I-3 प्राकृतिक विपत्ति तयारी

1. टाइफुन

आँधी प्राय जसो जुलाई देखि अक्टुबरसम्म देखा पर्दछ।

सम्भावित क्षति

- हावा, हुरीले उडाएका बस्तुबाट तपाईलाई चोट लाग्न सक्छ।
- वर्षा, पहिरो र बाढी बाट सचेत रहनु पर्छ।
- घरहरुको डुबान बाट।
- लोड शेडिंग।
- बिजुली बाट पानी आपूर्ति सञ्चालित गर्ने मोटरहरु भएको भवनहरुमा पानी नआउन सक्छ।

टाइफुन, मौसम जानकारी द्वारा पूर्वानुमान गर्न सकिन्छ, त्यसैले मौसम पूर्वानुमान जानकारीको बारे सावधान रहनुहोस्।

टाइफुनकोतयारी

- रेडियो, टिभी र इन्टरनेटबाट मौसम जानकारीमा ध्यान दिनुहोस्। कहिले र कुन क्षेत्रमा टाइफुन पास हुदैछ ध्यान दिनुहोस्।
- ठुलो हावा र वर्षामा, बाहिर नजानुहोस्।
- पिउने पानी, सुख्खा खाना, फ्ल्यासलाइट, र पोर्टेबल रेडियो जस्ता आपतकालीन सामान सहितको झोला हमेसा तयारि अवस्थामा राख्नुहोस
- आपतकालीन अवस्था को लागि नजिकका खाली र सुरक्षित ठाउँ हरु याद गरि राख्नुहोस

2. भूकम्प

जापान विश्वमा धेरै भूकम्प आउने मध्येको एक देश हो। भूकम्पको बेला, जमिन धेरै हल्लाउँछ, फर्निचर र घरका समान पल्टन सक्छ अनि घर बिग्रन पनि सक्छ । केहि केसहरूमा भूकम्पले सुनामी पनि ल्याउन सक्छ।

भूकम्पको बेला

① यदि तपाईं घर वा भवनमा हुनुहुन्छ भने・・・

■आफु टेबलको मुनि जानुहोस अनि माथि बाट खस्ने चिजहरु बाट आफुलाई जोगाउनुहोस्

■जब हल्लाउन कम हुन्छ, तब सबै ग्यास स्टोभहरु र ग्यासबाट चल्ने अन्य उपकरणहरु बन्द गर्नुहोस र ग्यासको मूल पाइप पनि बन्द गर्नुहोस्।

■बाहिर जाने ढोका खुला राख्नुहोस ताकी निकास सुरक्षित होस्।

■लिफ्ट प्रयोग नगर्नुहोस् (लिफ्ट भन्दा सिडी सुरक्षित मानिन्छ)

② यदि तपाईं बाहिर हुनुहुन्छ भने: तपाईं अनि आफ्नो टाउकोलाई माथिबाट झर्ने सम्भावित वस्तुहरूबाट जोगाउनुहोस्। कृपया ब्लकको छेउमा वा घरको छेउ मा नउभिनुहोस। सुरक्षित ठाउँमा जानुहोस् जस्तै भवन विनाको खाली चौर ।

③ यदि तपाईं कार चलाउनुहुन्छ … नआत्तिकन बिस्तारै गाडी को स्पीड घटाएर छेउको सुरक्षित स्थान खोज्नुहोस्। । भूकम्प बन्द भएपनी भूकम्पको झड्का आइरहन सक्ने हुदा सतर्क रहनु होला।

दैनिक तयारी

• भूकम्पको वेला फर्निचर, बुकशेल्फहरू पल्टन सक्ने हुदा भूकम्पको वेला पनि नपल्टने किसिमले डोरीहरुले बाड्नु पनि सुरक्षित मानिन्छ।

• शेल्फ वा बेडरूममा भाडा सिसा या सजिलै फुट्न सक्ने कमजोर चीजहरू नराख्नुहोस ।

• आपतकालीन अवस्थाको लागि एक झोला हमेसा तयार राख्नुहोस जसमा पिउने पानी, सुख्खा खाना, फ्ल्यासलाइट, मोबाइल फोन, रेडियो आदि होस्

３. प्राकृतिक विपत्ति सम्बन्धी सूचनाको लागि

FM COCOLO	７６.５MHZ
NHK 2 प्रसारण	８２８KHZ
NHK रेडियो नम्बर 2 प्रसारण	６６６KHZ
NHK जनरल टिभी	１CH

NHK वोर्ल्ड (विश्व) समाचार（प्रिमियम）

इन्टरनेट

NHK वोर्ल्ड NHK

https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/index.html

ओसाका प्रकोप रोकथाम नेटवर्क

http://www.osaka-bousai.net/pref/index.html

４. सुरक्षित आश्रयस्थलहरु

सुरक्षित आश्रय स्थलहरु प्राकृतिक विपत्ति सरण लिन सकिने ठाउँ हरुलाई मानिन्छ। आफ्नो घर ओर परको सुरक्षित आश्रय स्थलहरु कहाँ कहाँ पर्छ विपत्ति पूर्वनै जानकारी लिनु होला।

तपाईको क्षेत्रको आश्रयस्थल तल लेख्नुहोस :

5. आपतकालीन वस्तुहरूको सूची

वर्ग	जाँच गर्नुहोस्	नाम	वर्ग	जाँच गर्नुहोस्	नाम
खाने कुराहरु		पिउने पानी	अरु		टर्च
		सुख्खा रोटी • क्यानडिब्बा वाला खाना आपतकालीन खाना			मोबाइल रेडियो
दैनिक आवश्यक सामान हरु		काममा लगाउने पन्जा			ब्याट्री
		टावल			मैनबत्ती /लाइटर
		प्लास्टिकको झोला			आर्मी चक्कु
		ट्वाइलेट पेपर / वेट तिस्सु			सेफ्टी हेलमेट
बहुमुल्य सामानहरु		नगद (सिक्का)			साधारण शौचालय
		मोबाइल फोन			पानी बिना प्रयोग गर्न सकिने शैम्पू
		निक्षेप बैंक पासबुक र सील/ईंकान			जुत्ता
		स्वास्थ्य बीमा कार्ड/ ड्राइभर इजाजतपत्र			आपतकालीन औषधि/ नियमित औषधि
		राहदानी			लेख्ने सामानहरु
		जाइर्यु कार्ड			बाहिरी कपडा / अंडरवियर