＊बाहिर हुनुभएको बेलामा ＊

(1) ब्लकको पर्खालहरू र भेन्दिङ्ग मेसिनबाट टाढा हुने

(2) साइन बोर्ड तथा झ्यालको सिसा आदि झर्न सक्ने हुँदा याद गरौं ।

＊स्कूल र पसल आदि भित्र हुनु भएमा ＊

(1) टाउको लाई जोगाउने

(2) झुन्डिएको सिलिङ्ग बत्तीलाई याद गरौं

(3) आत्तिएर बाहिर नभाग्ने

●कम्पन मत्थर भएपछि ●

① बाहिर वरपर हेर्ने・・・सुरक्षित भए नभएको पुष्टि

② ग्यास बालेको छभने निभाउने

③ ढोका खोली बाहिर निस्कने बाटो बनाउने

④ TV र रेडियो खोलेर जानकारी भेला गरौं・・・विदेशी भाषाहरूमा प्रसारण गरिन्छ ।

विस्तृत जानकारीको लागि पेज न.20 मा

⑤ सुनामीलाई याद गरौं・・・समुन्द्रको नजिक नजाने सके सम्म चाँडो,अग्लो र टाढा जानुहोस्

⑥ वरपर मान्छेहरुसँग कुरा गरेर, एक अर्कालाई सहयोग गर्ने

⑦ घर खतरनाक हुने बेलामा, आश्रयस्थल आदिको सुरक्षित ठाउँमा जानुहोस

【भूकम्प प्रारम्भिक चेतावनी】

यो ठूलो भूकम्प आउनु अगाडी, भूकम्पको सूचित गर्ने प्रणाली हो । मोबाइल फोन बाट विशेष किसिमको सतर्क आवाज बज्दछ। बिस्तृत जानकारीका लागि, आफुले चलाउने मोबाइल फोन कम्पनीमा सोध्नुहोला।

भूकम्पको लागि गर्नुपर्ने तयारी, भूकम्प गएको अवस्थामा अपनाउनुपर्ने विधिको बारेमा, सजिलोसँग बुझिने गरि व्याख्या गरेकोछौ ।

●बहुभाषामा प्रकोप रोकथाम भिडियो「भूकम्प ! त्यस्तोबेलामा के गर्ने ?」

https://www.youtube.com/watch?v=cGACiEuK7Ww

(जा, अं, चा, को, भियतनामी, नेपाली र अन्य 6 वटा भाषाहरु)

●पुस्तिका「भूकम्पबाट आफ्नो ज्यान बचाउनको लागि सल्लाह」

SenTIA अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध विभागको HP

https://int.sentia-sendai.jp/n/download/information/bousai_nepal.pdf

(जा, अं, चा, को, भियतनामी, नेपाली र अन्य 5 वटा भाषाहरु)

※ सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्रमा, पुस्तिकाहरु नि:शुल्क वितरण गरिन्छ ।

ताईफुन र भारीवर्षा

वर्षाको लागि पहिले देखीनै सावधानी अपनाउन जरुरी छ। मौसम पूर्वानुमानलाई ध्यानपूर्वक जाँच गर्नुहोस । त्यसैगरी भूकम्पको सावधानी जस्तै, आश्रय गर्ने ठाउँ, परिवार वा साथीहरूलाई सम्पर्क गर्ने तरिका,लिएर जानुपर्ने सामानहरूको तयारी, यस क्षेत्रको व्यक्तिहरूसँग कुराकानी गर्नु पनि महत्वपूर्ण हुन्छ ।

●ताईफुन तथा भारी वर्षा हुनुभन्दा अगाडी गर्न सकिने तयारी●

(1) हजाड नक्साको निश्चित गर्ने

सेन्दाई सिटीमा, हजाड नक्सा छ। आफ्नो घर नजिकको खतरनाक ठाउँहरू निश्चय गरी राखौं ।

हजाड नक्सा : सेन्दाई बसोबास नक्सा (https://www2.wagmap.jp/sendaicity/Portal)

बाट「प्रकोप रोकथाम」को चयन गर्ने (जा)

(2) भारी वर्षाको बेलामा जारी गरिने 5 चरणको विपत्ति रोकथाम जानकारी

चेतावनी स्तर 4 मा, सबैलाई खतरा क्षेत्रबाट बाहिर जानुहोला भनिनेछ । चेतावनी स्तर सँधै निश्चय गरौ र उपयुक्त स्थानमा आश्रय लिउँ ।

भारी वर्षाको बेलामा जारी गरिने 5 चरणको विपत्ति आश्रय स्थलको जानकारी

चेतावनी लेबल 1 र 2 मौसमी विज्ञान विभागबाट प्रसारण गरिन्छ, सिटी कार्यालयबाट चेतावनी लेबल 3 देखि 5 सम्मको आश्रय स्थलको जानकारी आदिको साथै सूचित गरिन्छ। चेतावनी लेबल निश्चित गर्नु भई सुरक्षित हुने कार्य गर्नुहोस्

चेतावनी लेबल 1 警戒レベル1	चेतावनी लेबल 2 警戒レベル2	चेतावनी लेबल 3 警戒レベル3	चेतावनी लेबल 4 [सबै जना आश्रयस्थलमा जाने] 警戒レベル4 【全員避難】	चेतावनी लेबल 5 警戒レベル5
आजको मौसमको जानकारी थाहा पाउनुहोस् ।	सुरक्षितस्थानमा भाग्नको लागि बाटो, भाग्ने ठाउँ निश्चित गर्नुहोस ।	**वृद्ध वृद्धा आदि आश्रय लिने** (高齢者等避難) जेष्ठ नागरिकहरू वा (शरिरक अशक्ता) स्वतन्त्र रुपमा शारीरि चलाउन नसक्नेहरू भाग्नुहोस। अन्य व्यक्तिहरू भाग्नको लागि तयारि गर्नुहोस ।	**आश्रय लिन आदेश** (避難指示) विपत्तिको कारण खतरा छ कृपया तुरुन्त भाग्नुहोस ।	**आपतकालिन सुरक्षा सुनिश्चित** (緊急安全確保) विपत्ति भइरहेको छ । कृपया जीवन बचाउने कार्य गर्नुहोस् ।

लेबल 1 देखि 5 को नम्बरमा क्रमिक रुपमा जोखिम बढ्दैछ ।

सेन्दाई सिटि विपद ब्यबस्थापन बहुभाषा सहायता केन्द्र

प्राकृतिक प्रकोप आएको बेलामा, सेन्दाई बहुसाँस्कृतिक समाज केन्द्र मा सेन्दाई सिटी विपत्तिय बहुभाषिक सहायता केन्द्र को स्थापना गरिन्छ । यहाँबाट विदेशी भाषामा जानकारीहरू प्रदान आदिको काम गर्ने गरिन्छ । समस्यामा पर्नुभएको बेला वा विदेशी भाषामा सल्लाह गर्न चाहेको बेलामा सम्पर्क गर्नुहोला । विस्तृत जानकारीको लागि SenTIA अन्तर्राष्ट्रिय सम्बन्ध विभाग HP हेर्न हेर्नुहोस ।

TEL : 022-224-1919 https://int.sentia-sendai.jp/saigai/

(जा, अं, चा, को, भियतनामी, नेपाली भाषाहरु)