



៦ ព័ត៌មានសមខាងៗ



៧ សេចក្តីផ្តល់ដំណឹងពេលមានអាសន្ន



緊急カード
ប័ណ្ណសង្គ្រោះបន្ទាន់

- សូមយកតាមខ្លួនការពារពេលមានអាសន្ន
- ពេលនិយាយទូរស័ព្ទសូមនិយាយយឺតៗ

List

- ① . . . ● ព័ត៌មានសំខាន់
- ② . . . ● សេចក្តីណែនាំស្តីពីប័ណ្ណសន្តិសុខ
- ③ . . . ● ព័ត៌មានអង្គការ
- ④ . . . ● អង្គការ
- ⑤ . . . ● ជំងឺ របួស ភ្លាមៗ
- ⑥ . . . ● ពាក្យប្រើនៅពេលមានជំងឺ
- ⑦ . . . ● រញ្ជួយដី
- ⑧ . . . ● របស់នាំយកទៅពេលមានអាសន្ន
- ⑨ . . . ● លេខស្នាក់នៅ
- ⑩ . . . ● ភ្ញៀវ ពុទ្ធ
- ⑪ . . . ● ការប្រកាសអោយធ្វើការ ជម្រុះសំណល់ក្រុង និងការព្យាបាលអាកាសធាតុ
- ⑫ . . . ● របៀបបត់ប័ណ្ណអាសន្ន

●公益財団法人 愛媛県国際交流協会 ●URL <http://www.epic.or.jp>

●មជ្ឈមណ្ឌលអន្តរជាតិប៊ែតូអេហ្វិមី

●住所：松山市道後一萬1-1 ●អាស៊ីយ៉ាមា Matsuyama-shi Dōgoichiman 1-1
●電話：089-917-5678 ●លេខទូរស័ព្ទ 089-917-5678

Safety Tips (5 言語対応) **កម្មវិធីបកប្រែ Safety Tips (បកប្រែ5ភាសា)**

គឺជាកម្មវិធីស្ថិតនៅលើទូរស័ព្ទដែលមានប្រមូលផ្តុំព័ត៌មានដូចជា ការព្យាបាលអាកាសធាតុ ការដឹកជញ្ជូន និងព័ត៌មានស្តីពីបណ្តាស្ថានភាពជាដើម

※ Download for Android <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips&hl=ja>
※ Download for ios <https://itunes.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174?mt=8>

在日大使館や領事館のリスト(2言語対応)
ស្ថានទូតនិងកុងស៊ុលប្រចាំប្រទេសជប៉ុន(បក្សាខាងលើ)

<https://www.mofa.go.jp/mofaj/link/embassy.html>

JNTO (日本政府観光局) (16 言語対応)
J N T O (ក្រុមប្រឹក្សាទេសចរណ៍ជប៉ុន) (បកប្រែ16ភាសា)

ប្រមូលផ្តុំព័ត៌មាន ការព្យាបាលអាកាសធាតុ ព័ត៌មានអំពីការដឹកជញ្ជូន

<https://www.jnto.go.jp/>

NHKワールド テレビ&ラジオ (18言語対応)
ទូរទស្សន៍ NHK និងស្ថានីយ៍វិទ្យុ (បកប្រែ18ភាសា)

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

NHK NEWS WEB EASY (やさしい日本語対応)
NHK NEWS WEB EASY (ភាសាជប៉ុនងាយៗ)

<https://www3.nhk.or.jp/news/easy/>

ひめじェルター (5言語対応) **ហេមេសែលជឺ (បកប្រែ5ភាសា)**

វាគឺជាកម្មវិធីស្ថិតនៅលើទូរស័ព្ទដែលមានប្រមូលផ្តុំព័ត៌មានទាក់ទងនឹងគ្រោះមហន្តរាយ មជ្ឈមណ្ឌលជម្រុះសំណល់ក្រុងខេត្តអេហ្វិមី

※ Download for Android <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.ehime.pref.bousai&hl=ja>
※ Download for ios <https://itunes.apple.com/jp/app/id1361507813?ls=1&mt=8>

愛媛県 (5言語対応)
ខេត្តអេហ្វិមី (បកប្រែ5ភាសា)

<https://www.pref.ehime.jp/>

Googleパーソンファインダー **កម្មវិធីបកប្រែ Google**

អ្នកអាចពិនិត្យមើលសុវត្ថិភាពគ្រួសារនិងមិត្តប្រសំអ្នកបាន

<https://www.google.org/personfinder/global/home.html>

災害時の公衆無線LAN
បណ្តាញត្រួតខ្សែសាធារណៈប្រើនៅពេលមានគ្រោះអាសន្ន

SSID "0000JAPAN" អាចប្រើដោយមិនគិតថ្លៃនៅពេលមានគ្រោះមហន្តរាយ

えひめ医療情報ネット (2言語対応)
ព័ត៌មានវេជ្ជសាស្ត្រខេត្តអេហ្វិមី (បកប្រែ2ភាសា)

<https://www.ehime.jp/qc38/qapor/kenmintop/>

気象庁 (2言語対応)
ទិវិភាគវាតាកម្មវិធីជប៉ុនៗ (បក្សាខាងលើ)

<https://www.jma.go.jp/jma/index.html>

●「このカードを受け取ったら、必要に応じて、(警察署) (消防署) (避難所) (市役所) (家族・友人・知人)へ (連絡してください) (連れて行ってください)」と書いてあります。

●នៅពេលអ្នកទទួលបានកាតនេះនិងឃើញមានសរសេរថាសូមនាំខ្ញុំទៅសូមនាំនាក់ទំនងទៅ ស្ថានីយ៍ប៉ូលីស ទីស្នាក់ការពន្លត់អគ្គិសនី មណ្ឌលជម្រុះសំណល់ក្រុង គ្រួសារ មិត្តភក្តិ អ្នកស្នាក់ជាដើម

連絡してください
សូមទំនាក់ទំនងទៅ

連れて行ってください
សូមនាំខ្ញុំទៅ/សូមជូនខ្ញុំទៅ

 警察署 ស្ថានីយ៍ប៉ូលីស	 消防署 ទីស្នាក់ការ ពន្លត់អគ្គិសនី	 避難所 មណ្ឌលជម្រុះសំណល់	 市役所 សាលាក្រុង
---------------------------	--	-----------------------------	----------------------

電話番号 លេខទូរស័ព្ទ

 家族 គ្រួសារ	 友人 មិត្តភក្តិ	 知人 អ្នកស្គាល់	—	—
—	—	—	—	—

៣ ពន្លត់អគ្គិសនី



HELP!

សូមស្រែកប្រកាសដោយសម្លេងខ្លាំងៗដើម្បីផ្តល់ដំណឹងដល់អ្នកជិតខាង

ប្រើឧបករណ៍ពន្លត់អគ្គិសនីពន្លត់ភ្លើងមានដែលមានទំហំតូច

បើភ្លើងមានទំហំធំហើយមានកម្ពស់ខ្ពស់សូមរត់គេចអោយឆ្ងាយ

សូមកុំប្រើជណ្តើរយន្តពេលជម្រុះសំណល់

សូមបន្ទៀបខ្លួនហើយរត់ចេញអោយឆ្ងាយ

៤ អគ្គិសនី



ផ្នែកអក្សរឡាតាំងពណ៌បៃតងតំណាងអោយភាសាជប៉ុនអ្នកអាចស្តាប់លឺជាភាសាជប៉ុនពេលអ្នកនិយាយ

119 ស្ថានីយ៍ពន្លត់អគ្គិសនី → អ្នក

● 火事ですか、救急ですか?
● Kaji desuka, kyuukyuu desuka?
(តើមានភ្លើងឬគ្រោះអាសន្នទេ?)

● 〇〇〇です。近くに〇〇〇があります。
● 〇〇〇desu. Chikaku ni 〇〇〇 ga arimasu.
(នៅ〇〇〇 មាន〇〇〇នៅជិតនេះ)

● 場所はどこですか?
● Basho wa doko desuka?
(នៅកន្លែងណា?)

● 〇〇〇が燃えています。
● 〇〇〇 ga moete imasu.
(〇〇〇កំពុងឆេះ)

● 何が燃えていますか?
● Nani ga moete imasu?
(តើអ្វីកំពុងឆេះ?)

● 怪我や逃げ遅れた人はいませんか?
● Kega ya nigeokureta hito wa imasenka?
(តើមានមនុស្សរបួសដូចជាជនគ្រោះភ្លើងទេ?)

● あなたの名前を教えてください。
● Anata no namae wo oshiete kudasai.
(សូមប្រាប់ឈ្មោះរបស់អ្នក)

● 私の名前は〇〇〇です。
● 〇〇〇 desu.
(ខ្ញុំឈ្មោះ:〇〇〇)

● 電話番号を教えてください。
● Denwabangoo wo oshiete kudasai.
(សូមប្រាប់លេខទូរស័ព្ទរបស់អ្នក)

● 私の電話番号は〇〇〇です。
● [] desu.
(លេខទូរស័ព្ទរបស់ខ្ញុំគឺ 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)

៥ ជំងឺ របួស ភ្លាមៗ



ផ្នែកអក្សរឡាតាំងពណ៌បៃតងតំណាងអោយភាសាជប៉ុនអ្នកអាចស្តាប់លឺជាភាសាជប៉ុនពេលអ្នកនិយាយ

119 ស្ថានីយ៍ពន្លត់អគ្គិសនី → អ្នក

● 火事ですか、救急ですか?
● Kaji desuka, kyuukyuu desuka?
(តើមានភ្លើងឬគ្រោះអាសន្នទេ?)

● 〇〇〇です。近くに〇〇〇があります。
● 〇〇〇desu. Chikaku ni 〇〇〇 ga arimasu.
(នៅ〇〇〇 មាន〇〇〇នៅជិតនេះ)

● 場所はどこですか?
● Basho wa doko desuka?
(នៅកន្លែងណា?)

● どうしましたか?
● Doo shimashitaka?
(អោយ:ជំងឺរបួសណា?)

● 私の名前は〇〇〇です。
● 〇〇〇 desu.
(ខ្ញុំឈ្មោះ:〇〇〇)

● あなたの電話番号を教えてください。
● Anata no denwabangou wo oshiete kudasai.
(សូមប្រាប់លេខទូរស័ព្ទរបស់អ្នក)

● 私の電話番号は〇〇〇です。
● [] desu.
(លេខទូរស័ព្ទរបស់ខ្ញុំគឺ 〇〇〇-〇〇〇-〇〇〇〇)

៦ ពាក្យប្រើនៅពេលមានជំងឺ



ផ្នែកអក្សរឡាតាំងពណ៌បៃតងតំណាងអោយភាសាជប៉ុនអ្នកអាចស្តាប់លឺជាភាសាជប៉ុនពេលអ្នកនិយាយ

● けがをしています。(ខ្ញុំគ្រោះរបួស) ● Kega wo shite imasu.

● 体調が悪いです。(ខ្ញុំអត់ស្រួលខ្លួន) ● Taichoo ga warui desu.

● 意識がありません。(សន្លប់/ចាត់បង់ស្មារតី) ● Ishiki ga arimasen.

● 呼吸をしていません。(អត់ដកដង្ហើម) ● Kokuuu wo shite imasen.

● 薬を飲んでいません。(លេបថ្នាំ) ● Kusuri wo nonde imasu.

● アレルギーがあります。(មានប្រតិកម្ម) ● Arerugii ga arimasu.

● 妊娠しています。(មានផ្ទៃពោះ) ● Ninshin shite imasu.

音声翻訳アプリ『VoiceTra』 **កម្មវិធីបកប្រែ『VoiceTra』**

ជាកម្មវិធីបកប្រែពាក្យមួយមានប្រមូលផ្តុំភាសាជាច្រើនដែលមានសមត្ថភាពបកប្រែពេលយើងនិយាយទៅកាន់វា (បកប្រែពេល១ភាសា)

※ Download for Android <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.go.nict.voicetra>
※ Download for ios <https://itunes.apple.com/jp/app/id581137577?mt=8>

៖ របស់នាំយកទៅពេលភៀសខ្លួន

• ធ្វើយ៉ាងណាអាចប្រើដៃទាំងពីរ
ដើម្បីកាត់ដោយស្រួលធ្វើការភៀសខ្លួនសូមរៀបចំសាកកម្ម

- បណ្ណស្នាក់នៅ
- លិខិតឆ្លងដែន
- កាតធានីសៀវភៅសន្សំ ប្រាក់សុទ្ធ

• ប្រាក់សុទ្ធមានកាក់10/100យ៉េនកាន់តែល្អប្រោះងាយស្រួលប្រើ

- ទឹក អាហារ
- ពិល អាភ្លៀង
- សម្លៀកបំពាក់សម្រាប់ឆ្លាស់ប្តូរ កន្លែងពោះគោ

- ថ្នាំពេទ្យប្រចាំកាយ
- ក្រណាត់កន្ទុបទាក់ សំឡីអនាម័យ ក្រដាសជូតម៉ាត់
- ឆ្នាំងសាកទូរស័ព្ទ ថង់ត្រាស្តូច



រត់ តើគួរភៀសខ្លួនទៅខាងណា?

- ចាក់សោរបង្ហូរឬទ្វារ
- បិទភ្លើងហ្គាសទឹកជាដើម
- យកអ្វីដែលអ្នកត្រូវការទៅជាមួយដូចជាការប្រើពេលរត់ភៀសខ្លួន
- ពាក់ស្បែកជើងប៉ាតា
- កុំប្រើដំណើរយន្ត ប្រអប់
- នៅពេលបើកបរចូលចត ទ្វារនៅខាងឆ្វេងដៃ។ ចំហរទ្វារ ទ្វារចោលកុំចាក់សោ
- មជ្ឈមណ្ឌលជម្លៀស
- នៅពេលគ្រោះមហន្តរាយ រៀបចំនិងកើតឡើងឬបានកើតឡើងហើយអ្នកអាចប្រើវាបាន អ្នកណាក៏អាចប្រើវាបានអ្នកអាចស្នាក់នៅបានរហូតដល់ ប្រាក់ដីជាមានសុវត្ថិភាពបើផ្ទះរបស់អ្នកខូចខាតខ្លាំងមិនមាន កន្លែងនៅអ្នកអាចភៀសខ្លួនទៅនៅមណ្ឌលជម្លៀសបាន មុនគ្រោះថ្នាក់មហន្តរាយកើតឡើង យល់ល្អសូមធ្វើការស្រាវជ្រាវ និងចំណាំមណ្ឌលជម្លៀសទុកជាមុន សាលារៀន កន្លែងហាត់ប្រាណតាមសាលារៀន សាលាសាធារណៈជាដើម។

参考 សូមធ្វើតាម⑧
របស់នាំយកទៅពេលភៀសខ្លួន → ⑧

⑦ ព្យាយាម



កំពុងព្យាយាម ឈប់ព្យាយាម

- ការការពារសុវត្ថិភាពផ្ទាល់ខ្លួនរបស់អ្នក
- ចូលក្រោមតុបូកៅអីដែលរឹងមាំ
- នៅពេលគ្មានតុសូមការពារក្បាលរបស់អ្នកដោយប្រើកាយឬប្តូរខ្នើយ
- ចេញឆ្ងាយពីបង្អួចឬធ្នើរធំៗ
- ពេលរត់ភៀសខ្លួនកុំស្ទុះស្លោល
- ពិនិត្យមើលច្រកចេញ
- បើកទ្វារឬបង្អួច
- ពេលអ្នកនៅសណ្ឋាគារឬក្រុមហ៊ុនសូមធ្វើតាមការណែនាំរបស់បុគ្គលិកនៅសណ្ឋាគារនិងក្រុមហ៊ុន

ひめシェルター (5言語対応) ហេមែសែលធីរ (បកប្រែ5ភាសា)
វាគឺជាកម្មវិធីស្ថិតស្ថានមានប្រមូលផ្តុំព័ត៌មានទាក់ទងនឹងគ្រោះមហន្តរាយ មជ្ឈមណ្ឌលជម្លៀសនៅក្នុងខេត្តអែហ្វឹម
* Download for Android <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.ehime.pref.bousai&hl=ja>
* Download for ios <https://itunes.apple.com/jp/app/id1361507813?l=1&mt=8>



ពិនិត្យមើលភ្លើង ពិនិត្យមើលព័ត៌មានត្រឹមត្រូវ

- បិទភ្លើងចង្រានហ្គាស
- ប្រមូលព័ត៌មានត្រឹមត្រូវតាមទូរទស្សន៍វីទ្យូអិនធីណេតស្ថាតហ្វូនជាដើម

参考 សូមធ្វើតាមវិធី③
ពន្លត់អគ្គិសនី → ③

参考 សូមធ្វើតាមវិធី①
ព័ត៌មានសំខាន់ៗ → ①

- * កុំបង្ខំសូមជួយគ្នាទៅវិញទៅមកតាមដែលអាចធ្វើទៅបាន
- * នៅពេលអ្នកត្រូវការជំនួយសូមជំនួយពីអ្នកដទៃ

⑨ រលកស្នូណាមី

• ជាម្យ៉ាងណាច្បាប់ប្រទេសជប៉ុនមាន គ្រោះព្យាយាមជាច្រើនកើតឡើង នៅពេលមានព្យាយាមដំបូង សមុទ្រនិងមានរលកយក្សស្នូណាមី

• ពេលមានព្យុះមក គឺកើតឡើងពីសមុទ្រដែល មានកំពស់ខ្ពស់បន្ទប់ពីព្យាយាមដ៏មានរលកដែលមាន កំពស់ខ្ពស់បកបោកសូមកុំទៅជិតសមុទ្រឬស្ទឹងនៅជិតសមុទ្រ។

រលកស្នូណាមីពេលព្យាយាម

- អ្នកនៅជិតសមុទ្រសូមភៀសខ្លួនទៅកន្លែងខ្ពស់
- រលកយក្សស្នូណាមីអាចកើតមានទោះបីមិនមានព្យាយាមដ៏ដោយ
- រលកស្នូណាមីកើតឡើងច្រើនដង

⑩ ភ្លៀងធំ ព្យុះ

ភ្លៀងធំ

• ទឹកអាចចូលក្នុងផ្ទះ។ ពេលមានភ្លៀងធ្លាក់ខ្លាំងសូមកុំទៅទន្លេ សមុទ្រឬភ្នំ។ បរិមាណទឹកកើនឡើងខ្ពស់ណាស់អាចមានផ្ទាំងថ្មប្រឡាក់ចាក់ធ្លាក់ពីលើភ្នំ។

ព្យុះ

• ព្យុះមកនាពេលរដូវក្តៅដល់រដូវស្លឹកឈើជ្រុះនៅពេលមានព្យុះគឺមានភ្លៀងធ្លាក់ខ្លាំង និងមានខ្យល់បកយ៉ាងខ្លាំង អ្វីគ្រប់យ៉ាងអាចធ្លាក់ពីកន្លែងខ្ពស់ទៅតាមកម្លាំងនៃខ្យល់សូមប្រុងប្រយ័ត្នសម្ភារៈរបស់អ្នក

参考 សូមធ្វើតាម①
ព័ត៌មានសំខាន់ៗ → ①

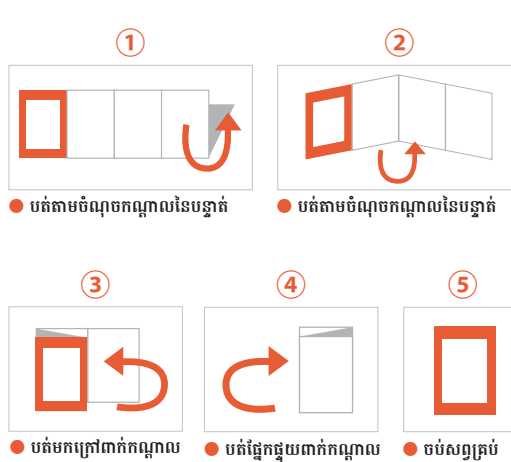
⑪ ការប្រកាសអោយធ្វើការ ជម្លៀសពីភូមិក្រុង និងការព្យាករណ៍អាគាសធាតុ

特別警報 ការផ្តល់ព័ត៌មានពិសេស	មានហានិភ័យនៃ គ្រោះមហន្តរាយដ៏ធំមួយសូម តាមដានព័ត៌មានព្រឹត្តិការណ៍	ខ្ពស់
警報 ការផ្តល់ព័ត៌មាន	កំពុងស្ថិតក្នុងស្ថានភាពគ្រោះ ថ្នាក់ គ្រោះមហន្តរាយអាចកើតមាន	មធ្យម
注意報 ព័ត៌មានប្រុងប្រយ័ត្ន	មានហានិភ័យនៃគ្រោះថ្នាក់ដ៏ធំមួយ	ទាប
大津波警報 ព័ត៌មានរលកស្នូណាមី	អ្នកនៅជិតសមុទ្រឬស្ទឹង សូមរត់ភៀសខ្លួនទៅកន្លែងខ្ពស់ភ្លាម	ខ្ពស់
津波警報 ព័ត៌មានរលកស្នូណាមី	ប្រញាប់រត់ទៅកន្លែងខ្ពស់ភ្លាម	មធ្យម
津波注意報 ប្រុងប្រយ័ត្នរលកស្នូណាមី	សូមចេញអោយឆ្ងាយពីសមុទ្រ	ទាប

• ការឆ្លើយតបភូមិក្រុងមានតួនាទីផ្តល់ដំណឹងជូនប្រជាជនពីហានិភ័យគ្រោះមហន្តរាយនានា

避難指示 ការណែនាំពេលជម្លៀស	ស្ថានភាពគ្រោះថ្នាក់សូមរត់ភៀសខ្លួនភ្លាម	ខ្ពស់
避難勧告 ប្រកាសអាសន្នជម្លៀស	ស្ថិតនៅក្នុងស្ថានភាពគ្រោះថ្នាក់សូមកាត់ខ្លួនទៅកន្លែងជម្លៀសអោយបានមុនពេលយប់ៗនៅពេលដែលទឹកចូលលិចផ្ទះសូមឡើងទៅជាន់ទីពីរ	មធ្យម
避難準備 ត្រៀមធ្វើការជម្លៀស	កន្លែងជម្លៀសអាចប្រើបាន ជនបរទេសដែលមិនសូវយល់ភាសាជប៉ុនសូមត្រៀមកាតស្កាន សូមពិនិត្យទីតាំងជម្លៀសនៅក្បែរទោះ	ទាប

⑫ របៀបបត់ប័ណ្ណអាសន្ន



- សូមយកតាមខ្លួនការពារពេលមានអាសន្ន
- ពេលនិយាយទូរស័ព្ទសូមនិយាយមួយៗយឺតៗ
- កិច្ចប្រឹងប្រែងទាំងនេះត្រូវបានធ្វើដោយក្រុមប្រឹក្សាអាជ្ញាធរមូលដ្ឋាននៃទំនាក់ទំនងអន្តរជាតិ