# तुरुन्तै सुरक्षित स्थानमा जाऔं

# विपद्को लागी पूर्व तयारी गरौं

山形県警察

## विपद्को लागी पूर्व तयारी गरौं!

## पहिले देखि तयारी गरिराखौ

### सुरक्षित स्थान, जाने बाटोको जानकारी राखे

सुरक्षित स्थान र जाने बाटोको बारेमा परिवार सँग छलफल गरौं !

### आफु बस्ने छेत्र वरीपरी जोखिम स्तरको बारेमा बुझिराखौ

बसोबास गरेको स्थानीय छेत्रको जोखिम स्तरको बारेमा हजाड म्याप (जोखिम छेत्र छुट्याइएको नक्शा) मा पुष्टी गरौं !

### भूकम्प प्रतिरोधी उपाय

घरहरू भूकम्प प्रतिरोधात्मक, फर्नीचरहरु बलियोसँग फिक्सिंग गर्ने आदि प्रकोपबाट क्षति कम गर्ने प्रयास गरौं !

### झटपट झोला तयारी अवस्थामा राखौ

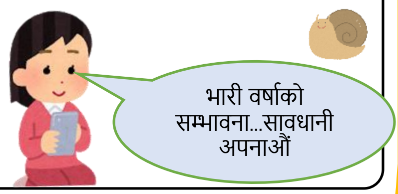
पानी र खानेकुराको अतिरिक्त, चश्मा र सधै खाने औषधिहरू आदि, आफुलाई चाहिने आवश्यक चिजहरू र संक्रामक रोग बाट जोगिन प्रयोग गरिने सामानहरू तयारी अवस्थामा राखौ!

### खानेकुराहरु, पेय पदार्थ आदिको भण्डारण

「तयारी गरौ」,「खानेकुरा」,「किन्नुपर्ने चिज भएमा किन्ने」डेट गएको नगएको हेर्ने रोलिङ स्टक विधि प्रयोग गरेर खानेकुरा भण्डारण गरौ !

### मौसम जानकारीको पुष्टी गर्ने

मौसम जानकारीको जाँच गर्ने बानी बसाली, यसमा चासो बढाऔं।




## भूकम्पको लागी तयारी गरौं !

## ! अचानक कम्पन, पहिले आफैलाई बचाउनको लागि कदम चालौं

### घर भित्र

पहिले, आफ्नो टाउको जोगाउने ! टेबुल मुनि आदि बलियो स्थानमा लुकौं!

### घर बाहिर

ब्लगको पर्खाल, बिजुलीको पोल, भेन्डिङ मेसिन, आदि ढल्ने, खस्ने जोखिम हुने ठाउँबाट तुरुन्तै टाढा जाऔं !

### तटीय क्षेत्र

सुनामी आएमा बच्नको लागी अग्लो पहाड जस्ता सुरक्षित स्थानमा जाऔं!

## लगभग २ घण्टा देखि २ हप्ता सम्म

### भूकम्प चाँहि एकै चोटिमा समाप्त नहुन सक्छ !

भूकम्प जुनसुकै समयमा पनि जान सक्छ !
ठूलो भूकम्प जाने सम्भावना अब सकिएको भन्ने चाँहि हुदैन,
त्यसैले, लापरबाही नगरी देश वा स्थानीय सरकारले जारी गरेको कार्य अनुसार गरौ !

## २ हप्ता ~

### पुन: पुष्टि

भूकम्प आए साबधानी भएर आफ्नो दैनिक जीवनयापन गरि, समय छदैमा तयारी चिजको पुन: पुष्टी गरौं !

# भारी वर्षाको लागि पुर्व तयारी गरौं !

| मौसमको जानकारी | स्थानीय सरकार द्वारा जारी विपद् रोकथाम र सुरक्षित स्थानको जानकारी |
|---|---|

**तुरुन्त साबधानीको जानकारी (चेतावनी अलार्मको सम्भावना)**

**चेतावनी स्तर 1 तुरुन्त साबधानीको जानकारी** (मौसम बिभाग) ˜ अब बाट मौसम बिग्रने खतरा ˜

**चेतावनी स्तर 2 भारी वर्षा बाढी, आँधीबेहरी बाट साबधानी** (मौसम बिभाग) ～मौसम अवस्थाको बिग्रनु～

## यदि पानी पर्न थालेमा, मौसमको जानकारीमा साबधानी अपनाऊ !

**भारी वर्षाबाट साबधानीको जानकारी बाढीबाट साबधानी को जानकारी**

### सुरक्षित स्थानमा जानको लागी तयार गरौ

स्थानीय सरकार र मौसम बिभाग द्वारा जारी गर्ने सुरसित स्थानको जानकारीहरु बटुलौं !
बसोबास गरेको स्थान बाढीपहिरो प्रकोपको चेतावनी क्षेत्र अन्तर्गत पर्छ भने,सुरक्षित ठाउँमा जानको लागि पुष्टी गरि, कुनैपनि समयमा सुरक्षित स्थानमा लानको लागी तयार भै बसौ।

## चेतावनी स्तर 3 बृद्धबृद्धालाई सुरक्षित स्थानमा जान आदि ～विपत्तिको खतरा～

**भारी वर्षाको चेतावनी बाढीको चेतावनी**

## भारी वर्षा हुनु भन्दाअघि चाडैनै नै सुरक्षित स्थानमा जाऊँ !

### वृद्धवृद्धा तुरुन्तै सुरक्षित स्थानमा जाऊँ

भारी वर्षा हुने अनुमान भएमा वा रातको समयमा पानी पर्ने अनुमान भएमा, बृद्धबृद्धा वा सुरक्षित ठाउँमा जान समय लाग्ने मानिसहरु भने सुरक्षित स्थानमा जान सुरु गरौ!
!

## चेतावनी स्तर 4 सुरक्षित ठाउँमा जान आदेश ～प्बिपतको उच्च डर～

**पहिरोको विपत्ति चेतावनीको जानकारी**

## भारी वर्षाको समयमा खतरनाक क्षेत्रबाट तुरुन्तै सुरक्षित स्थानमा जाऊँ !

### वृद्धवृद्धा तुरुन्तै सुरक्षित स्थानमा जाऊँ

पहिरो जाने जोखिमको सम्भावना बढेमा「पहिरोको प्रकोप चेतावनी सूचना」जारी गरिनेछ। घोषणा गरेपछि तुरुन्ते सुरक्षित ठाउँमा जाऊँ!

⚠ चेतावनी स्तर 4「सुरक्षित ठाउँमा जान आदेश」दिएपछि सबैजना सुरक्षित ठाउँमा आश्रयको लागी जाऊँ ! ⚠

**भारीवर्षाको बिशेष चेतावनी**

## चेतावनी स्तर 5 आपतकालीन सुरक्षा सुनिश्चित ～ विपद् आएमा वा अत्यावश्यकता ～

## जीवन बचाउन तत्काल कदम चालौं !

योजना गरिएको सुरक्षित स्थानमा आश्रयको लागी जान खतरनाक हुन्छ भने, अर्को उत्तम विकल्पको रुपमा नजिकैको बलियो भवनको दोस्रो तला वा आफ्नै घरको दुईतल्ला माथि सिधै सुरक्षित स्थानमा जाने आदि त्यसठाउँमा आफ्नो सुरक्षा को सुनिश्चित गर्न कदम चालौं !

## यामागाता ११० नेटवर्क (प्रहरी नब्बर)

**यामागाता प्रीफेक्च पुलिसबाट शान्ति र सुरक्षा लागिको जानकारीहरु इमेल मार्फत प्राप्त गरौं !**

※ प्रकाशित जानकारी चाहनुहुनेले भने, यो QR कोडबाट खाली इमेल पठाउनुहोस, प्रकाशित गरेको इमेल जानकारी अनुसार दर्ता गर्नुहोस। दर्ता गर्न निःशुल्क छ।