có ____ / ____ no ryouri ga taberaremasen

____の料理が食べられません

<b>Thịt heo</b> Buta niku	<b>Thịt bò</b> Gyuu niku	<b>Các loại thịt</b> Niku
ぶたにく 豚肉	ぎゅうにく 牛肉	にく 肉

My memo

わたしの災害メモ

Họ tên なまえ なまえ

Ngày sinh せいねんがっぴ 生年月日 / /

Quốc tịch こくせき 国籍

Bệnh nền まんせいしっかん 慢性疾患

TEL でんわばんごう 電話番号

Nhóm máu けつえきがた 血液型

Số hộ chiếu パスポート No

Số điện thoại たいしかん そりょうじかん でんわばんごう TLSQ/ĐSQ 大使館・総領事館の電話番号:

# Cuộc sống tại khu sơ tán (Hinanjo de no seikatsu nitsuite)

ひなんじょ せいかつ  
避難所での生活について

**Đăng ký tên, địa chỉ**  
名前・住所の登録



**Hãy đăng ký tên, địa chỉ của bạn, người nhà đi cùng tại quầy tiếp nhận khu sơ tán.**

避難所に着いたら、家族の名前や住所を登録してください

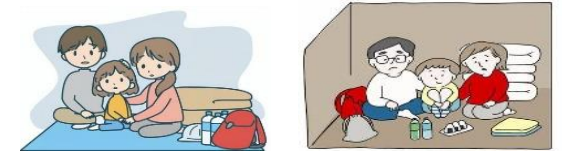
**Đối với người có bệnh nền, hay cần được chăm sóc y tế**  
持病のある方、介助や医療の必要な方



**Nhất thiết phải cho nhân viên khu sơ tán biết, và trao đổi với họ khi cần.**

必ず避難所の人に申し出たり、相談したりしてください。

**Góc sinh hoạt của bạn** 生活する場所



**Hãy hỏi nhân viên khu sơ tán khu vực nào bạn có thể sử dụng.**

**Không tự tiện vào khu vực của người khác.**

避難所の人に利用可能な場所を聞いてください。  
人のところに勝手に入りません。

**Giờ giấc sinh hoạt**  
生活時間



**Điều chỉnh giờ giấc sinh hoạt của mình với mọi người xung quanh (Giờ ngủ, giờ thức giấc, giờ ăn...)**

周りの人と生活時間(就寝・起床・食事等の時間)を合わせてください。

**Tiếp nhận vật phẩm thiết yếu**  
生活用品の支給



**Vật phẩm cần thiết cho sinh hoạt sẽ được cấp phát miễn phí. Hãy xếp hàng để được lãnh nhận. Hãy dùng trước những gì bạn mang theo.**

後で生活に必要なものは無料でもらえますが、まず自分が持ってきたものを使います。順番に並んでください

**Nhà vệ sinh/ tắm rửa**  
トイレ・入浴



**Nhà vệ sinh dã chiến sẽ không được đưa đến khu sơ tán ngay lập tức.**

Có khi bạn thậm chí không thể tắm vòi sen trong vài ngày do mất nước.  
Hãy chuẩn bị sẵn dầu gội không cần nước, khăn và set đi vệ sinh dã chiến cá nhân.

避難所にすぐに仮設トイレが届きません。シャワーすら数日あびれないこともあります。ドライシャンプー・タオル・簡易トイレを自身で備えておきます。

**Phân loại rác theo quy định**  
ゴミはルールに従い、分別する



**Không được để rác thời gian dài, ngay cả tại khu sinh hoạt của chính mình.**

**Hãy bỏ rác đúng nơi quy định.**

ごみを長い時間生活する場所に置かないでください。決まった場所に出してください。

**Nhà vệ sinh**  
トイレ



**Nếu cúp nước, bạn có thể sẽ không thể sử dụng nhà vệ sinh có sẵn trong tòa nhà đang được dùng làm khu sơ tán.**

**Hãy dùng nhà vệ sinh mà nhân viên khu sơ tán quy định.**

断水などで建物内のトイレが使えないこともあります。  
**決められたトイレを使ってください。**

**Đọc thông báo**  
情報確認



**Hãy đọc thông báo được dán tại bảng quy định trong khu sơ tán. Nếu bạn không hiểu nội dung, hãy nhờ nhân viên khu sơ tán giải thích. Hoặc có thể dùng ứng dụng dịch Google miễn phí thông qua camera điện thoại thông minh.**

避難所の掲示板で新しい情報を確認してください。  
分からない時は、避難所の人に聞いて、説明してもらおうか、スマートフォンのカメラを使って、翻訳アプリで、映したポスターや看板などの文字を翻訳可能です。

