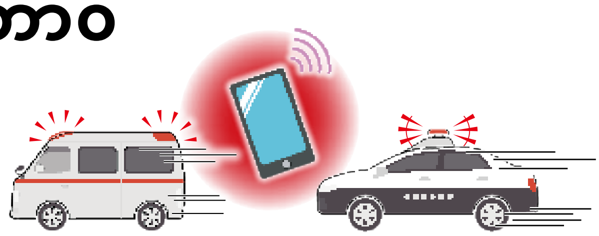
အခန်း ၁၀

အရေးပေါ်နှင့်သဘာဝဘေးအန္တရာယ်



၁ အရေးပေါ်အခြေအနေ၌ ဆက်သွယ်ရန် ဖုန်းနံပါတ်

၁-၁ အရေးပေါ်ဆေးကုသမှုလိုအပ်ခြင်းနှင့်ဒဏ်ရာရခြင်း၊မီးလောင်မှုစသည်(ဖုန်းနံပါတ် ၁၁၉)

အရေးပေါ်ဆေးကုသမှုလိုအပ်ခြင်းနှင့်ဒဏ်ရာရခြင်း၊ မီးလောင်မှုစသည် ဖြစ်ပွားပါက ဖုန်းနံပါတ် "၁၁၉" သို့ ဖုန်းဆက်အကြောင်းကြားပါ။

အရေးပေါ်ဆေးကုသမှုလိုအပ်လျှင်၊ ဒဏ်ရာရလျှင်

(၁) ဖုန်းနံပါတ်"၁၁၉"သို့ ဖုန်းဆက်ပါက အော်ပရေတာမှ "မီးလောင်မှုလား၊ အရေးပေါ်ကယ်ဆယ်ရေးလား" ဟု မေးမြန်းမည်ဖြစ်ရာ "အရေးပေါ်ကယ်ဆယ်ရေး" ဟု ပြန်လည်ဖြေကြား ပါ။

(၂) အရေးပေါ်ယာဉ်ကိုလာရောက်စေလိုသည့်နေရာနှင့် ထိုနေရာရှိ အထင်ကရအမှတ်အသားတို့ ကို ပြောကြားပါ။

(၃) အရေးပေါ်အကူအညီလိုအပ်သူ၏ ရောဂါလက္ခဏာနှင့် အသက်အရွယ်ကို ပြောကြားပါ။

(၄) သင့်၏အမည်နှင့် ဆက်သွယ်ရန်လိပ်စာကို ပြောကြားပါ။

အောက်ပါ အင်တာနက်စာမျက်နှာတွင် အရေးပေါ်ယာဉ်ခေါ်နည်းကို ဖတ်ရှုနိုင်သည်။
(ဘာသာစကားအမျိုးမျိုးဖြင့် ဖတ်ရှုနိုင်သည်။)

https://www.fdma.go.jp/publication/portal/post1.html

မီးလောင်မှုဖြစ်ပွားလျှင်

(၁) ဖုန်းနံပါတ်"၁၁၉"သို့ဖုန်းဆက်ပါက အော်ပရေတာမှ "မီးလောင်မှုလား၊ အရေးပေါ် ကယ်ဆယ်ရေး လား" ဟု မေးမြန်းမည်ဖြစ်ရာ "မီးလောင်မှု" ဟု ပြန်လည်ဖြေကြားပါ။

(၂) မီးလောင်မှုဖြစ်ပွားသောနေရာကို ပြောကြားပါ။

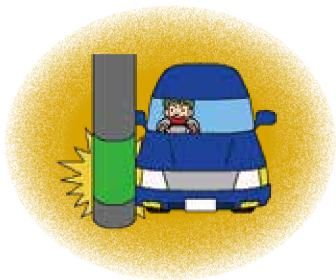
(၃) သင့်၏အမည်နှင့် ဆက်သွယ်ရန်လိပ်စာကို ပြောကြားပါ။

၁-၂ ယာဉ်မတော်တဆမှုနှင့်ရာဇဝတ်မှုဆိုင်ရာထိခိုက်နစ်နာမှု စသည်ဖြင့် (ဖုန်းနံပါတ်“၁၁၀”)

- ယာဉ်မတော်တဆမှု၊ ရာဇဝတ်မှုဆိုင်ရာထိခိုက်နစ်နာမှုစသည်တို့နှင့်ကြုံတွေ့၍ ရဲအရာရှိကိုချက်ချင်းလာရောက်စေလိုသော အခါ၌ ဖုန်းနံပါတ်“၁၁၀”က ဖုန်းဆက်ပါ။
- ဖုန်းနံပါတ်“၁၁၀”ကိုဆက်သွယ်သောအခါ၌ အော်ပရေတာမှ များသောအားဖြင့် အောက်ဖော်ပြပါ မေးခွန်းများကို မေးမြန်းမည်ဖြစ်သည်။ ထိုအခါ စိတ်ကို တည်တည်ငြိမ်ငြိမ်ထား၍ အတတ်နိုင်ဆုံး မှန်ကန်တိကျစွာ ဖြေကြားပါ။

(၁) မည်သည့်အချိန်၊မည်သည့်နေရာ၌ မည်သည့်အကြောင်းအရာဖြစ်ပွားခဲ့သည်
(၂) သင့်၏ အမည်နှင့်ဆက်သွယ်ရန်လိပ်စာစသည်ဖြင့်
(၃) ယာဉ်မတော်တဆမှုကျူးလွန်သည့်တစ်ဖက်လူ နှင့် အပြစ်ကျူးလွန်သည့် တရားခံ၏ ကျား/မ၊ ဦးရေ၊ အသက်အရွယ်၊ အဝတ်အစား စသည်ဖြင့်
(၄) ထိခိုက်ဒဏ်ရာရသူ ရှိမရှိ

- မိမိကိုယ်တိုင်ဖုန်းမဆက်နိုင်သောအခါမျိုး၌ အနီးအနားတွင်ရှိသောသူများထံ အကူအညီတောင်းခံ ပါ။



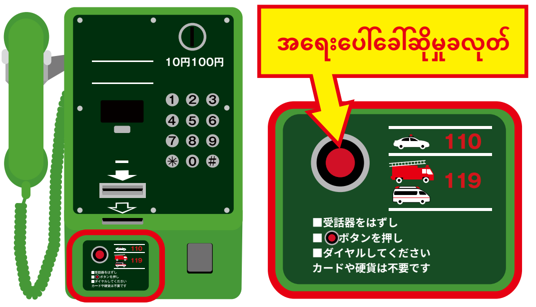
One Point:

အများသုံးတယ်လီဖုန်းမှ အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှု

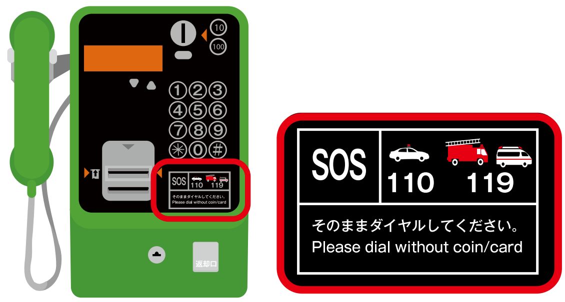
110 (ရဲ)၊ 118 (ကမ်းရိုးတန်းစောင့်) နှင့် 119 (မီးသတ်ဌာန) သို့ အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုရန်အတွက် အများသုံးတယ်လီဖုန်းကို အသုံးပြုနိုင်သည်။အကြွေစေ့များ သို့မဟုတ် တယ်လီဖုန်းကတ်များ မလိုအပ်ပါ။

- အများသုံးတယ်လီဖုန်းများတွင် ပါရှိသည့် အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှုခလုတ် (အနီရောင်ခလုတ်) ဖုန်းခွက်ကိုကိုင်ပြီး အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှုခလုတ်ကို နှိပ်ပါ၊ ထို့နောက် ၁၁၀ ကိုခေါ်ပါ။
- အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှုခလုတ်မပါသော အများသုံးတယ်လီဖုန်းများ ဖုန်းခွက်ကိုကိုင်ပြီးနောက် ၁၁၀ ကို တိုက်ရိုက်ခေါ်ပါ။

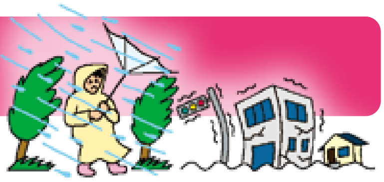
◆အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှုခလုတ်ပါရှိသော အများသုံး တယ်လီဖုန်းများ



◆အရေးပေါ်ခေါ်ဆိုမှုခလုတ်မပါသော အများသုံး တယ်လီဖုန်းများ



၂ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်



၂-၁ တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်းနှင့် နေရာကွက်ကျားမိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းခြင်း

- ရာသီဥတုအကူးအပြောင်း၌ ပူနွေးသောတောင်လေနှင့် မြောက်လေအေးများအကြားရှိ နယ်နိမိတ် လိုင်း(လေစိုင်ဆုံလိုင်း)သည် ဂျပန်နိုင်ငံ၏လေထုအပေါ်လွှာကို ပိတ်ဆို့သောကြောင့် မိုးသည်းထန် စွာရွာသွန်းမှုများ မကြာမကြာရှိတတ်သည်။
- တိုင်ဖွန်းမုန်တိုင်း နှင့် လေစိုင်ဆုံလိုင်းတို့သယ်ဆောင်လာသော လေဖိအားနည်းဆိုင်ကလုန်းများ ဂျပန်နိုင်ငံ၏အနီးသို့ ဖြတ်ကျော်ဝင်ရောက်လာပါက နေရာအနှံ့အပြား၌ မိုးသည်းထန်စွာ ရွာသွန်း တတ်သည်။
- မြေမျက်နှာသွင်ပြင်သက်ရောက်မှုများကြောင့် အထက်သို့လေဆန်တက်ခြင်းများဖြစ်ပွားပြီး ပေါ် ထွက်လာသော မိုးတိမ်တိုက်များ (မိုးတိမ်တောင်"Cumulonimbu") သည် တူညီသောနေရာတွင် ဆက်လက်ဖြစ်ထွန်းသောကြောင့် ထိုနေရာ၌ မိုးသည်းထန်မှုဆက်တိုက်ဖြစ်ပွားခြင်း (နေရာ ကွက်ကျား) ဖြစ်ပွားတတ်သည်။
- ထိုကဲ့သို့ မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းမှုများကြောင့် မြေနုန်းတင်ခြင်းဘေးအန္တရာယ်များ နှင့်ရေကြီးခြင်းတို့ဖြစ်ပွား၍ ပြင်းထန်သော ပျက်စီးဆုံးရှုံးမှုများ ဖြစ်ပွားနိုင်သဖြင့် သတိပြုရန်လိုအပ်သည်။

(၁) မြစ်ရေကြီးမှု

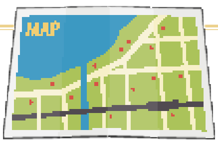
- မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းမှုများကြောင့် မြစ်ရေလျှံမှုများ ဖြစ်ပေါ်၍ ရေကြီးခြင်း ဖြစ်ပွားပါက အဆောက်အအုံများရေဖုံးလွှမ်းခြင်း၊ လူများရေ၌မျောပါခြင်း ဖြစ်ပွားနိုင်သည်။
- ရေကြီးမှုမှ အသက်အန္တရာယ်ကို ကာကွယ်ရန်အတွက် အောက်ပါတို့ကိုလုပ်ဆောင်ရမည်။

ပြင်ဆင်ခြင်း

ပုံမှန်အချိန်များကတည်းမှ ဘေးအန္တရာယ်ပြမြေပုံ "Hazard map"စသည်တို့ကို အသုံးပြုပြီး၊ ရေဖုံးလွှမ်းနိုင်သော နေရာများနှင့် တိမ်းရှောင်ရန်နေရာ၊ အိမ်စသည်တို့မှ တိမ်းရှောင်ရန်နေရာအထိ လုံခြုံစိတ်ချရသော လမ်းကြောင်းကို ရှာဖွေထားရန် အရေးကြီးသည်။

One Point:

ဘေးအန္တရာယ်ပြမြေပုံ "Hazard map"



သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားနိုင်သည်ဟု စိုးရိမ်ဖွယ်ရှိသော နေရာများကို ရေးသားထားသည့် မြေပုံ ဖြစ်သည်။

အသေးစိတ်ကို အောက်ပါအင်တာနက်စာမျက်နှာတွင် ဖတ်ရှုပါ။

https://disaportal.gsi.go.jp/

မိုးကြီးသောအခါ

(၁) မိုးလေဝသအေဂျင်စီစသည်တို့မှ ထုတ်ပြန်သော သဘာဝဘေးအန္တရာယ် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး ရာသီဥတု အခြေအနေများကို အခြေခံ၍ အန္တရာယ်ရှိသည် ဟု ယူဆပါက မိမိကိုယ်တိုင်စဉ်းစားဆုံးဖြတ်၍ တိမ်းရှောင်ရမည်။

(၂) မြို့နယ်ရပ်ကွက်ကျေးရွာရုံးမှ တိမ်းရှောင်ရန်သတင်းအချက်အလက်များ ထုတ်ပြန်ကြေညာပါက အန္တရာယ်ရှိသည့်နေရာမှ ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းသည့် နေရာသို့ တိမ်းရှောင်ရမည်။

(၃) တိမ်းရှောင်သည့်နည်းလမ်းများနှင့် ပတ်သက်၍ "အခန်းခွဲ ၃ တိမ်းရှောင်ခြင်း"၌ ဖတ်ရှုပါ။

(၂) မြေနုန်းတင်ခြင်းဘေးအန္တရာယ်များ

မိုးသည်းထန်စွာရွာသွန်းခြင်း သို့မဟုတ် ငလျင်လှုပ်ခတ်မှုကြောင့် တောင်စောင်းများ သို့မဟုတ် ချောက်ကမ်းပါးများ ပြိုကျခြင်း သို့မဟုတ် ရေကြီးနေချိန်တွင် မြေဆီလွှာ ကျောက်တုံးများနှင့် သစ်ပင်များ မြစ်ကမ်းပါးသို့ မျောပါသွားသည့်အခါတွင် အနည်ကျသောဘေးအန္တရာယ်များ ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။ ထိုကဲ့သို့သော ဘေးအန္တရာယ်များသည် အဆောက်အဦများကို ဖျက်ဆီးခြင်း သို့မဟုတ် မြှုပ်နှံခြင်း သို့မဟုတ် လမ်းများကို ပိတ်ဆို့စေနိုင်သည်။ မြေပြိုခြင်းမှ အသက်အန္တရာယ်ကို ကာကွယ်ရန်အတွက် အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်ရမည်။

ပြင်ဆင်ခြင်း

ပုံမှန်အချိန်များကတည်းမှ ဘေးအန္တရာယ်ပြမြေပုံ "Hazard map"စသည်တို့ကိုအသုံးပြုပြီး၊ မြေနုန်းတင်ခြင်းဘေးအန္တရာယ်များခံရနိုင်သော နေရာများနှင့် တိမ်းရှောင်ရန်နေရာ၊ အိမ်စသည်တို့မှ တိမ်းရှောင်ရန်နေရာအထိလုံခြုံစိတ်ချရသောလမ်းကြောင်းကို ရှာဖွေထားရန် အရေးကြီးသည်။

မိုးကြီးသောအခါ

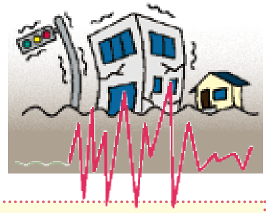
(၁) မိုးလေဝသအေဂျင်စီမှ ထုတ်ပြန်သော သဘာဝဘေးအန္တရာယ် ကြိုတင်ကာကွယ်ရေး ရာသီဥတုအခြေအနေများကို အခြေခံ၍ အန္တရာယ်ရှိသည် ဟု ယူဆပါက မိမိကိုယ်တိုင်စဉ်းစားဆုံးဖြတ်၍ တိမ်းရှောင်ရမည်။

(၂) မြို့နယ်ရပ်ကွက်ကျေးရွာရုံးမှ တိမ်းရှောင်ရန်သတင်းအချက်အလက်များ ထုတ်ပြန်ကြေညာပါက အန္တရာယ်ရှိသည့်နေရာမှ ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းသည့် နေရာသို့ တိမ်းရှောင်ရမည်။

(၃) တိမ်းရှောင်သည့်နည်းလမ်းများနှင့် ပတ်သက်၍ "အခန်းခွဲ ၃ တိမ်းရှောင်ခြင်း"၌ ဖတ်ရှုပါ။

၂-၂ ငလျင်

- ဂျပန်နိုင်ငံသည်ငလျင်ကြောများတလျောက်တွင်ရှိနေပြီး၊ ကမ္ဘာ့မျက်နှာပြင်မြေလွှာချပ်များ ပွတ်တိုက်မိပြီး၊ ထိုအရာများကြောင့် ဂျပန်သည် ကမ္ဘာပေါ်၌ ငလျင်လှုပ်ခတ်မှုအများဆုံးနေရာများထဲမှတစ်ခု ဖြစ်လာ သည်။
- ငလျင်ဖြစ်ပွားပါက ဦးစွာ မိမိ၏အသက်ကိုမိမိကိုယ်တိုင်ကာကွယ်ခြင်း၊ ဒေသခံများနှင့် ပူးပေါင်း ၍ အသက်အန္တရာယ်မှကာကွယ်ခြင်းတို့ကို လုပ်ဆောင်ရန်မှာ အရေးကြီးသောအချက်ဖြစ်သည်။
- ငလျင်ဒဏ်မှ အသက်အန္တရာယ်ကာကွယ်ရန်အတွက် ပုံမှန်အချိန်ကတည်းမှ အောက်ပါတို့ကို လုပ်ဆောင်ရမည်။



ပြင်ဆင်ခြင်း

(၁) ငလျင်အကြီးစားဖြစ်ပွားပါက တိမ်းရှောင်မည့်နေရာကို မိသားစုနှင့် ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ထားရမည်။

(၂) ဒေသတွင်းဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်မှုလေ့ကျင့်ရေး၌ ပါဝင်ပြီး ဒေသတွင်းဆောင်ရွက်မှုများကို နားလည်အောင် ပြုလုပ်ထားရမည်။

(၃) အနည်းဆုံး ၃ ရက်စာ (ဖြစ်နိုင်ပါက တစ်ပတ်စာ) အစားအစာနှင့်သောက်ရေ၊ ဒဏ်ရာရရှိပါက အသုံးပြုနိုင်သည့်အရာများ အစရှိသည်တို့ကို ပြင်ဆင်ထားရမည်။

(၄) ပရိဘောဂများ လဲကျခြင်းမရှိအောင် တပ်ဆင်ထားရှိရမည်။ အကယ်၍လဲကျခဲ့ပါက ထိခိုက်မှုမရှိ စေရန် ပရိဘောဂအထားအသိုကို ဂရုပြုရမည်။

One Point:

မက္ကနီကျူနှင့် ငလျင်ကြိမ်နှုန်း

- မက္ကနီကျူသည် ငလျင်၏ ပြင်းအားပမာဏကို ကိန်းဂဏန်းဖြင့် ဖော်ပြသည်။ မက္ကနီကျူတန်ဖိုး တစ်ခုကြီးလာပါက စွမ်းအင်သည် အဆ၃၂ ဆခန့် ကြီးလာနိုင်သည်။
- ငလျင်ကြိမ်နှုန်းမှာ နေရာတစ်နေရာ၌ ငလျင်ကြောင့်ဖြစ်ပွားသည့် လှုပ်ခတ်မှုအားကို ဖော်ပြ သည်။ မိုးလေဝသအေဂျင်စီမှ ငလျင်ကြိမ်နှုန်းကို အဆင့်၁၀ဆင့် (၀၊ ၁၊ ၂၊ ၃၊ ၄၊ ၅ အားပျော့၊ ၅ အားပြင်း၊ ၆အားပျော့၊ ၆အားပြင်း၊ ၇) ဟူ၍ ခွဲခြားထားသည်။
- အဆိုပါ သတင်းအချက်အလက်များကို ရုပ်မြင်သံကြား၊ ရေဒီယို၊ အင်တာနက်စသည်တို့တွင် ရယူနိုင်သည်။

ငလျင်ဖြစ်ပွားသောအခါ

ငလျင်ဖြစ်ပွားပါက စိတ်တည်ငြိမ်စွာထား၍ ပြုမူလှုပ်ရှားပါ။ မည်သို့ပြုမူလှုပ်ရှားရမည်ဆိုသည်မှာ ငလျင်ဖြစ်ပွားသည့်အချိန်တွင်ရှိနေသည့် နေရာပေါ်လိုက်၍ ကွဲပြားသောကြောင့် အောက်ပါအချက်များ ကို သတိပြုပါ။

(၁) စိတ်တည်ငြိမ်စွာထား၍ ပြုမူလှုပ်ရှားခြင်း

- အိမ်နှင့် အဆောက်အအုံတွင်း၌ ရှိသောအခါမျိုး၌
  လှုပ်ခတ်မှုကြောင့် ပြုတ်ကျလာသည့်ပစ္စည်းများမှ ဦးခေါင်းထိခိုက်မှုကိုကာကွယ်ရန် ခိုင်ခန့်သော စားပွဲခုံ စသည်အောက်သို့ဝင်၍ လှုပ်ခတ်မှုငြိမ်သက်သည်အထိ စောင့်ရန်။
- အပြင်သို့ရောက်နေသောအခါ၌
  အဆောက်အအုံများ၏ အနီးတွင်ရှိပါက ဆိုင်းဘုတ်များနှင့် အဆောက်အအုံ၏ နံရံ၊ ပြတင်းပေါက်မှန်များ ပြိုကျ၊ ပြုတ်ကျလာနိုင်သဖြင့် အိတ်စသည်တို့ဖြင့် ဦးခေါင်းကို ကာကွယ်၍ ဘေးအန္တရာယ် ကင်းရှင်းသည့် နေရာသို့ တိမ်းရှောင်ရန်။
- မော်တော်ယာဉ်စီးနင်းနေသည့်အခါမျိုး၌
  လှုပ်ခတ်မှုကိုခံစားမိပါက အလျင်လိုခြင်းမပြုဘဲ မော်တော်ကားကို လမ်း၏လက်ဝဲဘက် အခြမ်း သို့ ကပ်ရပ်ကာ အင်ဂျင်စက်ကို ပိတ်ရန်။ သော့ကို တပ်လျက်ထားခဲ့၍ ကားမှဆင်းကာ လမ်းလျှောက်၍ ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းသည့်နေရာသို့ တိမ်းရှောင်ရန်။

(၂) မီးငြိမ်းသတ်ခြင်း

ငလျင်ကြောင့် မီးလောင်မှုဖြစ်ပွားပါက ထိခိုက်နစ်နာမှုမှာ ပိုမိုကြီးမားလာနိုင်သည်။

- လှုပ်ခတ်မှုငြိမ်သက်သွားပါက မီးဖိုချောင်၊ မီးဖိုစသည်မှ မီးများကို ငြိမ်းသတ်ရန်။
- အကယ်၍ မီးစတင်လောင်ကျွမ်းခဲ့ပါက မီးငြိမ်းသတ်ကိရိယာများဖြင့် တတ်နိုင်သရွေ့ ငြိမ်းသတ် ရန်။
- ငလျင်လှုပ်ခတ်ပြီးနောက် ဂက်စ်စိမ့်ထွက်မှုများရှိနိုင်သဖြင့် မီးလောင်ကျွမ်းခြင်းမရှိအောင် ပြုလုပ် ရန်။

(၃) ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းသောနေရာသို့ တိမ်းရှောင်ခြင်း

ငလျင်ကြောင့် အဆောက်အအုံများ ပြိုကျပျက်စီးခြင်းနှင့် မီးလောင်ခြင်းမှ ဘေးအန္တရာယ်များ ဖြစ်ပေါ်လာ တတ်သည်။

- တောင်များအနီးတစ်ဝိုက်တွင်နေထိုင်ပါက မြေနုန်းတင်ခြင်းဘေးအန္တရာယ်များဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။ လှုပ်ခတ်မှု ငြိမ်သက်သွားပါက နေထိုင်ရာရှိ မြို့နယ်ရပ်ကွက်ကျေးရွာရုံးမှ ညွှန်ကြားသည့် တိမ်းရှောင်ရန် နေရာသို့ အလျင်အမြန် ထွက်ပြေးတိမ်းရှောင်ရန်။
- ငလျင်လှုပ်ပြီးနောက် ဓာတ်အားပြန်လည်ရရှိသည့်အခါတွင် ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည့် လျှပ်စစ်မီးလောင်ကျွမ်းမှုကို တားဆီးရန် ရွှေ့ပြောင်းခြင်းမပြုမီ ဆားကစ်ဘရိတ်ကာကို ပိတ်ရန်။

(၄) အိမ်နီးနားချင်းများနှင့် စုပေါင်းဆောင်ရွက်ခြင်း၊ အပြန်အလှန်ကူညီခြင်း

မီးလောင်မှုဖြစ်ပွားပါက အိမ်နီးနားချင်းများနှင့် အပြန်အလှန်ကူညီခြင်းသည်လည်း အရေးပါသည်။

- အထူးသဖြင့်တစ်ဦးတည်းနေထိုင်သည့် သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် မသန်စွမ်းသူများကို မီးလောင် နေကြောင်း အသိပေး၍ ကူညီရန်။

(၅) မှန်ကန်သော သတင်းအချက်အလက်များကို ရယူရန်

ကြီးမားသော ငလျင်လှုပ်ခတ်သည့်အခါမျိုး၌ အမျိုးမျိုးသောသတင်းမှားများ ပေါ်ထွက်လာနိုင်သည်။

- ရုပ်မြင်သံကြား၊ ရေဒီယို၊ မိုဘိုင်းဖုန်းနှင့် ကြိုးမဲ့စနစ်များမှ သတင်းအချက်အလက်များကို အခြေခံ ၍ နောက်ဆုံးရသတင်းမှန်များကို ရယူကာ စိတ်တည်ငြိမ်စွာ ပြုမူဆောင်ရွက်ရန်။

One Point:

ငလျင်အရေးပေါ်ကြားဖြတ်သတင်း (အထူးသတိပေးချက်)

- ဂျပန်မိုးလေဝသအေဂျင်စီသည် ပြင်းထန်သော လှုပ်ခတ်ဖွယ်ရှိချိန်တွင် ငလျင်လှုပ်ခတ်မှုအား ကြိုတင်သတိပေးချက် ထုတ်ပြန်ထားသည်။
- ငလျင်အရေးပေါ်ကြားဖြတ်သတင်းသည် ရုပ်မြင်သံကြား၊ ရေဒီယို၊ မိုဘိုင်းဖုန်းနှင့် ကြိုးမဲ့စနစ် အစရှိသည်တို့မှ ထုတ်ပြန်ပေးမည်ဖြစ်သည်။

ငလျင်နှင့်ငလျင်အရေးပေါ်ကြားဖြတ်သတင်းကြေညာသည့်ရေဒီယို (အင်္ဂလိပ်၊တရုတ်၊ကိုရီးယား၊ဂျပန်)

https://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/sokuho_dvd/index.html

ငလျင်အရေးပေါ်ကြားဖြတ်သတင်းကို ကြည့်ရှုနားဆင်ရသည့်အချိန်တွင်၊ အလျင်စလိုမပြုမူဘဲ ဦးစွာ မိမိကိုယ်ကို လုံခြုံစေရန်!

၂-၃ ဆူနာမီ

- ပင်လယ်ကြမ်းပြင်အောက်ခြေတွင် ကြီးမားသောငလျင်များဖြစ်ပွားပါက ပင်လယ်မြေအောက် ကြမ်းပြင်မြင့်တက်ခြင်း၊ နိမ့်ကျခြင်းများဖြစ်ပွားနိုင်သည်။ ထိုအခြင်းအရာနှင့်အတူ ပင်လယ်ရေ မျက်နှာပြင်၌လည်း လှိုင်းလုံးကြီးများဖြစ်ပေါ်လာပြီး အရပ်လေးမျက်နှာ၊ အရပ်ရှစ်မျက်နှာသို့ ပျံ့နှံ့သွားခြင်းသည် ဆူနာမီဖြစ်သည်။
- “ဆူနာမီမလာမီ ဒီရေကျသည်”ဟု အဆိုရှိသော်လည်း ကျိန်းသေပေါက် ထိုကဲ့သို့လည်း မဆိုနိုင်ပါ။

ပြင်ဆင်ခြင်း

ဆူနာမီမှ မိမိကိုယ်ကိုကာကွယ်ရန်အတွက် ကြိုတင်၍ ဘေးအန္တရာယ်ပြမြေပုံနှင့် တိမ်းရှောင်နိုင် သော နေရာများကို ရှာဖွေဖတ်ရှု၍ မိမိနေအိမ်မှ ထိုတိမ်းရှောင်နေရာအထိသွားမည့် ဘေး အန္တရာယ်ကင်းရှင်းသော လမ်းကြောင်း ရှာဖွေထားရန်မှာလည်း အရေးကြီးသည်။

ဆူနာမီဖြစ်လာနိုင်မည့်(ဖြစ်ပြီးသည့်)အချိန်တွင်

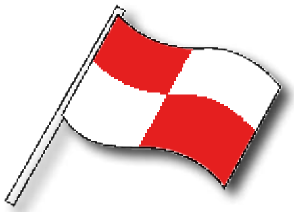
ဆူနာမီ ပင်လယ်ကမ်းစပ်သို့ရောက်ရှိလာခြင်းကို မြင်တွေ့မှ စတင်တိမ်းရှောင်ပါက အချိန်မီမည် မဟုတ်ပါ။ အောက်ပါအချက်များကို ဂရုပြု၍ ထွက်ပြေးတိမ်းရှောင်ပါ။

- ပင်လယ်နှင့်မြစ်ဝအနီး၌ ပြင်းထန်သော လှုပ်ယမ်းမှုမျိုးခံစားရသောအခါ၊ အားပျော့သော်လည်း အချိန်အတော်ကြာ လှုပ်ယမ်းမှုကိုခံစားရသောအခါ ထိုပင်လယ်နှင့်မြစ်ဝမှ ဝေးကွာသည့်နေရာသို့ အလျင်အမြန်ရှောင်ခွာ၍ ကုန်းမြင့်နှင့် တိမ်းရှောင်ရေးအဆောက်အအုံစသည့် မြင့်မားသောနေရာ များသို့ တိမ်းရှောင်ရန်။
- ငလျင်ကိုမခံစားရသော်လည်း မိုးလေဝသအေဂျင်စီမှ ဆူနာမီသတိပေးချက်ထုတ်ပြန်လာသည့်အချိန်နှင့် မြို့နယ်ရပ်ကွက်ကျေးရွာရုံးမှ တိမ်းရှောင်ရန် အမိန့်ထုတ်ပြန်လာပါက၊ ပင်လယ်နှင့်မြစ်ဝမှ ဝေးကွာသည့်နေရာသို့ အလျင်အမြန်ရှောင်ခွာ၍ ကုန်းမြင့်နှင့် ကယ်ဆယ်ရေးစခန်းစသည့် မြင့်မားသောနေရာများသို့ တိမ်းရှောင်ရန်။

- မှန်ကန်သောသတင်းအချက်အလက်များကို ရုပ်မြင်သံကြား၊ ရေဒီယို၊ မိုဘိုင်းဖုန်းနှင့် ကြိုးမဲ့စနစ် များ၊ အင်္ဂလိပ်ဘာသာပြန် မိုးလေဝသအေဂျင်စီ၏အင်တာနက်စာမျက်နှာနှင့် ဘေးအန္တရာယ် ကင်းရှင်းမှုဆိုင်ရာသိကောင်းစရာများ "Safety Tips" စသည်တို့မှ ရယူရန်။
- ဆူနာမီသည်အကြိမ်ကြိမ်ရိုက်ခတ်နိုင်သောကြောင့် အထူးသတိပေးချက် သို့မဟုတ် သတိပေး ချက် ရုပ်သိမ်းသွားသည်အထိ ပင်လယ်နှင့်မြစ်ဝ၏ အနီးသို့သွားရောက်ခြင်း မပြုရန်။

One Point:

ဆူနာမီအလံ



- ၂၀၂၀ခုနှစ် ဇွန်လမှစ၍ ပင်လယ်ကမ်းခြေတွင် အနီရောင်နှင့်အဖြူရောင်လေးထောင့်ကွက်ပုံစံ အလံ "ဆူနာမီအလံ" ဖြင့် ကြီးမားသောဆူနာမီသတိပေးချက်၊ ဆူနာမီသတိပေးချက်၊ ဆူနာမီအသိပေးချက်များထုတ်ပြန်ခြင်းကို အမြင်အာရုံဖြင့် အသိပေးခြင်းဆောင်ရွက်မှုများကို စတင်ခဲ့ပါသည်။
- "ဆူနာမီအလံ" ကိုအသုံးပြုခြင်းဖြင့် အကြားအာရုံမသန်စွမ်းသည့်ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ လှိုင်းသံ၊ လေသံများဖြင့် အသံများကိုကြားရန်ခက်ခဲရန်သော ရေကူးနေသည့်ပုဂ္ဂိုလ်များ၊ တစ်ဖန် နိုင်ငံခြားလူမျိုးများကိုလည်း ဆူနာမီသတိပေးချက်စသည်များ ထုတ်ပြန်နေခြင်းကို အသိပေးနိုင်ပါသည်။

"ဆူနာမီအလံ" အကြောင်း (ဂျပန်ဘာသာ)

https://www.data.jma.go.jp/svd/eqev/data/tsunami_bosai/tsunami_bosai_p2.html

"ဆူနာမီအလံ" အကြောင်း (အင်္ဂလိပ်ဘာသာ)

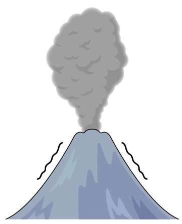
https://www.data.jma.go.jp/eqev/data/en/tsunami/tsunami_flag.html

၂-၄ မီးတောင်ပေါက်ကွဲခြင်း

- ဂျပန်နိုင်ငံတွင် မီးတောင်ရှင် ၁၁၁ ခုရှိသည်။
- မီးတောင်ပေါက်ကွဲသည့်အခါမျိုး၌ အသက်အန္တရာယ်အထိ ထိခိုက်နိုင်သည့် ကြီးမားသော ဘေးအန္တရာယ်များ ဖြစ်ပွားနိုင်သည်။
- မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုမှ မိမိအသက်ကို ကာကွယ်ရန် အောက်ပါတို့ကို လိုက်နာရမည်။

ပြင်ဆင်ခြင်း

- ဘေးအန္တရာယ်ပြမြေပုံနှင့် အခြားအချက်အလက်များ၏အရင်းအမြစ်များကို အသုံးပြု၍ မီးတောင်လှုပ်ရှားမှုကြောင့် ထိခိုက်နိုင်သည့်နေရာများကို ကြိုတင်စစ်ဆေးပါ။
- တောင်တက်ချိန်၌ အောက်ပါတို့ကို ပြင်ဆင်ရမည်။



(၁) မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုသတိပေးချက်နှင့် မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုသတိပေးအဆင်ဘေးအန္တရာယ်ပြမြေပုံ "Hazard map" အစရှိသည့် မီးတောင်နှင့်ပတ်သက်သည့် သတင်းအချက် အလက်များကို ရှာဖွေဖတ်ရှုရမည်။

(၂) တောင်တက်ကြောင်း အသိပေးစာ တင်ပြရမည်။

(၃) ဆက်သွယ်ရေးကိရိယာများနှင့် ခေါင်းဆောင်းအမာ(Helmet)များစသည်ကို အသင့်ပြင်ဆင်ထားရမည်။

One Point:

မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုသတိပေးချက်

- မီးတောင်လှုပ်ရှားမှု အခြေအနေပေါ်မူတည်၍ "သတိပေးရန်လိုအပ်သည့် အဝန်းအဝိုင်း" နှင့် "လုပ်ဆောင်သင့်သည့်အရာများ" ကိုချက်ချင်းနားလည်ရန် ထုတ်ပြန်လိုက်သော အချက်အလက်ဖြစ်သည်။
- ဂျပန်နိုင်ငံရှိမီးတောင်ရှင်များအနက်၊မီးတောင်၄၉ခုတွင်လက်တွေ့အသုံးပြုနေပါသည်
- မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုသတိပေးချက်တွင် အောက်ပါ အဆင့် ၅ ဆင့်ရှိသည်။

အဆင့် ၅	တိမ်းရှောင်ရန် (အန္တရာယ်ရှိသောလူနေဧရိယာများမှတိမ်းရှောင်ခြင်းစသည်တို့ လိုအပ်သည်။)
အဆင့် ၄	အသက်ကြီးသူစသည်တို့ကိုတိမ်းရှောင်စေရန် (သတိပေးရန်လိုအပ်သည့်လူနေဧရိယာတွင်ရှိသောသက်ကြီးရွယ်အိုစသည့် ပြုစုစောင့်ရှောက်ရန် လိုအပ်သောသူများ တိမ်းရှောင်ရန်နှင့် နေထိုင်သူများတိမ်းရှောင်ရန်ပြင်ဆင်ခြင်းစသည်တို့ လိုအပ်ပါသည်။)
အဆင့် ၃	တောင်အနီးသို့သွားရောက်မှုကိုကန့်သတ်ခြင်း (အခြေအနေပေါ်မူတည်၍ သက်ကြီးရွယ်အိုစသည့် ပြုစုစောင့်ရှောက်ရန်လိုအပ်သောသူများတိမ်းရှောင်ရန် ပြင်ဆင်ခြင်းစသည်ဖြင့်။ တောင်တက်ခြင်းကိုတားမြစ်ခြင်းနှင့် တောင်ထဲဝင်ရန်စည်းမျဉ်းစည်းကမ်းစသည်ဖြင့်၊ အန္တရာယ်ရှိဧရိယာအတွင်းဝင် ရောက်မှုကိုကန့်သတ်ခြင်းစသည်ဖြင့်။)
အဆင့် ၂	မီးတောင်ဝတဝိုက်သို့ သွားရောက်မှုကိုကန့်သတ်ခြင်း (မီးတောင်ဝတဝိုက်သို့ ဝင်ရောက်မှုကိုကန့်သတ်ခြင်းစသည်ဖြင့်။)
အဆင့် ၁	မီးတောင်ရှင်ဖြစ်သည်ကို သိထားရန် (အထူးသဖြင့် ဆောင်ရွက်ရမည့်အရာမရှိ)

မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုသတိပေးချက်၊ မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုသတိပေးအဆင့်နှင့်စပ်လျဉ်း၍ (အင်္ဂလိပ်ဘာသာ)

https://www.data.jma.go.jp/vois/data/tokyo/STOCK/kaisetsu/English/level.html

မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုဖြစ်ပွားမည့်(ဖြစ်ပွားပြီးသည့်)အချိန်တွင်

- မိုးလေဝသအေဂျင်စီမှ ထုတ်ပြန်သည့် မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု ကြားဖြတ်သတင်း၊ မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု အထူးသတိပေးချက်များ၊ မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှု သတိပေးအဆင့်များကို အခြေခံကာ လိုအပ်သည်များကို မိမိကိုယ်တိုင် စဉ်းစားဆုံးဖြတ်၍ တိမ်းရှောင်ရမည်။

- မြို့နယ်ရပ်ကွက်ကျေးရွာမှ အရေးပေါ်တိမ်းရှောင်ရန် အမိန့်ထုတ်ပြန်သည့်အခါ၌ ဘေး အန္တရာယ်ကင်းရှင်းသည့်နေရာသို့ တိမ်းရှောင်ရမည်။
- တောင်တက်နေစဉ်အတွင်း အထက်၌ဖော်ပြခဲ့သည့် သတိပေးချက်များကိုရရှိပါက၊ မီးတောင်ပေါက် ကွဲမှုဖြစ်ပေါ်ပါက မီးတောင်ကျောက်များနှင့် အခြားအပျက်အစီးများ ရန်မှ ကာကွယ်ရန် အောက်ပါတို့ကိုလုပ်ဆောင်ရမည်။

(၁) အလျင်အမြန်မီးတောင်ဝမှ ဝေးရာသို့တိမ်းရှောင်ရန်
(၂) တောင်တက်စခန်းနှင့် အမိုးအကာများရှိသည့်နေရာသို့ တိမ်းရှောင်ရန်
(၃)ဦးခေါင်းကိုထိခိုက်မှုကိုခေါင်းဆောင်းအမာ(Helmet) သို့မဟုတ် အခြား အကာအကွယ်ပစ္စည်းများဖြင့် ကာကွယ်ရန်

၃ တိမ်းရှောင်ခြင်း

၃-၁ ကယ်ဆယ်ရေးစခန်း

ကယ်ဆယ်ရေးစခန်းများမှာ သဘာဝဘေးအန္တရာယ်မှမိမိကိုယ်ကို ကာကွယ်ရန်အတွက် ယာယီ တိမ်းရှောင်နိုင်သည့် နေရာနှင့်စခန်းများဖြစ်သည်။

သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားမည့်(ဖြစ်ပွားပြီးသည့်)အချိန်တွင်

- တိမ်းရှောင်ရန်သတင်းအချက်အလက် စသည်တို့ကို အခြေခံပြီး အန္တရာယ်ရှိသောနေရာမှ၊ ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းသောနေရာသို့ အလျင်အမြန် တိမ်းရှောင်ရမည်။
- ကြိုတင်၍ မိမိနေထိုင်ရာဒေသရှိ ကယ်ဆယ်ရေးစခန်းများကို ရှာဖွေဖတ်ရှုထားရမည်။
- ကယ်ဆယ်ရေးစခန်းများကို ဘေးအန္တရာယ်ပြမြေပုံ "Hazard map" နှင့် မြို့နယ်၊ ရပ်ကွက်၊ ကျေးရွာအသီးသီး၏ အင်တာနက်စာမျက်နှာ စသည်တွင် ရှာဖွေဖတ်ရှုနိုင်သည်။
- ရေမှာကြီးနေပြီးဖြစ်သည့်အချိန်စသည့်၊ ကယ်ဆယ်ရေးစခန်းသို့သွားရောက်ခြင်းမှာ ပိုပြီးအန္တရာယ်များသည်ဟု တွေးရသည့်အခါမျိုး၌ အခြားဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်း သည့်နေရာသို့ တိမ်းရှောင်ရန် (အနီးရှိ ခိုင်ခန့်သော အဆောက်အအုံများသို့ တိမ်းရှောင်ခြင်း၊ ထိုသို့ တိမ်းရှောင်ရန်အတွက် အခက်အခဲရှိပါက အိမ်၏၂ထပ်နှင့်အထက်ရှိသော အနည်းငယ် ပိုမို ဘေးကင်းသောနေရာသို့တိမ်းရှောင်ရန်) စသည်ဖြင့် အနည်းငယ်ပင်ဖြစ်စေကာမူ အသက်အန္တရာယ်ကာကွယ်နိုင်မည့် လုပ်ဆောင်မှုများကို လုပ်ဆောင်ကြရအောင်။

၃-၂ တိမ်းရှောင်ရေးသတင်းအချက်အလက်

တိမ်းရှောင်ရေးသတင်းအချက်အလက်သည် ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားမည့် (ဖြစ်ပွားပြီးသည့်) အခြေ အနေများ၌ ဂျပန်နိုင်ငံမိုးလေဝသအေဂျင်စီမှ ထုတ်ပြန်သောသတင်းအချက်အလက်များ ဖြစ်သည်။

သတိပေးချက် အဆင့် ၃ အသက်ကြီးသူစသည်တို့ကို တိမ်းရှောင်စေရန်

- မည်သို့သောသတင်းအချက်အလက်
  ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားနိုင်သောကြောင့်၊ တိမ်းရှောင်ရန်အချိန်ပေးရမည့်သက်ကြီးရွယ်အိုများနှင့် ကလေးများကို တိမ်းရှောင်ရန် နှိုးဆော်ခြင်း ဖြစ်သည်။
- ထိုသတင်းအချက်အလက်များထွက်ပေါ်လာပါက အောက်ပါပုဂ္ဂိုလ်များမှာ အန္တရာယ်ရှိသည့် နေရာမှ တိမ်းရှောင်ရန် စတင် ပြုလုပ်ရမည်ဖြစ်သည်။

(၁) သက်ကြီးရွယ်အို

(၂) မသန်စွမ်းသူ

(၃) ကလေးသူငယ်

(၄) တခြား တစ်ယောက်တည်းတိမ်းရှောင်ရန် အခက်အခဲရှိသူနှင့်၊ တိမ်းရှောင်ရာ၌ အချိန်ပေးရမည့်သူ (ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များအပါအဝင်)

(၅) နံပါတ်(၁) အချက်နှင့် နံပါတ်(၄) အချက်မှ ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့်အတူ အဖော်လိုက်ပါမည့်လူများ

(၆) အန္တရာယ်ရှိသည်ဟု ခံစားမိသူ

တခြားသူများလည်း လိုအပ်သည့်အလျောက်၊ ပုံမှန်လုပ်နေကျအရာများကို ရပ်လိုက်ခြင်း၊ တိမ်းရှောင်ရန် ပြင်ဆင်ခြင်း တို့ကိုလုပ်ရမည့်အချိန်ဖြစ်သည်။

သတိပေးချက် အဆင့် ၄ တိမ်းရှောင်ရန်အမိန့်

- မည်သို့သောသတင်းအချက်အလက်နည်း
  ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေမြင့်မားနေသော အချိန်၌ ထုတ်ပြန်သည့် သတင်းဖြစ် သည်။
- ထိုသတင်းများထုတ်ပြန်ပါက အန္တရာယ်ရှိသည့်နေရာမှ အားလုံးက၊ ဖော်ပြပါနေရာသို့ ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းမှုရှိမရှိ စစ်ဆေး၍ တိမ်းရှောင်ရမည်။

(၁) ကယ်ဆယ်ရေးစခန်း

(၂) လုံခြုံသောဆွေမျိုးအိမ်၊ အသိအိမ်နှင့် ဟော်တယ်၊ တည်းခိုခန်းစသည်

တစ်ဖန် ဘေးအန္တရာယ်ပြမြေပုံ “Hazard map”စသည်တို့ကို ကြည့်ရှုပြီး၊ ဖော်ပြပါအချက် ၃ ချက်နှင့် ပြည့်စုံသည်ဟု ကိုယ်တိုင်ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါက၊ အိမ်အတွင်း၌ပင် ဘေးကင်းအောင် နေထိုင်နိုင်သည့်အခါမျိုးလည်း ရှိသည်။

(၁) ရေကြီးခြင်းကြောင့် အိမ်လဲကျခြင်း၊ ပြိုကျခြင်းများဖြစ်နိုင်သော ဧရိယာ (အိမ်ပြိုကျသည်အထိ ရေနစ်မြုပ်နိုင်သည်ဟု ယူဆရသောဧရိယာ) အတွင်းဝင်မနေခြင်း

(၂) ရေလျှံလာနိုင်မည့် အန္တရာယ်မရှိသော မြင့်မားသည့်အဆောက်အဦတွင် နေထိုင်သူများ

(၃) ရေများပြန်ကျသွားသည်အထိ စောင့်နေနိုင်ပြီး၊ ရေနှင့် အစားအစာအလုံအလောက် ပြင်ဆင်ထားခြင်း

သတိပေးချက် အဆင့် ၅ အရေးပေါ်လုံခြုံမှုအတွက်ဆောင်ရွက်ရန်

- မည့်သို့သောသတင်းအချက်အလက်

  အခြေအနေများ ပိုမိုဆိုးဝါးလာပြီး၊ ဘေးအန္တရာယ်များ ဖြစ်ပေါ်နေဆဲ၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ဘေးအန္တရာယ်များ ဖြစ်အံ ဆဲဆဲ အခြေအနေတွင် ထုတ်ပြန်သည့်သတင်းဖြစ်သည်။

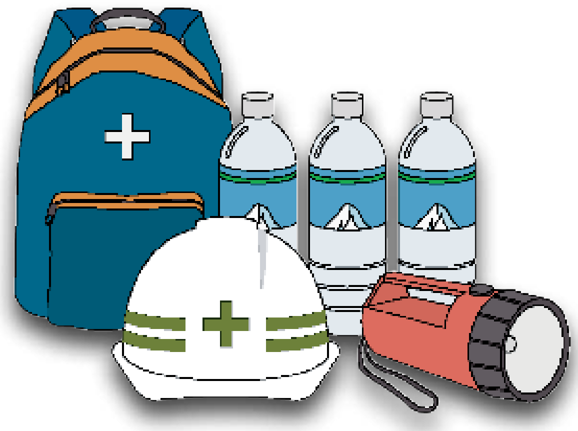
- သတင်းထုတ်ပြန်ပါက

  တိမ်းရှောင်မနေပါက အသက်အန္တရာယ်ရှိနိုင်ပြီး၊ ချက်ချင်း မိမိကိုယ်ကို လုံခြုံအောင်လုပ်ဆောင်ရပါမည်။ တိမ်းရှောင် ရမည့်နေရာသို့ သွားရောက်ခြင်းမှာ ပို၍အန္တရာယ်များသည်ဟု ထင်ပါက အနည်းငယ်ခန့်မျှဖြစ်ဖြစ် အသက်ကိုကာ ကွယ်ရန်၊ ချက်ချင်းဖော်ပြပါ ဆောင်ရွက်ချက်များကို လုပ်ဆောင်ပါ။

  (၁) အနီးအနားရှိ ခိုင်ခံ့သော အဆောက်အဦ၏ အမြင့်နေရာသို့ထွက်ပြေးပါ

  (၂) အိမ်၏ ၂ထပ်နှင့် အထက်ရှိသည့် သေချာစိတ်ချရသောနေရာသို့ ထွက်ပြေးပါ

  စသည်



One Point:

သတိပေးချက်အဆင့်များအပေါ်လိုက်၍ ထုတ်ပြန်သော တိမ်းရှောင်ရေးသတင်းများ

သတိပေးချက်အဆင့်ဆိုသည်မှာ

- ဆူနာမီမဟုတ်သည့် ရေကြီးမှု၊မြေနုန်းတင်မှုဘေးအန္တရာယ်များဖြစ်ပွားမည့်အချိန်များ၌ လုပ်ဆောင်သင့်သော အချက် များကို အချိန်နှင့်တစ်ပြေးညီ သိရှိစေရန် ထုတ်ပြန်သည့် သတင်းဖြစ်သည်။
- ၂၀၁၉မှစ၍ တိမ်းရှောင်ရေးသတင်းအချက်အလက်နှင့် သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်ရေး မိုးလေဝသသတင်း အချက်အလက်တို့ကို အတူတကွ ထုတ်ပြန်ပေးလျက်ရှိသည်။
- သတိပေးချက်အဆင့်(၅)ဆင့်ရှိသည်။

သတိပေးချက်အဆင့်(၁).....	ဘေးအန္တရာယ်အတွက်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန် (မိုးနှင့်မြစ်ရေသတင်းများ ကို ရုပ်မြင်သံကြားနှင့် အင်တာနက်တွင် ရှာဖွေရန်)
သတိပေးချက်အဆင့်(၂)......	တိမ်းရှောင်ရန်ပြင်ဆင်၍ တိမ်းရှောင်ရေးဆိုင်ရာလုပ်ဆောင်ချက်များ ကို ရှာဖွေဖတ်ရှုရန် (မိမိရှိနေသည့်နေရာမှာ အန္တရာယ်ရှိသည့်နေရာလား၊ အန္တရာယ်ရှိနေပါက မည်သည့်နေရာသို့ မည်သို့တိမ်းရှောင်ရမည်ကို ရှာဖွေရန်)
သတိပေးချက်အဆင့်(၃).....	အန္တရာယ်ရှိသည့်နေရာမှ သက်ကြီးရွယ်အိုများတိမ်းရှောင်ရန် (သက်ကြီးရွယ်အိုများ၊ ကလေး များစသည့် တိမ်းရှောင်ရာ၌ အချိန်ပေးရမည့်သူများ တိမ်းရှောင်သင့်သည်)
သတိပေးချက်အဆင့်(၄).....	အန္တရာယ်ရှိသည့်နေရာ အယောက်တိုင်းတိမ်းရှောင်ရန် (အန္တရာယ်ရှိသည့်နေရာ လူတိုင်း ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်း သည့် နေရာသို့ သွားရောက်တိမ်းရှောင်ကြရန်)
သတိပေးချက်အဆင့်(၅)	အသက်အန္တရာယ်ကာကွယ်ရန် အတတ်နိုင်ဆုံးသောလုပ်ဆောင်မှုကို ပြု လုပ်ရန် (ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားနေပြီး သို့မဟုတ်၊ ဖြစ်အံ့ဆဲဆဲအနေအထားဖြစ်သည်။ **တန်ဖိုးရှိသည့် အသက်အား ကာကွယ်ပါ။**)

၃-၃ တိမ်းရှောင်ရန်နည်းလမ်း

လက်တွေ့တိမ်းရှောင်ရာတွင် အောက်ပါအချက်တို့ကို သတိပြုပါ။

- မတိမ်းရှောင်မီ မပျက်မကွက် မီးများကိုငြိမ်းသတ်ခြင်း
- တိမ်းရှောင်ချိန်၌ အထုပ်အပိုးများကို တတ်နိုင်သရွေ့ ကျောတွင်ပိုးကာ လက်နှစ်ဖက်ကို လွတ်လပ်စွာ အသုံးပြုနိုင်ရန် ဆောင်ရွက်ထားခြင်း

One Point:

ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားချိန်တွင်အသုံးပြုသည့် အသံမက်ဆေ့ဝန်ဆောင်မှု

- ကြီးမားသော ငလျင်လှုပ်ခတ်သည့်အခါမျိုး၌ ဖုန်းအဆက်အသွယ်ပြတ်တောက်မှုများ ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။
- ဤကဲ့သို့သောအခြေအနေများ၌ ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားချိန်တွင် အသုံးပြုသည့် အသံမက်ဆေ့ ဝန်ဆောင်မှုများ ရှိသည်။

ပြည်တွင်းရေးရာနှင့် ဆက်သွယ်ရေးဝန်ကြီးဌာန၏ ဝက်ဘ်ဆိုက်တွင်လည်း အကျဉ်းချုပ်သုံးသပ်ချက်ကို တင်ထားပါသည်။

https://www.soumu.go.jp/menu_seisaku/ictseisaku/net_anzen/hijyo/dengon.html

ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားချိန်တွင်အသုံးပြုသည့်အသံမက်ဆေ့နံပါတ် (၁၇၁)

ကြိုးဖုန်း၊ လက်ကိုင်ဖုန်းမှ "၁၇၁" သို့ဆက်သွယ်ခြင်းဖြင့် အသုံးပြုရန် ညွှန်ကြားချက်များကို လိုက်နာကာ လွယ်ကူသောနည်းလမ်းဖြင့် အသံသွင်းခြင်းနှင့် ပြန်လည်နားထောင်ခြင်းများ ပြုလုပ်နိုင်သည်။

အသေးစိတ်ကို အောက်ပါ အင်တာနက်စာမျက်နှာတွင် ဖတ်ရှုပါ။

NTTအရှေ့ဂျပန် : https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/
NTTအနောက်ဂျပန် : https://www.ntt-west.co.jp/dengon/

NTTအရှေ့ဂျပန် NTTအနောက်ဂျပန်

ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားချိန်သုံး စာမက်ဆေ့ (ဝပ်ဆိုက် "၁၇၁") (အင်္ဂလိပ်၊ တရုတ်၊ကိုရီးယား၊ဂျပန်)

ကွန်ပျူတာနှင့် စမတ်ဖုန်းများဖြင့် ကြိုးဖုန်း သို့မဟုတ် လက်ကိုင်ဖုန်း၏ ဖုန်းနံပါတ်ကိုထည့်သွင်းပြီး လုံခြုံရေးအချက်အလက်များကို မှတ်ပုံတင်ခြင်း၊ အတည်ပြုခြင်းများကို ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

ဤနေရာမှအသုံးပြုပါ။

https://www.web171.jp/web171app/topRedirect/

အသေးစိတ်ကို အောက်ပါ အင်တာနက်စာမျက်နှာတွင် ဖတ်ရှုပါ။

NTTအရှေ့ဂျပန် : http://www.ntt-east.co.jp/saigai/web171/
NTTအနောက်ဂျပန် : https://www.ntt-west.co.jp/dengon/web171/

NTTအရှေ့ဂျပန် NTTအနောက်ဂျပန်

ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားချိန်သုံး စာမက်ဆေ့ (လက်ကိုင်ဖုန်း)

လက်ကိုင်ဖုန်းကုမ္ပဏီလည်း စာမက်ဆေ့ဝန်ဆောင်မှု ရှိသည်။

ဤနေရာမှအသုံးပြုပါ။

NTT DOCOMO : http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi
KDDI (au) : http://dengon.ezweb.ne.jp/
SoftBank/Y!mobile : http://dengon.softbank.ne.jp/
Rakuten Mobile : https://public-safety.mobile.rakuten.co.jp/?lang=ja

NTT DOCOMO KDDI (au) SoftBank/Y!mobile Rakuten Mobile

အသေးစိတ်ကို အောက်ပါ အင်တာနက်စာမျက်နှာတွင် ဖတ်ရှုပါ။

NTT DOCOMO : https://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/disaster_board/index.html
KDDI (au) : https://www.au.com/mobile/anti-disaster/saigai-dengon/
SoftBank : https://www.softbank.jp/mobile/service/dengon/
Y!mobile : https://www.ymobile.jp/service/dengon/
Rakuten Mobile : https://public-safety.mobile.rakuten.co.jp/info/public-safety/ja/service.html

NTT DOCOMO KDDI (au) SoftBank Y!mobile Rakuten Mobile

၃-၄ ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားချိန်တွင် အသုံးဝင်သော မိုးလေဝသ သတင်းများကို ရယူခြင်း

မိုးလေဝသအေဂျင်စီသည် ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားချိန်တွင် အသုံးဝင်သော မိုးလေဝသ သတင်းများကို ကြေညာလျက်ရှိသည်။

ထို့အပြင် မိုးလေဝသသတင်းများကို ရုပ်မြင်သံကြား၊ ရေဒီယို၊ အင်တာနက်စသည်တို့တွင် ရယူနိုင် သည်။

မိုးကြီးခြင်းနှင့် လျှော်နှင့်ပတ်သက်သည့် သတင်းအချက်အလက် (ဘာသာစကားအမျိုးမျိုးဖြင့် ပြန်လည် ဖြေကြားခြင်း)

https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html

သဘာဝဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်ရေးသတင်းအချက်အလက်

သဘာဝဘေးအန္တရာယ်နှင့်စပ်လျဉ်းသော သတင်းအချက်အလက်များကို အောက်ပါ အင်တာနက် စာမျက်နှာတွင် ဖတ်ရှုပါ။

https://www.jma.go.jp/jma/en/menu.html

ခိခိခုရု “キキクル” (အန္တရာယ်အတိုင်းအတာပျံ့နှံ့မှု)

ဘေးအန္တရာယ် ဖြစ်ပွားနိုင်သည့် အန္တရာယ်ရှိသောနေရာများကို မြေပုံမှတစ်ဆင့်ရှာဖွေပါ။

ရေနစ်မြုပ်ခြင်း (မြေနိမ့်သောအရပ်၌ ရေဖုံးလွှမ်းခြင်း ဘေးအန္တရာယ်)

https://www.jma.go.jp/bosai/en_risk/#elements:inund

https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html

ရေကြီးခြင်း(မြစ်ရေလျှံခြင်းဘေးအန္တရာယ်)

https://www.jma.go.jp/bosai/en_risk/#elements:flood

https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html

မြေနှုန်းတင်ခြင်းဘေးအန္တရာယ်(တောင်နှင့်ကမ်းပါးများပြိုကျခြင်း ဘေးအန္တရာယ်)

https://www.jma.go.jp/bosai/en_risk/#elements:land

https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html

မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုသတိပေးအဆင့်

မီးတောင်သတင်းအချက်အလက်

https://www.jma.go.jp/bosai/map.html#5/34.5/137/&contents=volcano&lang=en

https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html

One Point:

မိုးကြီးခြင်းသီးသန့်အထူးသတိပေးချက်

- မိုးလေဝသအေဂျင်စီသည် မိုးကြီးခြင်းသီးသန့်အထူးသတိပေးချက်ကို ထုတ်ပြန်လေ့ ရှိသည်။
- မိုးကြီးခြင်းသီးသန့်အထူးသတိပေးချက်သည် ဆယ်စုနှစ်တစ်ခုတွင် တစ်ကြိမ်သာ မိုးကြီးခြင်းဖြစ်ပွားနိုင်သည်ဟု ခန့်မှန်းပြီး၊ ကြီးမားပြင်းထန် သော ဘေးအန္တရာယ်များ ဖြစ်ပွားနိုင်သော အခြေအနေမျိုး၌ ထုတ်ပြန်လေ့ ရှိသည်။

One Point:

ခိခိခုရု "キキクル" (အန္တရာယ်အတိုင်းအတာပျံ့နှံ့မှု)

- မိုးလေဝသအေဂျင်စီသည် မိုရွာသွန်းမှုအခြေအနေကိုအခြေခံ၍၊ ရေလျှံပျက်စီးခြင်း၊ ရေကြီးခြင်း၊ မြေနန်းတင်ခြင်း ဘေးအန္တရာယ်များမကြာမီဖြစ်ပေါ် နိုင်သည့် အန္တရာယ်ရှိသောနေရာများကို ဖော်ပြထားသည့် ခိခိခုရု "キキクル" (အန္တရာယ်အတိုင်းအတာပျံ့နှံ့မှု) မြေပုံကို ကြေညာပေးလျက်ရှိသည်။
- ခိခိခုရု "キキクル" (အန္တရာယ်အတိုင်းအတာပျံ့နှံ့မှု)ကို ဂျပန်နိုင်ငံမိုးလေဝသအေဂျင်စီ၏ အင်တာနက်စာမျက်နှာမှ ၁၀မိနစ်ခြား တစ်ကြိမ် ရယူနိုင်သည်။
- စမတ်ဖုန်းစသည်တို့မှ မိမိနေထိုင်ရာဒေသ၏ အန္တရာယ်အတိုင်းအတာမြင့်တက်မှုသတင်းကို ရယူ၍ အလျင်အမြန် တိမ်းရှောင်ရမည်။

One Point:

ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားချိန်တွင် အသုံးဝင်သော သတင်းအချက်အလက်များ ထုတ်ပြန် ပေးသည့် အက်ပလီကေးရှင်း(Application) "ဘေးအန္တရာယ်ကင်းရှင်းမှုဆိုင်ရာသိကောင်းစရာ များ" (Safety Tips)

- ဂျပန်နိုင်ငံ၌ နိုင်ငံခြားသားခရီးသည်များအတွက် ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားချိန်တွင် အသုံးဝင်သော သတင်းအချက်အလက်များ ထုတ်ပြန်ပေးသည့် အခမဲ့အက်ပလီကေးရှင်း(Application) ရှိသည်။
- ထိုအက်ပလီကေးရှင်းကို စမတ်ဖုန်း၌ ဒေါင်းလော့ပြုလုပ်ထားပါက မိမိ၏ အနီးပတ်ဝန်းကျင်၌ အောက်ပါဘေးအန္တရာယ်များ ဖြစ်ပွားနိုင်ခြေရှိသောအခါမျိုး၌ ကြိုတင် အသိပေးမည်ဖြစ် သည်။

(၁)ငလျင်အရေးပေါ် သတိပေးချက်(မကြာမီအချိန်အတွင်း၌ ပြင်းထန်စွာ လှုပ်ခတ်လာနိုင်သော ကြောင့် မိမိကိုယ်ကိုကာကွယ်ရန်သတိပေးခေါ်ဆိုမှု)

(၂) ဆူနာမီအထူးသတိပေးချက် (ဆူနာမီရောက်ရှိလာနိုင်သောကြောင့် ကုန်းမြင့်ဒေသများသို့ တိမ်း ရှောင်ရန် သတိပေးခေါ်ဆိုမှု)

(၃)မိုးလေဝသစသည်တို့နှင့် စပ်လျဉ်းသော သီးသန့်အထူးသတိပေးချက် (ဆယ်စုနှစ်တစ်ခု၌ တစ်ကြိမ်ပေါ်ပေါက်တတ်သော မိုးကြီးခြင်း၊ မုန်တိုင်းတိုက်ခြင်းများ ဖြစ်ပွားသော်လည်း မထူးဆန်း ဟုဆိုလိုသည့် အကြီးဆုံးအဆင့် သတိပေးခေါ်ဆိုမှု)

(၄)မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုကြားဖြတ်သတင်း (မီးတောင်ပေါက်ကွဲမှုကြောင့် မိမိကိုယ်ကို ကာကွယ်ရန် သတိပေးခေါ်ဆိုမှု)

(၅)အပူလျှပ်ခြင်းဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက်(အပူလျှပ်ခြင်းအန္တရာယ်မှ သင့်ကိုယ်သင် ကာကွယ်ရန် သတိပေးချက်)

- ထို့အပြင် ဘေးအန္တရာယ်ကြုံတွေ့သောအခါ၌ အသုံးဝင်သော သတင်းအချက်အလက်များ ရယူ အသုံးချနိုင်သည်။

(၁)ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားချိန်၌ မည်သို့ဆောင်ရွက်ရမည်ကို သိရှိစေနိုင်သည့် လုပ်ရှားမှုပြဇယား (Flow chart)

(၂) အနီးပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ဂျပန်လူမျိုးများနှင့် ဆက်သွယ်စကားပြောနိုင်သော ဆယ်သွယ်ရေးကတ် (Communication card)

- ဘေးအန္တရာယ်ဖြစ်ပွားချိန်၌ လိုအပ်သော သတင်းအချက်အလက်များကို စုဆောင်းရယူနိုင်သည့် ဝပ်ဆိုက်လင့်ခ် (Website Link)

Android : https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android
iPhone : https://itunes.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174?mt=8

Safety tips | Android | iPhone