

เมื่อเกิดภัยพิบัติจะต้องอพยพได้ทันที จึงควรเตรียมตัวให้พร้อมเสมอ โดยการจัดสิ่งของที่จำเป็นไว้ในเป้ และเก็บเป็นน้ำไว้ในที่ที่สามารถหยิบได้ง่าย



**ตรวจสอบ** **สิ่งจำเป็น** **ยามฉุกเฉิน**



อาหาร	การปฐมพยาบาลและมาตรการความปลอดภัย	ของมีค่า
<input type="checkbox"/> น้ำดื่ม (ประมาณ 2-3 ลิตรต่อคนต่อวัน) <input type="checkbox"/> อาหารฉุกเฉิน (อาหารกระป๋อง ขนมปังแห้ง อาหารแพคสุญญากาศ ฯลฯ) <input type="checkbox"/> อาหารสำหรับพกพา (ซีอ็อกโกแลต ลูกอม อื่น ๆ) <input type="checkbox"/> นมผงและขวดนม (กรณีมีทารก) พยายามเตรียมอาหารสำหรับการบริโภค ประมาณ 3 วันขึ้นไป (หรือหนึ่งสัปดาห์ หากเป็นไปได้)	<input type="checkbox"/> ยาสามัญประจำบ้าน (ยาระบายย่อยอาหาร ยาแก้หวัด ฯลฯ) <input type="checkbox"/> ผ้าพันแผล, ผ้ากอซ, พลาสเตอร์ <input type="checkbox"/> ยาสำหรับผู้ที่มีโรคประจำตัว <input type="checkbox"/> หมวกนิรภัย หรือสูตนิรภัย <input type="checkbox"/> นกหวีด <input type="checkbox"/> สมุดบันทึกยา 	<input type="checkbox"/> เงินสด (จำเป็นต้องใช้เหรียญด้วย) <input type="checkbox"/> สมุดเงินฝากออมทรัพย์และตราประทับของตนเอง <input type="checkbox"/> บัตรเครดิต และบัตรต่างๆ <input type="checkbox"/> บัตรประกันสุขภาพ <input type="checkbox"/> ใบขับขี่ หรือเอกสารเพื่อระมัดระวังตัวอื่น ๆ 
เสื้อผ้า ฯลฯ	สิ่งที่ต้องใช้ในชีวิตประจำวันต่าง ๆ	
<input type="checkbox"/> เสื้อผ้า (เนื้อหนาและเนื้อบาง) <input type="checkbox"/> ชุดชั้นใน <input type="checkbox"/> ผ้าเช็ดตัว ผ้าห่ม <input type="checkbox"/> ถุงมือ ถุงมือเอนกประสงค์ <input type="checkbox"/> ถุงนอน <input type="checkbox"/> อุปกรณ์กันฝน <input type="checkbox"/> รองเท้า (รองเท้าแตะ ฯลฯ) 	<input type="checkbox"/> ถุงพลาสติก <input type="checkbox"/> กระดาษหนังสือพิมพ์ <input type="checkbox"/> เทียนและไฟแช็ก <input type="checkbox"/> มีด ที่เปิดกระป๋อง <input type="checkbox"/> กระดาษทิชชู <input type="checkbox"/> ทิชชูเปียก <input type="checkbox"/> ไฟฉาย (แบตเตอรี่สำรอง) <input type="checkbox"/> วิทียุพกพา (แบตเตอรี่สำรอง) <input type="checkbox"/> โทรศัพท์มือถือ (ที่ชาร์จและแบตเตอรี่) <input type="checkbox"/> เครื่องเขียน (ปากกาหมึกน้ำมัน) <input type="checkbox"/> อุปกรณ์ล้างหน้า <input type="checkbox"/> แวนตา <input type="checkbox"/> หน้ากาก <input type="checkbox"/> ถุงอุ่นแบบใช้แล้วทิ้ง <input type="checkbox"/> ผ้าอ้อมกระดาษ <input type="checkbox"/> ผ้าอนามัย <input type="checkbox"/> ถุงสุขา <input type="checkbox"/> เทปผ้า <input type="checkbox"/> เชือก <input type="checkbox"/> แผนที่ (แผนที่การเกิดภัย) 	

**การเตรียมสัตว์เลี้ยงให้พร้อมเป็นความรับผิดชอบของเจ้าของ**

**สิ่งของที่จำเป็นสำหรับสัตว์เลี้ยงที่อพยพ**

- อาหารปริมาณสำหรับ 3 วัน (อาหารแห้ง)
- น้ำปริมาณสำหรับ 3 วัน
- ภาชนะ (สำหรับใส่อาหาร)
- สายจูงและปลอกคอ
- อุปกรณ์เช็ดสิ่งขับถ่าย
- แผ่นรองขับสำหรับสัตว์เลี้ยง



**กรุณาเตรียมกรงหรือรถเข็น**

เตรียมกรงหรือรถเข็นสัตว์เลี้ยง และทำสัญลักษณ์เตรียมไว้ การนำสัตว์เลี้ยงใส่ไว้ในรถเข็นจะช่วยป้องกันการหลบหนี และป้องกันไม่ให้เกิดการบาดเจ็บจากอุบัติเหตุระหว่างการอพยพ

**สัตว์เลี้ยงต้องได้รับการฝึกอย่างเหมาะสม**

มีผู้คนจำนวนมาก ณ จุดรองรับการอพยพ ดังนั้น การฝึกสัตว์เลี้ยงให้ไม่ส่งเสียงเห่าตลอดเวลา หรือสามารถสั่งให้รอ ฯลฯ ได้เป็นเรื่องสำคัญของการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับสัตว์เลี้ยง นอกจากนี้ การคำนึงถึงผู้ที่ไม่ชอบอยู่ใกล้สัตว์เป็นสิ่งที่สำคัญเช่นกัน



**การเตรียมเสบียงและการแจกจ่ายเสบียงภายในที่อยู่อาศัย**

**ใส่ใจเรื่องการเตรียมเสบียงและการแจกจ่ายเสบียงภายในที่อยู่อาศัยเสมอ**

ซื้ออาหารและของใช้จำเป็นมากกว่าที่ต้องใช้ในชีวิตประจำวันเล็กน้อย แล้วใช้วนไปเป็นวิธีเตรียมพร้อมสำหรับกรณีฉุกเฉิน



**ความสำคัญของการเตรียมความพร้อมที่บ้าน**

คาดการณ์ได้ว่าสาธารณูปโภคต่างๆ เช่น ไฟฟ้า แก๊ส น้ำประปา อาจจะถูกตัดหรือสิ่งของที่ส่งไปช่วยเหลืออาจหยุดชะงัก ผู้อยู่อาศัยจำนวนมากที่อาจรอดพ้นจากการที่บ้านพังหลายแต่ก็ยังคงต้องประสบกับปัญหาการดำเนินชีวิตที่ต้องติดอยู่ภายในบ้านหลังเกิดภัยพิบัติขึ้นแล้ว ดังนั้นในแต่ละบ้านควรเตรียมของกินของใช้จำเป็นติดไว้ให้เพียงพอสำหรับ 3 วันเป็นอย่างน้อย (หรือหนึ่งสัปดาห์หากเป็นไปได้)

- รายการต่อไปนี้เป็นตัวอย่างเป็นตัวอย่างที่น้อยที่สุดของสิ่งที่ควรเตรียม

**อาหาร**

- น้ำ (สำหรับดื่มและทำอาหาร)
- อาหารหลัก (ข้าว ข้าวแพคสุญญากาศ บะหมี่กึ่งสำเร็จรูป อื่น ๆ)
- กับข้าว (อาหารแพคสุญญากาศ ฯลฯ)
- อาหารกระป๋อง (เนื้อ ปลา ผัก ฯลฯ)
- น้ำผัก
- อาหารที่สามารถรับประทานได้โดยไม่ต้องปรุงสุก (ไส้กรอก ปลาอัดแห้ง ซีส ฯลฯ)
- เครื่องปรุงรส (มิโซะ โชยุ น้ำตาล ฯลฯ)
- ขนม
- ผลิตภัณฑ์เสริมอาหาร

**สิ่งจำเป็นในชีวิตประจำวัน**

- ไฟฉาย
- แบตเตอรี่
- ยารักษาโรคประจำตัว และยาสามัญประจำบ้าน
- น้ำที่ใช้ในชีวิตประจำวัน
- วิทียู
- ถุงสุขา
- ไฟแช็ก
- เต้าพุกพาและกระป๋องแก๊ส
- ถุงขยะขนาดใหญ่และถุงขยะทั่วไป
- แบตเตอรี่สำรองสำหรับโทรศัพท์มือถือ
- ผ้าอนามัย
- กระดาษทิชชู
- ทิชชูเปียก
- ถุงอุ่นแบบใช้แล้วทิ้ง
- ผ้าใบกันน้ำ
- เทปกา

สิ่งของอื่นๆ เช่น สิ่งที่ไม่เจอหาซื้อไม่ได้จะเกิดความลำบากก็ขอให้เตรียมไว้ให้พอใช้!

# ดำเนินการอย่างเหมาะสมด้วยข้อมูลที่ถูกต้อง

## ข้อมูลจากเมืองเอบินะ

เมืองเอบินะจะส่งข้อมูลผ่านช่องทางต่าง ๆ

## การป้องกันภัยพิบัติแบบไร้สายจากภาครัฐ (ให้คำแนะนำผ่านเสียง)

เนื่องจากอาจได้รับผลกระทบเรื่องตำแหน่ง และสภาพอากาศในบริเวณได้ง่าย การป้องกันภัยพิบัติแบบไร้สายจากภาครัฐ จึงเป็นบริการให้คำแนะนำผ่านเสียง (teledome) สำหรับผู้ที่ไม่มีญาติด้านการได้ยิน

[หมายเลขโทรศัพท์ให้คำแนะนำผ่านเสียง

(teledome): **0180-994-050**

### (มีค่าบริการ)

\*ไม่สามารถใช้กับโทรศัพท์ IP หรือโทรศัพท์สายออปติคัลได้  
โทรศัพท์บ้านเสียค่าบริการตามปกติ

## วิทยุ FM ชุมชน

เราได้ทำข้อตกลง “ความร่วมมือในการออกอากาศข้อมูลเกี่ยวกับภัยพิบัติเมื่อเกิดภัยพิบัติขึ้น” กับ FM Kaon 84.2MHz (บริษัท เอบินะเอฟเอ็ม บรอดคาสติ้ง จำกัด) เพื่อนำเสนอข้อมูล



## เอบินะ เก็งกิ นาบี

แอปพลิเคชันทางการสำหรับสมาร์ทโฟนจัดทำโดยเมืองเอบินะ มีฟังก์ชันแจ้งเตือนที่ให้ข้อมูลการยับยั้งภัยพิบัติแบบเรียลไทม์



## โฮมเพจการป้องกันภัยพิบัติเมืองเอบินะ

<http://www.bousai.city.ebina.kanagawa.jp/>



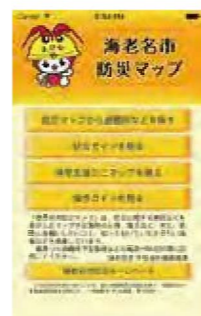
## โฮมเพจเมืองเอบินะ

<http://www.city.ebina.kanagawa.jp/>



## อาจมีประโยชน์ยามฉุกเฉิน: “แผนที่การป้องกันภัยพิบัติเมืองเอบินะ”

แอปพลิเคชันแผนที่การป้องกันภัยพิบัติของเมืองเอบินะ ที่จัดทำขึ้นโดยเมืองเอบินะ ประกอบด้วย “แผนที่ป้องกันภัยพิบัติ” ที่แสดงข้อมูลสถานที่เกี่ยวกับการป้องกันอุบัติเหตุและพื้นที่ที่คาดว่าจะเกิดน้ำท่วมขัง ฯลฯ รวมถึง “คู่มือแนะนำการป้องกันภัย” ที่ระบุเรื่องการเตรียมใจและเตรียมความพร้อมขณะเกิดภัยพิบัติ สิ่งในเมืองเอบินะใคร่ขอรับรองทุกท่าน รวมทั้งแผนที่ที่ช่วยเหลือนเราในการกลับเข้าไปที่พัก เมื่อดาวนโหลดแผนที่นี้เก็บไว้ในเครื่องแล้ว เราจะสามารถใช้งานได้แม้ไม่มีอินเทอร์เน็ต



Android 版



ios 版



## อีเมลภายในพื้นที่/อีเมลแจ้งเหตุด่วนฉุกเฉิน

มีข้อความส่งเข้าโทรศัพท์ทุกเครื่องที่อยู่ในพื้นที่ที่เมืองพร้อมกัน \*กรุณาตรวจสอบกับผู้ใช้บริการโทรศัพท์ของท่านว่าเครื่องโทรศัพท์ของท่านรองรับการใช้บริการนี้



## ช่องคานางาวะทีวี (tvk)

### การออกอากาศข้อมูล

สามารถดูเนื้อหาของบริการจดหมายข่าวเมืองเอบินะ



## วิทยุป้องกันภัยพิบัติ (มีค่าบริการ)

สามารถรับฟังเนื้อหาการออกอากาศผ่าน “การป้องกันภัยพิบัติแบบไร้สายจากภาครัฐ” ได้จากวิทยุป้องกันภัยพิบัติ กรณีที่รับสัญญาณ “การป้องกันภัยพิบัติแบบไร้สายจากภาครัฐ” ระบบจะทำการตัดสัญญาณเข้าสู่การออกอากาศเพื่อป้องกันภัยพิบัติ ถึงแม้ว่าจะกำลังฟังวิทยุปกติอยู่ก็ตาม



## บริการจดหมายข่าวเมืองเอบินะ

บริการส่งข้อมูลที่เป็นประโยชน์สำหรับชาวเมืองที่ไดลงทะเบียนไว้กับ “บริการจดหมายข่าวเมืองเอบินะ” อาทิ ประกาศแจ้งให้ทราบจากเมืองเอบินะ ข้อมูลโอเวนต์ ข้อมูลการป้องกันภัยพิบัติแบบไร้สายจากภาครัฐ ประกาศแจ้งให้ทราบจากตำรวจ ฯลฯ  
[วิธีการลงทะเบียน] ส่งอีเมลเปล่าไปที่ [ebina.i@mpx.wagmap.jp](mailto:ebina.i@mpx.wagmap.jp) จากนั้นจะมีเมลตอบกลับเพื่อบอกวิธีการลงทะเบียน โปรดตรวจสอบให้แน่ใจว่าได้ตั้งค่าเพื่อให้สามารถรับอีเมลโดเมน [@city.ebina.kanagawa.jp](mailto:@city.ebina.kanagawa.jp)



ตรวจสอบศูนย์อพยพจากแผนที่การเกิดภัยในหน้า 26-39

## สถานที่ที่เตรียมไว้สำหรับเป็นศูนย์อพยพ

“สถานที่ที่เตรียมไว้สำหรับเป็นศูนย์อพยพ” คือสถานที่ที่เตรียมไว้เพื่อเปิดรับเป็นศูนย์อพยพ และเป็นสถานที่สำหรับคุ้มครองชีวิตและความปลอดภัยของผู้ที่จำเป็นต้องอพยพอย่างไม่มีทางเลือกเป็นระยะเวลาหนึ่งหรือชั่วคราว กรณีที่เกิดภัยพิบัติขึ้นแล้วหรือมีความเสี่ยงที่จะเกิดภัยพิบัติ

	ชื่อสถานที่	ที่ตั้ง		ชื่อสถานที่	ที่ตั้ง
1	ศูนย์ชุมชนคาชิวากายะ	2-14-12 ชิโมเออิมามิ	17	โรงเรียนประถมศึกษาอิงคาชิวากายะ	6-9-7 อิงคาชิวากายะ
2	ศูนย์ชุมชนโอตะนิ	4-21-1 โอทานิ มินามิ	18	โรงเรียนประถมศึกษาโจเซอิ	1-23-1 คามิอิมามิ
3	ศูนย์ชุมชนนากานิดะ	2-16-14 นากานิดะ	19	โรงเรียนประถมศึกษาอารุเกะ	3-13-1 คาวาระงุชิ
4	ศูนย์ชุมชนคามิอิมามิ	1-5-32 คามิอิมามิ	20	โรงเรียนประถมศึกษานากานิดะ	1-15-1 นากานิดะ
5	ศูนย์ชุมชนโคกุนุ	4-14-1 โคกุนุ มินามิ	21	โรงเรียนประถมศึกษาโอทานิ	2-13-1 โคกุนุจิไต
6	ศูนย์ชุมชนซุงิคุโบะ	2-18-15 ซุงิคุโบะ คิตะ	22	โรงเรียนประถมศึกษาอาริมะและโรงเรียนมัธยมศึกษาอาริมะ	1784 นากาโงะอูจิ และ 4601 ฮงโง
7	ศูนย์ชุมชนคาโดซาวะบาชิและห้องสมุดอาริมะ	1-20-41 คาโดซาวะบาชิ	23	โรงเรียนประถมศึกษาซาเกะ	678 ซาเกะ
8	ศูนย์ชุมชนฮงโง	4626-1 ฮงโง	24	โรงเรียนประถมศึกษาคาโดซาวะบาชิ	1-19-1 คาโดซาวะบาชิ
9	ศูนย์ชุมชนซาเกะ	962 ซาเกะ	25	โรงเรียนประถมศึกษาซุงิคุโบะ	4-4-1 ซุงิคุโบะคิตะ
10	ศูนย์ชุมชนชิโมเออิมามิ	1-17-55 ชิโมเออิมามิ	26	โรงเรียนประถมศึกษาอิมามิ	2028 คามิอิมามิ
11	ศูนย์วัฒนธรรมคิตซุเสะ	4-40 คิตซุเสะ	27	โรงเรียนประถมศึกษาซุงิโมโตะ	4-10-1 โคกุนุ คิตะ
12	ศูนย์วัฒนธรรมโคกุนุจิไต	2-10-23 โคกุนุจิไต	28	โรงเรียนมัธยมศึกษาเอบินะ	3-11-1 โคกุนุ มินามิ
13	โรงยิมสวนโศกุนุ	6-14-1 คามิอิมามิ	29	โรงเรียนมัธยมศึกษาเคเซอิ	58 ชัตสูกิโจว
14	ศูนย์กิจกรรมประชาชนเมืองเอบินะ	51-2 ชัตสูกิโจว	30	โรงเรียนมัธยมศึกษาวากายะ	884 คาชิวากายะ
15	โรงเรียนประถมศึกษาเอบินะ	3-12-3 โคกุนุ มินามิ	31	โรงเรียนมัธยมศึกษาโอทานิ	2-10-1 โอทานิ มินามิ
16	โรงเรียนประถมศึกษาคาชิวากายะ	1090 คาชิวากายะ	32	โรงเรียนมัธยมศึกษาอิมามิ	1840 คามิอิมามิ

## สถานที่สำรองที่เตรียมไว้สำหรับเป็นศูนย์อพยพ

“สถานที่สำรองที่เตรียมไว้สำหรับเป็นศูนย์อพยพ” คือสถานที่ที่เตรียมไว้เพื่อเปิดรับเป็นศูนย์อพยพสำรอง และเป็นสถานที่สำหรับคุ้มครองชีวิตและความปลอดภัยของผู้ที่จำเป็นต้องอพยพอย่างไม่มีทางเลือกเป็นระยะเวลาหนึ่งหรือชั่วคราว ในกรณีที่ศูนย์อพยพที่เปิดใช้งานอยู่ไม่สามารถรองรับผู้ที่จำเป็นต้องอพยพอย่างไม่มีทางเลือก กรณีที่เกิดภัยพิบัติขึ้นแล้วหรือมีความเสี่ยงที่จะเกิดภัยพิบัติ

	ชื่อสถานที่	ที่ตั้ง
33	โรงเรียนมัธยมศึกษาจูโนเงียว โรงเรียนประจำเมืองคานางาวะ	4-12-1 นากานิดะ
34	โรงเรียนมัธยมศึกษาเอบินะ โรงเรียนประจำเมืองคานางาวะ	1-26-1 นากานิดะ
35	โรงเรียนมัธยมศึกษาอาริมะ โรงเรียนประจำเมืองคานางาวะ	240 ซาเกะ
36	คานางาวะโนเงียวคาเดมี โรงเรียนประจำเมืองคานางาวะ	5-1-1 ซุงิคุโบะคิตะ
37	โรงเรียนสนับสนุนเอบินะ โรงเรียนประจำเมืองคานางาวะ	4-5-1 นากานิดะ

## สถานที่ที่เตรียมไว้สำหรับเป็นศูนย์อพยพของผู้อพยพที่ต้องการการดูแลพิเศษ

“สถานที่ที่เตรียมไว้สำหรับเป็นศูนย์อพยพของผู้อพยพที่ต้องการการดูแลพิเศษ” คือสถานที่ที่เตรียมไว้เพื่อเปิดรับเป็นศูนย์อพยพสำหรับผู้อพยพที่ต้องการการดูแลพิเศษเมื่อเกิดเป็นระบบช่วยเหลือดูแลเป็นพิเศษขึ้นมาแล้ว และเป็นสถานที่สำหรับคุ้มครองชีวิตและความปลอดภัยของผู้ที่จำเป็นต้องคำนึงถึงเรื่องการให้ความช่วยเหลือดูแลเป็นพิเศษเนื่องจากบุคคลเหล่านั้นจะใช้ชีวิตอยู่ที่ศูนย์อพยพได้ยากลำบาก (ผู้สูงอายุและผู้พิการ ฯลฯ) เป็นระยะเวลาหนึ่งหรือชั่วคราว กรณีที่เกิดภัยพิบัติขึ้นแล้วหรือมีความเสี่ยงที่จะเกิดภัยพิบัติ

	ชื่อสถานที่	ที่ตั้ง
38	อาคารสวัสดิการแบบบูรณาการ	6-3 เมงุมิโจว
39	อาคารวากาเบะ	383-1 นากานิดะ

## สถานที่พักชั่วคราว

“สถานที่พักชั่วคราว” คือสถานที่ที่เตรียมไว้เพื่อเปิดรับเป็นสถานที่พักชั่วคราว และเป็นสถานที่สำหรับคุ้มครองชีวิตและความปลอดภัยของผู้ที่ติดค้างอยู่ที่สถานีรถไฟซึ่งต้องเดินทางกลับบ้านเนื่องจากรถไฟหยุดวิ่ง ฯลฯ หรือผู้ที่เดินทางกลับที่พักอาศัยลำบากและกำลังรวบรวมข้อมูลการคมนาคมเนื่องจาก การสัญจรถูกปิดกั้น ฯลฯ เป็นระยะเวลาชั่วคราว กรณีที่เกิดภัยพิบัติขึ้นแล้วหรือมีความเสี่ยงที่จะเกิดภัยพิบัติ

	ชื่อสถานที่	ที่ตั้ง
40	ศูนย์วัฒนธรรมและห้องสมุดกลาง	6-1 เมงุมิโจว และ 7-1 เมงุมิโจว