

क) भुकम्प आएमा

I 地震がおこったら

१) भुकम्प आएमा हुन सक्ने क्षति र बिपत्ति 1 地震の時に起こる災害・被害

बिपत्ति 災害



(सुनामी)

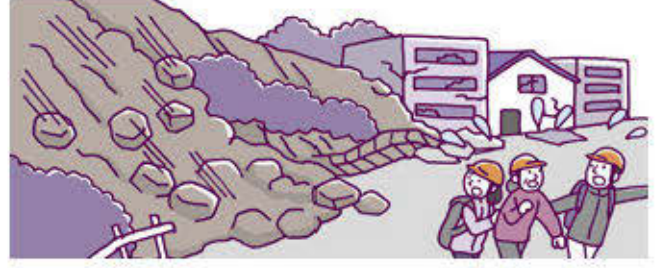
समुन्द्रको मुनि भुकम्प गयो भने समुद्रको तल्लो सतह छुटिन गई समुद्र सतहमा दबाब सृजना हुन्छ र सुनामी आउँछ । नदिनाला तथा समुद्र नजिक रहनुहुने व्यक्तिहरुले साबधानी अपनाउनुहोस् ।

【津波】 地震が海底でおこると、地殻のずれが海面に伝わり津波がおきます。海や川の近くにいる人は注意してください。

(आगलागी)

भुकम्प पछि आगलागी हुन सक्छ । कम्पन रोकिए पछि तुरन्त आगो निभाउन पर्दछ । साथै आगलागी हुनासाथ निभाउन जरुरी छ ।

【火事】 地震の後、火事がおこる可能性があります。地震の揺れがおさまったらずぐに火を消して、火が出たらすぐ消火することが大切です。



(पहिरो)

पहाडको भीर-पखेराबाट पहिरो जान वा ढुंगा आदि खस्न सक्छ ।

【土砂崩れ、がけ崩れ】 山の急な斜面では土砂やがけが崩れてくる可能性があります。

(भवन संरचनाहरु भत्किने)

घर, भवनहरु भत्कन सक्छन । त्यस्तै भत्किएका संरचनामा मानिस थिचिने, पुरिने हुन सक्छ ।

【建物の倒壊】 家や建物がこわれ、人が下敷きになる場合があります。



दैनिक जीवनमा समस्या लाइफライン等の被害

(लोडसेडिङ्ग)

भुकम्पको कारणले बिजुली बत्ती जान सक्छ । त्यसैले उज्यालोका लागि टर्च लाईट आदिको ब्यबस्था गर्न आवश्यक छ ।

【電気が止まる】

地震の影響で、停電となることが想定されます。懐中電灯などのそなえが必要です。



(पानीको आपूर्ति बन्द)

धेरै स्थानमा धाराको पानी रोकिन सक्छ । पिउने पानीको साथै ट्वाइलेटमा प्रयोग गर्ने पानीको पनि अभाव हुन सक्छ ।

【水が止まる】

多くの地域で水道が止まると想定されます。飲料水はもちろん、トイレなどに使う生活用水も不足します。



(ग्याँस बन्द हुने)

भुकम्पको कारणले ग्याँस बन्द हुन सक्छ । खाना पकाउन, कोठा तताउन र नुहाउनको लागि समस्या हुन सक्छ ।

【ガスが止まる】

地震の影響で、ガスが止まることが想定されます。調理、暖房、入浴などができなくなる可能性があります。

(सवारी साधन बन्द हुने)

रेल, सिन्वानसेन, सववे रेल र बस सेवाहरु ठप्प हुन सक्छन । बिशेष गरी सहरी क्षेत्रहरुमा घर फर्कन नसक्ने मानिसहरु धेरै हुन सक्छन ।

【交通がストップする】

電車や新幹線、地下鉄、バスが止まり、特に都市部では自宅に帰れない人が多く発生します。

(संचारका साधन प्रयोग गर्न नमिल्ने)

बत्ती गएमा मोबाइल फोन, कम्प्युटरहरु चार्ज गर्न नपाईने हुँदा परिवार संग सम्पर्क गर्न नसक्नुका साथै ईन्टरनेटमार्फत सूचना लिन पनि समस्या हुन सक्छ ।

【通信機器が使えない】

電気が止まるため、携帯電話やパソコンの充電ができず、家族等との連絡が取れないほか、インターネットなどで情報を取りづらくなります。

ख) भुकम्प आउँदा गर्नु पर्ने कार्य 2 地震発生時の行動

घरमा हुँदा 自宅

१) आफ्नो ज्यान जोगाउने

कम्पन आएमा पहिले टेबल मुनि लुके

1 身を守る 揺れたらまず机の下にもぐる。



२) छिटो आगो निभाउने

ग्याँसको उपकरण हरु निभाइ मुख्य स्वीच बन्द गर्ने

2 ずばやく火の始末

ガス器具の火を消し、元栓を閉める。



३) आगलागी भएमा

आगो निभाउने यन्त्र आदिको मद्दतले आगो निभाउने

3 火がでたらまず消火 消火器などでずばやく消す。



४) निस्कने ढोकाको पहिचान गर्ने

आतियर बाहिर भाग्ने नभई, ढोका खोलेर बाहिर निस्कने बाटो तय गर्ने

4 出口の確保

あわてて外に飛び出さず、ドアを開けて出口を確保する。



५) आकस्मिक समयका लागि चाहिने सामानको पहिचान गर्ने

आकस्मिक समयका लागि पहिले तयार पारि राखेको सामानहरु हेरेर फेरी एकपटक निश्चित गरी राख्ने

5 非常持出品の確認 準備しておいた非常持出品の中身を再確認する。

६) भुकम्पको जानकारी लिने

रेडियो आदि मार्फत भुकम्प सम्बन्धी जानकारी लिई राख्ने

6 地震情報の入手 ラジオなどで地震の情報をキャッチする。

घर बाहिर हुँदा 外出先

१) कार्यालय तथा बिद्यालय

- टेबल भित्र लुके
- किताबको याक तथा झयालबाट टाढा बसे

1 職場・学校

- 机の下にもぐる。
- 本棚や窓からはなれる。



२) लिफ्टको भित्र भएमा

- सबै तलाको बटन दबाएर शुरुमा रोकिएको तल्लामा निस्कने
- लिफ्टको ढोका नखुलेमा आकस्मिक कल बटन थिच्ने

2 エレベーターの中

- 全ての階のボタンを押し、止まった階で降りる。
- 閉じ込められたら非常用ボタンを押す。

३) गाडी चलाई रहेको अवस्थामा

- गाडीको गति कम गरी सडकको बाँया तिर रोक्ने
- कम्पन नसके सम्म बाहिर ननिस्की कारको रेडियो मार्फत जानकारी लिई राख्ने
- गाडीको साँचो ननिकाली, ढोकाको साँचो नलगाई सुरक्षित स्थानमा जाने

3 車の運転中

- スピードを落とし、道路の左側に停止させる。
- 揺れがおさまるまで外に出ず、カーラジオ等により情報収集する。
- キーをつけたままドアロックせず避難する。

४) समुद्रि तट, नदि किनार तथा ढुंगे भिर नजिक हुँदा

- उच्च स्थानको सुरक्षित स्थानमा आश्रय लिने
- समुद्रि तट, नदि किनार तथा ढुंगे भिर नजिक हुँदा जति सक्दो चाँडो सुरक्षित स्थानमा जाने

4 海岸や川べり・がけの近く

- 高い所に避難する。
- がけの近く・海岸や川べりから早めに避難する。

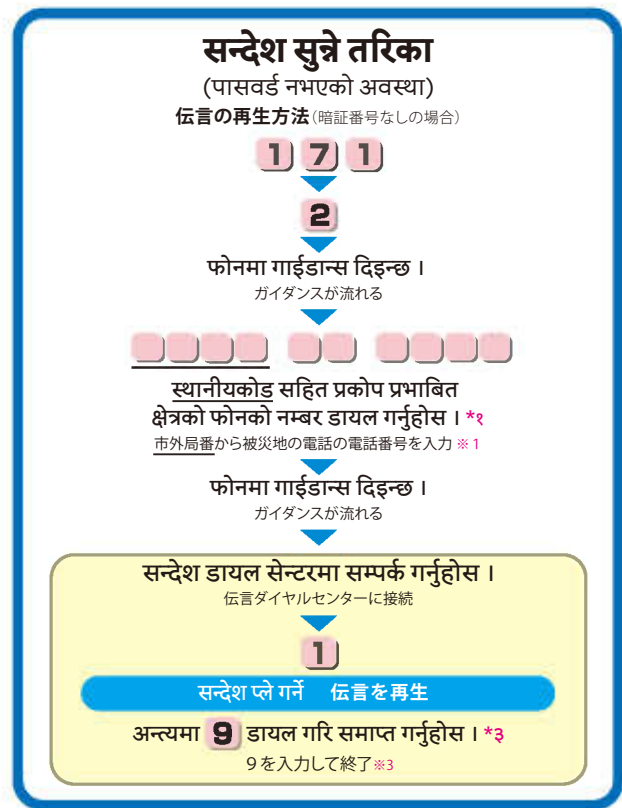
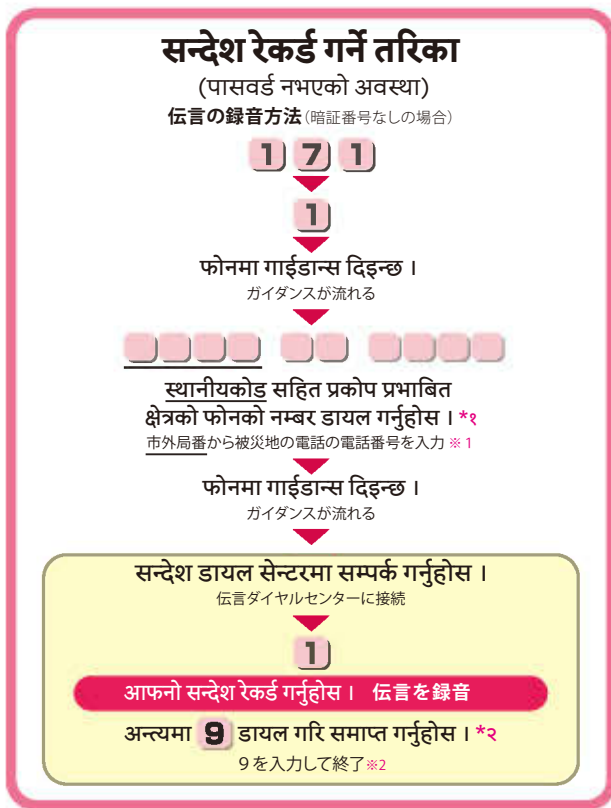


“बिपत्त सन्देश प्रवाह फोन नम्बर १७१” 災害用伝言ダイヤル171

“बिपत्तिको बेला सन्देश प्रवाह गर्ने फोन नम्बर १७१” सेवा ठुला प्राकृतिक प्रकोप आउँदा एन टि टिले उपलब्ध गराउने सेवा प्रणाली हो । बिपत्तिको बेला ल्याण्डलाईन वा सार्वजनिक फोनबाट यस नम्बरमा डायल गरी आफ्नो सन्देश रेकर्ड गरी पठाउन र सुन्न मिल्दछ ।

NTTが提供する「災害用伝言ダイヤル171」は、大きな災害がおきた場合に、安否等の情報を電話（加入固定電話、公衆電話）を使って音声を録音・再生できるシステムです。

- * फोन नम्बर १७१ मा मोबाईल फोन र पिएचएसबाट पनि फोन गर्न मिल्छ तर पहिले नै आफ्नो फोन क्यारियर कम्पनी संग यसको बारेमा बुझि राख्नु पर्दछ ।
- * आफ्नो एउटा सन्देश ३० सेकेण्ड भित्र भनि सेभ गर्नु पर्दछ ।
- * साधारणतया प्रयोग शुल्क, सेवा शुल्क निशुल्क भएतापनि एन टि टि बाहेकका क्यारियरका फोनहरु बाट फोन गर्दा उक्त क्यारियर कम्पनी संग बुझि राख्नु पर्दछ ।
- ▶ “बिपत्तिको बेला सन्देश प्रवाह गर्ने फोन नम्बर १७१” सम्बन्धी यो जानकारी २०१९ मार्चको हो । यस पश्चात सेवा परिवर्तन हुन सक्ने भएकोले बिस्तृत जानकारीको लागि एन टि टि निसिनिहोन तथा एन टि टि हिगासी निहोनको होमपेज हेरेर निश्चित गर्नुहोस ।
- * 171へは携帯電話、PHSからも利用できますが、詳細は各通信会社に確認
- * メッセージは1件30秒以内で本ダイヤル提供終了まで保存
- * 利用料、通話料金は基本的に無料、NTT以外の通信会社の電話から発信する場合は各通信会社に確認
- ▶ 本情報（災害用伝言ダイヤル171）は、平成31(2019)年3月時点のものです。今後変更になる場合もありますので、詳しくはNTT西日本/NTT東日本のHPでご確認ください。



- *१) **प्रकोप प्रभावित क्षेत्रमा:** घर वा प्रकोप प्रभावित क्षेत्रमा रहनु भएका ब्यक्तिहरुको ल्याण्डलाईन वा मोबाईल फोनको नम्बरमा
प्रकोप प्रभावित क्षेत्र बाहेकको क्षेत्रमा: सम्पर्क गर्न चाहेको प्रभावित क्षेत्रको ल्याण्डलाईन वा मोबाईल फोनको नम्बरमा
- *२) “सन्देश सच्याउन” को लागि ८ थिच्ने
- *३) “सन्देश पुनःसुन्न” कोलागि ८ थिच्ने, “अर्को सन्देश सुन्न” को लागि ९ थिच्ने, “सुनि सके पछि सन्देश रेकर्ड” गर्न ३ थिच्ने
- ※ 1 **被災地の方:** 自宅または連絡を取りたい被災地の方の固定電話および携帯電話等の電話番号
その他の地域の方: 連絡を取りたい被災地の方の固定電話および携帯電話等の電話番号
- ※ 2 [録音のやり直し]は8を入力
- ※ 3 [伝言を繰り返す]ときは8を、[次の伝言再生]は9を、[再生後の伝言の録音]は3を入力