

คู่มือ Q&A
การช่วยเหลือชาวต่างชาติเมื่อประสบภัย

สมาคมเชื่อมสัมพันธ์นานาชาติโตเกียว

บทนำ

ปัจจุบันนี้ โอกาสเกิดแผ่นดินไหวในญี่ปุ่นมีสูงมาก คาดการณ์ว่า ภายใน 30 ปีข้างหน้า มีความเป็นไปได้ถึง 70 เปอร์เซ็นต์ ที่เขตเมืองหลวงเมืองใหญ่ๆจะเกิดภัยแผ่นดินไหวในแมกนิจูดถึงระดับ 7

ภัยพิบัติเหลือประมาณจากแผ่นดินไหวเพลิงไหม้ครั้งใหญ่ของเขตอันชินอวาจิในปี 1995 ยังคงอยู่ในความทรงจำ ชาวต่างชาติที่ได้รับภัยพิบัติครั้งนั้นมีจำนวนไม่น้อย เป็นการแสดงถึงความต้องการความช่วยเหลือของชาวต่างชาติที่อาศัยอยู่ในญี่ปุ่น บทเรียนจากกรณีแผ่นดินไหวครั้งใหญ่นี้ ทำให้เห็นถึงความสำคัญว่าแม้ในเวลาปกติก็ต้องมีการเตรียมพร้อมต่อเหตุการณ์ฉุกเฉิน เช่นการจัดเตรียมวิธีสื่อสารกันได้อย่างเป็นระบบระหว่างพื้นที่ประสบภัยและพื้นที่ต่างๆ

การศึกษาในประเด็นดังกล่าวนี้ สร้างผลให้กลุ่มอาสาสมัครได้ร่วมมือกับสมาคมนานาชาติทำให้ความช่วยเหลือชาวต่างชาติได้เป็นอย่างดี เช่น ในกรณีฉุกเฉินครั้งแผ่นดินไหวที่เขตจูเอทซีที่เกิดขึ้น 10 ปีต่อมา

จากการที่ในเวลาปกติ สมาคมนานาชาติจัดทำห้องเรียนสอนภาษาญี่ปุ่น ให้คำปรึกษาการดำรงชีวิตในต่างแดน รวมทั้งกิจกรรมแลกเปลี่ยนวัฒนธรรมนานาชาติ เป็นสถาบันที่ติดต่อกับชาวต่างชาติโดยตรง ถ้าเกิดกรณีภัยพิบัติ จะมีบทบาทที่สำคัญต่อการเป็นศูนย์กลางช่วยเหลือชาวต่างชาติ เช่นเมื่อเกิดสภาวะฉุกเฉิน คาดว่าชาวต่างชาติส่วนใหญ่จะติดต่อสอบถามปัญหาต่างๆมายังสมาคม มีการฝากความหวังไว้กับสมาคมนานาชาติให้รับหน้าที่ช่วยเหลือชาวต่างชาติในรายละเอียดอย่างมีประสิทธิภาพ โดยติดต่อร่วมมือกับเจ้าหน้าที่ปกครอง รวมทั้งกลุ่ม NGO, NPO และร่วมมือกับเขตที่เกิดเหตุและเขตศูนย์ช่วยเหลือ

คู่มือนี้จัดขึ้นในรูปแบบ Q&A (คำถาม+คำตอบ) โดยรวบรวมคำถามที่คาดว่าจะมีและรวบรวมคำตอบที่เป็นพื้นฐาน เพื่อให้กลุ่มชุมชนที่เกี่ยวข้องกับการช่วยเหลือรวมทั้งกลุ่มสมาคมนานาชาตินำมาใช้ตอบคำถามชาวต่างชาติได้เมื่อเกิดภัยพิบัติขึ้นมา อย่างไรก็ตาม ในแต่ละชุมชน อาจมีความแตกต่างกันบ้างในด้านโครงสร้างการบริหาร ระบบการช่วยเหลือ การดูแลสถานที่อพยพ การบริการ และระบบด้านภาษา ทั้งยังคำนึงได้ว่าสถานการณ์ช่วงเกิดเหตุและเวลาหลังเกิดเหตุก็จะเปลี่ยนแปลงไป ดังนั้นขอให้ตรวจสอบสภาพที่เป็นอยู่จริงในเขตนั้นๆ และขอให้เพิ่มเติมติดต่อด้วย เพื่อจะได้เป็นคู่มือที่สร้างประโยชน์อย่างยิ่งในช่วงที่เกิดภัยพิบัติ

บทบาทสำคัญในการป้องกันภัยพิบัติมีขั้นตอนดังนี้ “ช่วยตัวเอง” “ช่วยซึ่งกันและกัน” “ช่วยสาธารณะ” สมาคมนานาชาติทำหน้าที่ “ช่วยซึ่งกันและกัน” โดยการพยายามส่งเสริมให้ประชากรชาวต่างชาติเรียนรู้วิธี “ช่วยตัวเอง” ก่อน พร้อมกับให้ความร่วมมือกับฝ่ายปกครองหรือกลุ่มชุมชนแต่ละเขตในการตรวจสอบ เมื่อมีเรื่องรีบด่วนและสำคัญนั้นให้เชื่อมั่นว่า “เริ่มทำจากสิ่งที่ทำได้ก่อน” หวังอย่างยิ่งว่า ขบวนการเตรียมพร้อมนี้จะเพิ่มจิตใจที่ตระหนักถึงการป้องกันภัยและขยายเครือข่ายในวงกว้างขึ้น

สารบัญ

1	การหลบภัย	1
1-1	การหลบภัยพิบัติจะต้องไปที่ไหน	1
1-2	บ้านพังเสียหาย(ถูกไฟไหม้)แล้วไม่มีที่นอน ต้องไปที่ไหน มีศูนย์หลบภัยที่ไหนบ้าง	1
1-3	อยากกลับบ้านไปเอาของได้ไหม	2
1-4	กลับบ้านจากบริษัท(หรือที่อยู่ปัจจุบัน) ทำอย่างไรดี	2
1-5	หลบภัยอาศัยอยู่ในรถยนต์ สามารถที่จะได้อาหารหรือยาบ้างไหม	3
2	การช่วยเหลือดูแล	4
2-1	บาดเจ็บ (ป่วย) แล้ว รักษาที่ไหนได้บ้าง	4
2-2	ยาหรือผ้าพันแผลขอได้ที่ไหน กำลังเป็นหวัดอยู่รักษากับคุณหมอได้ที่ไหนบ้าง	4
2-3	กรณีไม่มีเงิน(หรือบัตรประกันสุขภาพ)สามารถที่จะรักษากับหมอได้หรือไม่	4
2-4	ภาษาญี่ปุ่นไม่เป็น แต่ต้องการรักษากับคุณหมอจะอย่างไรดี	5
2-5	คนที่รู้จักเสียชีวิตแล้วทำอย่างไรดี	5
3	อาหาร	5
3-1	น้ำดื่มและอาหารรับได้ที่ไหนบ้าง	5
3-2	อาหารฮาลาล(เนื้อสัตว์ที่ทานได้ในหลักศาสนาอิสลาม)รับได้ที่ไหนบ้าง	6
3-3	ทำอาหารเองที่ไหนได้	6
3-4	ลูกมีภูมิแพ้ไข่(นม แป้ง) จะมีอาหารที่ทานได้ที่ไหนบ้าง	6
3-5	นมหรืออาหารสำหรับทารกรับได้ที่ไหนบ้าง	6
3-6	ซื้ออาหารได้ที่ไหนบ้าง	6
3-7	อาหารอุ่นมีที่ไหนบ้าง	6
3-8	หลบภัยอยู่ที่โบสถ์คริสต์ สามารถจะได้อาหารหรือไม่	7
4	การติดต่อ ข่าวสาร	7
4-1	ตามหาครอบครัวและคนรู้จัก ทำอย่างไรดี	7
4-2	หาข่าวสารของภัยพิบัติได้อย่างไรบ้าง	8
4-3	สามารถที่จะรับฟังถ่ายทอดเป็นภาษาต่างประเทศหรือไม่	8
4-4	ขอรับทราบสภาพรถไฟในเมืองโตเกียว	9
4-5	อยากขับรถไป ใช้ถนนได้หรือไม่	9
4-6	ส่งไปรษณีย์ได้ไหม ส่งที่ไหนได้บ้าง	9

4-7	<u>โรงเรียนประถมและโรงเรียนมัธยมต้นเริ่มตั้งแต่เมื่อไร</u>	10
4-8	<u>โรงเรียนมัธยมปลาย(มหาวิทยาลัย โรงเรียนสายอาชีพและโรงเรียนภาษาญี่ปุ่น)เริ่มตั้งแต่เมื่อไร</u>	10
4-9	<u>ไปสอบเข้าโรงเรียนมัธยมปลาย(มหาวิทยาลัย)ได้หรือไม่</u>	10
5	ชีวิตประจำวัน	11
5-1	<u>รับเสื้อผ้าหรือผ้าห่มได้หรือไม่</u>	11
5-2	<u>อาบน้ำที่ไหนได้บ้าง</u>	11
5-3	<u>มีสัตว์เลี้ยงอยู่ ควรพาไปไหน มีอาหารสำหรับสัตว์เลี้ยงหรือไม่</u>	11
5-4	<u>ธนาคารจะเปิดตั้งแต่เมื่อไร เบิกเงินได้หรือไม่</u>	11
5-5	<u>ที่ขยะที่ไหนได้บ้าง</u>	12
6	ไลฟ์ไลน์(Lifeline)	12
6-1	<u>ไฟฟ้า น้ำประปาและแก๊สสามารถใช้ได้ตั้งแต่เมื่อไร</u>	12
6-2	<u>ต้องการเคลื่อนย้ายโดยใช้รถยนต์ ซื่อน้ำมันได้ที่ไหนบ้าง</u>	13
6-3	<u>ถนนใช้ได้ตั้งแต่เมื่อไร ถนนเส้นไหนใช้ได้บ้าง</u>	13
6-4	<u>รถไฟ(เรือ เครื่องบิน)ใช้ได้ตั้งแต่เมื่อไร รถไฟฟ้า(เรือ เครื่องบิน)ไหนที่มีบริการอยู่</u>	13
7	ที่อยู่อาศัย	13
7-1	<u>จะออกจากบ้านและขอพักอาศัยที่บ้านเพื่อน ทำอย่างไรดี</u>	13
7-2	<u>บ้านเกือบพังเสียหายทำอย่างไรดี</u>	14
7-3	<u>บ้านพังเสียหาย ซ่อมบ้านอย่างไรดี</u>	14
7-4	<u>บ้านถูกไฟไหม้ ทำอย่างไรดี</u>	15
7-5	<u>บ้านพังเสียหาย(บ้านถูกไฟไหม้) มีเงินช่วยค่าครองชีพไหม</u>	15
7-6	<u>จะทำอย่างไรให้บ้านเรือนกลับสู่สภาพเดิม</u>	15
8	การดำเนินการยื่นเรื่อง การขอใบรับรอง	16
8-1	<u>บ้านพัง ทำอย่างไรดี</u>	16
8-2	<u>บ้านเสียหายเพราะถูกไฟไหม้ ทำอย่างไรดี</u>	16
8-3	<u>ทำหนังสือเดินทางหาย ทำอย่างไรดี</u>	16
8-4	<u>วีซ่าหมดอายุ ทำอย่างไรดีคะ</u>	16
8-5	<u>ทำบัตรประจำตัวคนต่างชาติหาย ทำอย่างไรดี</u>	16
8-6	<u>ทำใบขับขี่หาย ทำอย่างไรดี</u>	17
8-7	<u>จะได้เงินสงเคราะห์ไหม</u>	17
8-8	<u>จะยืมเงินเป็นการชั่วคราวได้ไหม</u>	17

8-9	<u>เงินสำหรับจ่ายภาษีและค่าประกันสังคมไม่พอ ทำอย่างไรดี</u>	17
8-10	<u>ย้ายบ้านแล้ว ทำอย่างไรต่อ</u>	18
8-11	<u>สมาชิกครอบครัวเสียชีวิต ทำอย่างไรดี</u>	18
9	<u>การดูแลสภาพจิตใจ</u>	20
9-1	<u>บุตรหลานมีอาการเซ้าซี้ม เพราะช็อกจากแผ่นดินไหว ทำอย่างไรดี</u>	20
9-2	<u>มีสมาชิกครอบครัวหรือคนรู้จักเสียชีวิต กำลังอยู่ในภาวะซึมเศร้า ทำอย่างไรดี</u>	20
10	<u>อื่น ๆ</u>	20
10-1	<u>อยากส่งอาหารและเสื้อผ้าไปยังพื้นที่ประสบภัยจะทำอย่างไรดี</u>	20
10-2	<u>อยากบริจาคเงินจะบริจาคที่ไหนได้บ้าง</u>	20
10-3	<u>สามารถพูดภาษาญี่ปุ่นกับภาษาoo จะช่วยผู้เดือดร้อนจากภัยแผ่นดินไหวอย่างไร</u>	20
10-4	<u>ถึงไม่สามารถพูดภาษาญี่ปุ่นได้มีอะไรช่วยคนที่เดือดร้อนจากแผ่นดินไหวได้บ้างไหม</u>	21
	<u>บทรวมคำศัพท์</u>	22

1 การหลบภัย

1-1 การหลบภัยพิบัติจะต้องไปที่ไหน

- (1) ขณะนี้คุณอยู่ที่ไหน คุณอยู่เขต (เมือง) อะไร ตำบลอะไร บ้านเลขที่เท่าไร
(... อยู่เขต ๐๐ ตำบล ๐๐ หมายเลข๐๐)
สถานที่หลบภัยพิบัติที่ใกล้ที่สุดคือสวน ๐๐ (อาจเป็น โรงเรียน ๐๐ เขต ๐๐)
กรุณาหลบภัยพิบัติที่นั่น เอาเอกสารพิสูจน์สถานภาพของคุณและสิ่งสำคัญติดตัวไปด้วย
- (2) กรุณาหลบภัยตามคำสั่งเจ้าหน้าที่เขต (เมือง อำเภอ และจังหวัด) เจ้าหน้าที่ตำรวจ เจ้าหน้าที่ดับเพลิง

【hinanbasho (ฮินันบะโช) พื้นที่หลบภัย】 คือบริเวณพื้นที่โล่งเพื่อหลบภัยพิบัติชั่วคราวสำหรับประชาชนเมื่อประสบภัย เช่นสวนสาธารณะ

1-2 บ้านพังเสียหาย(ถูกไฟไหม้)แล้วไม่มีที่นอน ต้องไปที่ไหน มีศูนย์หลบภัยที่ไหนบ้าง

- (1) ขณะนี้คุณอยู่ที่ไหน คุณอยู่เขต (เมือง) อะไร ตำบลอะไร บ้านเลขที่เท่าไร
(... อยู่เขต ๐๐ ตำบล ๐๐ หมายเลข ๐๐)
สถานที่หลบภัยพิบัติที่ใกล้ที่สุดคือ โรงเรียนประถม ๐๐ (อาจเป็น โรงเรียนมัธยมต้น ๐๐ ศาลาประชาคม ๐๐) กรุณาไปที่นั่นจะได้รับอาหาร เครื่องดื่ม ผ้าห่ม สิ่งของใช้ประจำวัน แม้ว่าเป็นคนต่างชาติ สามารถที่จะนอนค้างที่นั่นได้ ถ้าต้องการใช้สถานที่โดยเฉพาะสำหรับสวดภาวนา กรุณาปรึกษากับเจ้าหน้าที่ที่นั่นด้วย
- (2) แม้ว่าคนญี่ปุ่นหรือคนต่างชาติก็สามารถได้รับของชนิดเดียวกันที่ศูนย์การหลบภัย คุณสบายใจได้ แต่ศูนย์หลบภัยพิบัติมีกฎที่ต้องทำตามกฎและตามคำสั่งของเจ้าหน้าที่ และเวลาเข้าห้องน้ำหรือรับประทานอาหารก็ต้องเข้าแถวรอคิวและอย่าออกเสียงดัง
ข่าวต่าง ๆ ได้จากกระดานข้อมูล (information board อินฟอर्मะชั่นบอร์ด)

- (3) หากไม่เข้าใจภาษาญี่ปุ่นให้ถามคนไทยที่รู้ภาษาญี่ปุ่น แต่หากไม่มีคนไทยหรือ คนที่เข้าใจภาษาญี่ปุ่นได้ ขอให้ติดต่อเจ้าหน้าที่เขต (เมืองอำเภอ หมู่บ้าน) เจ้าหน้าที่จะหาถามให้ แต่อาจใช้เวลาหน่อย

【hinanjo (ฮินันโย)】 คือศูนย์หลบภัยพิบัติสำหรับนอนค้างได้ชั่วคราว อาจเป็น โรงเรียนหรือศาลา ประชาคม มีอาหาร ของใช้ประจำวัน ผ้าห่มและอื่นๆ เก็บสำรองให้

1-3 อยากกลับบ้านไปเอาของได้ไหม

- (1) ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับด้านบ้านซึ่งลงทะเบียนที่เทศบาลหรือเขตหรือนครหลวงโตเกียว จะเข้าเช็คที่บ้านของคุณก่อนว่าใช้ได้หรือไม่ หลังจากนั้น คุณถึงจะสามารถเข้าบ้าน เพื่อเอาของที่บ้านได้ (ดูคำถามข้อ 2 ในข้อ 7 เรื่อง “ที่อยู่อาศัย” ประกอบ)
- (2) หลังจากแผ่นดินไหวใหญ่จะมีแผ่นดินไหวย่อย (อาฟเตอร์ช็อก) ตามมา เมื่อเข้าไปกลับบ้านควรระวังด้วย

【kenchikubutsu oukyuu kikendo hantei (เคนจิกุบุตซุ โอคิว คิเคงโดะ ฮันเท)】

คือ หลังจากแผ่นดินไหวใหญ่อาจมีแผ่นดินไหวย่อยเข้ามาอย่างแรง เพื่อไม่ให้พบประสบภัยรอบสองจากแผ่นดินไหวย่อย จะมี ผู้สำรวจเช็คว่าคุณปลอดภัยหรือไม่

1-4 กลับบ้านจากบริษัท (หรือที่อยู่ปัจจุบัน) ทำอย่างไรดี

- (1) หาข้อมูลเส้นทางถนนรวมทั้งทางครอครว่าปลอดภัยแล้วหรือไม่ ก่อนออกเดินทางกลับ ห้ามออกเดินทางกลับก่อนที่จะได้รับการรับรองความปลอดภัยของถนน
- (2) เวลาคุณเดินทางกลับ ขอให้เดินกลับถนนใหญ่ ถ้าข้างนอกยังมีอยู่ รอสว่างก่อนแล้วค่อยออกเดินทาง
- (3) ถนนเส้นใหญ่มีสถานที่ช่วยเหลือคนเดินกลับ (เช่นปั้มน้ำมัน) คุณสามารถหาข้อมูลหรือน้ำดื่มได้ แม้ว่าคนชาติไหนก็ตาม ไม่ต้องเสียเงิน ใช้ห้องน้ำได้ด้วย
- (4) หากคุณเดินทางกลับไม่ได้ ขอให้อยู่กับที่ปัจจุบันหรือไปที่ศูนย์หลบภัยพิบัติ คุณสามารถได้รับน้ำดื่ม

หรืออาหาร ไม่ว่าคนญี่ปุ่นหรือคนต่างชาติก็ตาม ไม่ต้องเสียเงินด้วย

- (5) ถ้าเริ่มมีคแล้ว ควรไปที่ศูนย์หลบภัยพิบัติ คุณสามารถนอนที่นั่นได้ ศูนย์หลบภัยพิบัติมีอยู่ที่ไหน คุณสามารถสอบถามกับสถานที่การช่วยเหลือคนเดินทางกลับบ้านหรือถามจากคนที่อาศัยอยู่แถวที่คุณอยู่ขณะนั้น

【kitakushashien-station (คิตะคุชะ ชิเอน สเตชัน)】

คือเมื่อประสบภัยพิบัติ มีสถานที่ให้บริการอย่างชั่วคราว เพื่อคนเดินทางกลับบ้าน อาจเป็นปั๊มน้ำมันหรือ convenience store (ร้านสะดวกซื้อ) สถานที่นั้นอำนวยความสะดวก ① การบริการน้ำประปา ② การให้ใช้ห้องน้ำ ③ ให้ข้อมูลจราจร

1-5 หลบภัยอาศัยอยู่ในรถยนต์ สามารถที่จะได้อาหารหรือยาบ้างไหม

- (1) รับอาหารและยาได้ที่ศูนย์หลบภัยพิบัติ บอกเจ้าหน้าที่ที่ศูนย์หลบภัยพิบัติว่าอาศัยอยู่ในรถยนต์ (→แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติ)
- (2) การอยู่ในรถยนต์และอยู่กับที่ตลอด เลือดจะเป็นก้อนอุดเส้นเลือดขา อาจอุดในปอดแล้วตายได้ ขอให้ยื่นขาและขยับร่างกายบ้าง ทุกๆสองหรือสามชั่วโมง พยายามทานน้ำด้วย หากคุณหมอมาก็ขอรับการตรวจเช็คร่างกาย ไม่ต้องเสียเงิน

【economyclass shoukougun = shinbu joumyaku kessenshou • haisokusenshou
(อาการเอโคโนมีคลัส โขโกคุน โรคชินบุโยเมยะคุเซคเซนโซ โรคไฮโซคุเซนโซ)】

คือนั่งนานหรือนอนนานและไม่ขยับตัวจะทำให้เกิดก้อนเลือดในเส้นเลือดดำที่ขา(shinbu joumyaku kessenshou) และก้อนเลือดเคลื่อนไปถึงปอดอุดเส้นเลือด (haikessen shou→haisokusenshou) ทำให้เสียชีวิตได้



2 การช่วยเหลือดูแล

2-1 บาดเจ็บ (ป่วย) แล้ว รักษาที่ไหนได้บ้าง

ขณะนี้คุณอยู่ที่ไหน คุณอยู่เขต (เมือง) อะไร ตำบลอะไร บ้านเลขที่เท่าไร

(.... อยู่เขต ๐๐ ตำบล ๐๐ หมายเลข ๐๐)

สถานที่ให้การช่วยเหลือดูแลที่ใกล้ที่สุดคือโรงเรียนประถม๐๐ (อาจเป็น โรงเรียนมัธยมต้น๐๐

สวนสาธารณะ ๐๐)

สามารถที่จะรักษากับคุณหมอที่นั่นได้ ไม่ต้องเสียเงิน ไม่ต้องมีประกันสุขภาพ

【 iryoukyuugosho (อิเรียวคิวโกะโอะ)】

คือสถานที่ในศูนย์หลบภัยพิบัติที่แพทย์พยาบาลมาชุมนุมอยู่เพื่อรักษาผู้บาดเจ็บและคนไข้เป็นการชั่วคราว

2-2 ยาหรือผ้าพันแผลขอได้ที่ไหน กำลังเป็นหวัดอยู่รักษากับคุณหมอได้ที่ไหนบ้าง

(1) ไปศูนย์การช่วยเหลือดูแลที่ใกล้ที่สุด ไม่ต้องเสียเงิน ไม่ต้องมีบัตรประกันสุขภาพ

(→แนะนำศูนย์การช่วยเหลือดูแลที่ใกล้ที่สุด)

(2) หากมีไข้สูงก็แจ้งให้คุณหมอทราบ

(กรณีไข้หวัดใหญ่กำลังระบาด ขอให้รักษากับคุณหมอโดยด่วน)

2-3 กรณีไม่มีเงิน (หรือบัตรประกันสุขภาพ) สามารถที่จะรักษากับหมอได้หรือไม่

ไปศูนย์การช่วยเหลือดูแลที่ใกล้ที่สุด ไม่ต้องเสียเงิน ไม่ต้องมีบัตรประกันสุขภาพ

(→แนะนำศูนย์การช่วยเหลือดูแลที่ใกล้ที่สุด)

2-4 ภาษาญี่ปุ่นไม่เป็น แต่ต้องการรักษากับคุณหมอมะจะทำอย่างไรดี

- (1) หลังจากแผ่นดินไหวทันทีทันใดจะไม่มีล่ามที่ศูนย์การช่วยเหลือฉุกเฉินต้องไปกับคนที่เข้าใจภาษาญี่ปุ่น
- (2) แต่หากไม่มีคนไทยหรือ คนที่เข้าใจภาษาญี่ปุ่นได้ ติดต่อเจ้าหน้าที่เขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) เจ้าหน้าที่จะหาล่ามให้ แต่อาจใช้เวลาหน่อย ไม่ต้องเสียเงิน

2-5 คนที่รู้จักเสียชีวิตแล้วทำอย่างไรดี

- (1) ขอให้แจ้งกับตำรวจ และอยู่กับที่อย่างนั้นจนกว่าเจ้าหน้าที่ตำรวจจะมา (→แนะนำสถานีตำรวจที่ใกล้ที่สุด)
- (2) หากไม่รู้จักสถานีตำรวจก็ขอให้ปรึกษากับเจ้าหน้าที่เทศบาลเขต (เมืองอำเภอ หมู่บ้าน) ที่ศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้ที่สุด (→แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติใกล้ที่สุด)
- (3) หากรู้จักครอบครัวหรือเพื่อน ๆ คนที่เสียชีวิตแล้ว แจ้งให้คนๆนั้นทราบ แจ้งที่อยู่และเบอร์โทรศัพท์ของผู้เสียชีวิตให้เจ้าหน้าที่ตำรวจและเจ้าหน้าที่เทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) ทราบ



3 อาหาร

3-1 น้ำดื่มและอาหารรับได้ที่ไหนบ้าง

- (1) น้ำดื่ม อาหาร และผ้าห่มรับได้ที่ศูนย์หลบภัยพิบัติได้ทั้งคนญี่ปุ่นและคนต่างชาติ เข้าแถวรอรับของ (→แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้ที่สุด)
- (2) ท่อน้ำประปาแตก กำลังซ่อมอยู่ต้องใช้เวลาซ่อมประมาณอาทิตย์ถึงสองอาทิตย์ ถึงจะเสร็จ ขอให้ไปรับน้ำดื่มจากสถานที่จ่ายน้ำ รถจ่ายน้ำหรือศูนย์หลบภัยพิบัติ

3-2 อาหารฮาลาล(เนื้อสัตว์ที่ท่านได้ในหลักศาสนาอิสลาม)รับได้ที่ไหนบ้าง

ไม่มีที่ศูนย์หลบภัยพิบัติ มีความจำเป็นต้องหาเองหรือขอให้ท่านอาหารที่ท่านได้ในศูนย์หลบภัยพิบัติ halal food (อาหารฮาลาล) คือชนิดอาหารที่มีเนื้อสัตว์ที่ท่านได้ในหลักศาสนาอิสลาม

3-3 ทำอาหารเองที่ไหนได้

ที่ศูนย์หลบภัยพิบัติไม่สามารถที่จะให้ทำอาหารเองได้ ต้องทำที่บ้านตัวเองแต่ต้องรอให้สามารถใช้แก๊สได้ก่อน แก๊สสามารถใช้ได้ประมาณหลัง 40 วัน หลังจากแผ่นดินไหวขนาดใหญ่ แก๊สจะหยุด เมื่อจะใช้ใหม่ ต้องกดปุ่มมิเตอร์แก๊สซึ่งอยู่ข้างนอกบ้านหรือนอกตึก เมื่อไฟแดงของมิเตอร์ดับ แก๊สถึงจะสามารถใช้ได้ หากแก๊สรั่วจะมีกลิ่น ตรวจเช็คให้แน่ใจก่อนว่าแก๊สไม่รั่ว

3-4 ลูกมีภูมิแพ้ไข่ (นม แป้ง) จะมีอาหารที่ท่านได้ที่ไหนบ้าง

ศูนย์หลบภัยพิบัติไม่มีอาหารพิเศษเป็นต้นว่าไม่ไข่ไข่ ขอให้เช็ก่อนทานว่าอาหารนั้นๆทานได้หรือไม่

3-5 นมหรืออาหารสำหรับทารกรับได้ที่ไหนบ้าง

ศูนย์หลบภัยพิบัติมีนมผง อาหารสำหรับทารกและข้าวต้ม ติดต่อสอบถามเจ้าหน้าที่
(→แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้ที่สุด)

3-6 ซื้ออาหารได้ที่ไหนบ้าง

หลังจากเกิดแผ่นดินไหวประมาณหนึ่งถึงสองอาทิตย์ร้านถึงจะเปิดขาย อาจมีเงินทอนไม่พอ เอาเงินย่อยไปซื้อของ

3-7 อาหารอุ่นมีที่ไหนบ้าง

หลังจากแผ่นดินไหวประมาณสองถึงสี่วันแล้ว จึงค่อยจะสามารถมีอาหารอุ่นทานที่ศูนย์หลบภัยพิบัติทั้งคน

ญี่ปุ่นและคนต่างชาติ เข้าแถวรอเพื่อรับอาหาร (→แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติใกล้ที่สุด)

3-8 หลบภัยอยู่ที่โบสถ์คริสต์ สามารถจะได้อาหารหรือไม่

สามารถรับอาหารได้ที่ศูนย์หลบภัยพิบัติ ติดต่อสอบถามเจ้าหน้าที่ที่ศูนย์หลบภัยพิบัติ และบอกปริมาณจำนวนคนด้วย (→แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติใกล้ที่สุด)



4 การติดต่อข่าวสาร

4-1 ตามหาครอบครัวและคนรู้จัก ทำอย่างไรดี

- (1) มีห้าวิธีคือ วิธีที่หนึ่ง คือสอบถามจากเจ้าหน้าที่ศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้สถานที่อยู่อาศัยของครอบครัวหรือคนรู้จัก (→แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติใกล้ที่สุด)
- (2) วิธีที่สองโดยใช้โทรศัพท์ฟังข้อความ
วิธีส่งข้อความทางโทรศัพท์มีสองวิธีคือหมุนหมายเลข “ 171 ” เพื่อฝากและฟังข้อความสำหรับภัยพิบัติของบริการของ NTT หรือใช้การฝากข้อความบนจอของมือถือ หากมือถือสามารถเชื่อมต่อเน็ตได้ไม่ว่ามือถือบริษัทใดก็สามารถที่จะฝากข้อความได้ ถ้าผู้ที่อยากติดต่อได้ลงทะเบียนฝากข้อความแบบหมุนหมายเลขฝากข้อความสำหรับภัยพิบัติหรือฝากลงบนจอภัยพิบัติของมือถือแล้ว ก็สามารถที่จะรับข้อความได้จากการใช้เบอร์โทรศัพท์ของผู้นั้น
- (3) วิธีที่สามก็คือติดต่อสอบถามที่เทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน)
- (4) วิธีที่สี่คือติดต่อสอบถามที่สถานทูตของตน
- (5) วิธีที่ห้าคือฟังจากวิทยุหรือทีวี หลังจากแผ่นดินไหวประมาณสามวันถึงหนึ่งอาทิตย์ จะมีการแจ้งให้ทราบทางทีวีหรือวิทยุ

【 saigaiyou dengon dial (ไซงโย เองก้องไดซ์ล)】

คือบริการพิเศษของ NTT ที่พูดฝากข้อความหรือรับฟังข้อความได้ เพราะถ้าเกิดแผ่นดินไหวแรงเกินระดับ 6 จะเป็นไปได้อีกที่จะติดต่อกับพื้นที่ประสบภัยพิบัติ

【 saigaiyou dengonban (ไซงโย เองก้องบัง)】

คือบริการของบริษัทโทรศัพท์มือถือที่ฝากข้อความและรับข้อความได้บนเนื้อที่หน้าจอของโทรศัพท์มือถือได้ในกรณีแผ่นดินไหวแรงเกินระดับ 6

4-2 หาข่าวสารของภัยพิบัติได้อย่างไรบ้าง

- (1) ได้ที่ศูนย์หลบภัยพิบัติ (→แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติใกล้ที่สุด)
ขอให้เช็คข่าวสารจากสถานีตำรวจ สถานีดับเพลิงหรือเทศบาลอย่างสม่ำเสมอ
- (2) รถประกาศของเทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) จะแจ้งให้ทราบข่าวสาร หากไม่เข้าใจภาษาญี่ปุ่น ถามคนที่เข้าใจภาษาไทยได้ว่าข่าวนั้น ๆ ประกาศอะไรบ้าง
- (3) เวลาได้ยินเสียงประกาศจากข้างนอกนั่นคือการประกาศข่าวสารของเทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) ขอให้รับฟังข่าวสารจากเทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) หากไม่เข้าใจภาษาญี่ปุ่น ถามคนที่เข้าใจภาษาไทยได้ว่าข่าวสารนั้น ๆ ประกาศอะไร
- (4) กรุณาปรึกษากับเจ้าหน้าที่เทศบาลเขต (เมืองอำเภอ หมู่บ้าน) ของศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้ที่สุด
- (5) กรุณาเช็คดูเว็บไซต์หรือหนังสือประกาศของนครโตเกียว,เขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน)
- (6) บางทีมีข้อมูลที่เป็นข่าวลือเท็จซึ่งไม่ได้ประกาศจากเทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) เช่นกระจายปากต่อปากขอให้ระวังด้วย หากได้ข่าวสารที่คิดว่าอาจเป็นข้อมูลเท็จกรุณาติดต่อสอบถามที่เทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน)

4-3 สามารถที่จะรับฟังถ่ายทอดเป็นภาษาต่างประเทศหรือไม่

- (1) ข่าวสารทางทีวีของ NHK สามารถที่จะรับฟังได้ทั้งภาษาญี่ปุ่นและภาษาอังกฤษ

- (2) ถ่ายทอดทางวิทยุ NHK ไคนิ (โตเกียว 693kHz 500kw) ประกาศการเกิดแผ่นดินไหวแรงเกินระดับ6 ขึ้นไป ข่าวกังระวังภัยสึนามิ ข่าวกังเตือนภัยสึนามิ ถ่ายทอดข่าวกังเตือนภัยด่วน เป็นภาษาอังกฤษ ภาษาเกาหลี ภาษาจีนและภาษาโปรตุเกส AFN (American Forces Network โตเกียว 810kHz) ถ่ายทอดเป็นภาษาอังกฤษ
- (3) เจตโตเกียวสามารถรับฟังได้จาก communityFM

4-4 ขอรับทราบสภาพรถไฟในเมืองโตเกียว

- (1) ทั้ง JR รถไฟใต้ดิน และรถไฟเอกชนหยุดวิ่งหมด
- (2) รถไฟเส้น ๐๐ หยุดระหว่างสถานี ๐๐ ถึงสถานี ๐๐
- (3) รถไฟเส้น ๐๐ วิ่งระหว่างสถานี ๐๐ ถึงสถานี ๐๐

4-5 อยากขับรถไป ใช้ถนนได้หรือไม่

- (1) ถนนสามารถใช้ได้เฉพาะรถหรือมอเตอร์ไซค์ของตำรวจ รถดับเพลิงใน การช่วยเหลือชีวิต (สำหรับฉุกเฉิน สำหรับขนส่ง) ส่วนรถยนต์หรือมอเตอร์ไซค์ธรรมดาห้ามผ่าน จนกว่าจะมีประกาศอนุญาต แต่ถนนเส้นวงแหวน7 วงในและถนนเส้นใหญ่ห้ามใช้
- (2) ข่าวกังเกี่ยวกับจราจรถนนเส้นทางถ่ายทอดทางทีวีและวิทยุ
- (3) อยากไปไหน
จาก ๐๐ ไปถึง ๐๐ ก็ขอใช้ถนนเส้น ๐๐ ถนนเส้น ๐๐ ก็ถนนผ่านหน้า ๐๐

4-6 ส่งไปรษณีย์ได้ไหม ส่งที่ไหนได้บ้าง

- (1) ส่งไปรษณีย์ได้หรือไม่ได้หาข้อมูลได้ที่ศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้ (แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติใกล้ที่สุด)
- (2) นอกจากศูนย์หลบภัยพิบัติ จะมีประกาศทางทีวีและวิทยุ

4-7 โรงเรียนประถมและโรงเรียนมัธยมต้นเริ่มตั้งแต่เมื่อไร

- (1) โรงเรียนประถม (มัธยมต้น) จะแจ้งมาเช่นทางโทรศัพท์เป็นต้น หากโทรศัพท์เสียก็แจ้งแก่โรงเรียนให้ทราบเบอร์โทรศัพท์ที่สามารถติดต่อได้ไว้ด้วย
- (2) สามารถรับข่าวที่โรงเรียนประถม (มัธยมต้น) หรือศูนย์หลบภัยพิบัติได้ ขอให้เช็คดูจากกระดานข้อมูลในศูนย์หลบภัยพิบัติ หรืออาจสอบถามจากเจ้าหน้าที่หลบภัยพิบัติก็ได้
- (3) สอบถามที่เทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) ที่โรงเรียนประถม (มัธยมต้น) ตั้งอยู่

4-8 โรงเรียนมัธยมปลาย (มหาวิทยาลัย โรงเรียนสายอาชีพและโรงเรียนภาษาญี่ปุ่น) เริ่มตั้งแต่เมื่อไร

- (1) สอบถามที่โรงเรียนมัธยมปลาย (มหาวิทยาลัย โรงเรียนสายอาชีพและโรงเรียนภาษาญี่ปุ่น)
- (2) สอบถามที่เทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) ที่โรงเรียนมัธยมปลายและอื่นๆตั้งอยู่
- (3) หาข้อมูลทางเน็ต

4-9 ไปสอบเข้าโรงเรียนมัธยมปลาย (มหาวิทยาลัย) ได้หรือไม่

- (1) สอบถามที่โรงเรียนมัธยมปลาย
- (2) สอบถามที่เทศบาลเขต (เมือง ตำบล หมู่บ้าน) ที่โรงเรียนมัธยมปลายตั้งอยู่
- (3) หาข้อมูลทางเน็ต



5 ชีวิตประจำวัน

5-1 รับเสื้อผ้าหรือผ้าห่มได้หรือไม่

รับผ้าห่ม ผ้าเช็ดตัวหรือเสื้อชั้นในที่ศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้ได้ทั้งคนญี่ปุ่นและคนต่างชาติ เข้าแถวรอคิวรับของได้ (→แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้ที่สุด)

5-2 อาบน้ำที่ไหนได้บ้าง

ไม่มีที่อาบน้ำในศูนย์หลบภัยพิบัติ ขอให้เช็กข้อมูลจากกระดานข้อมูลในศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้ (→แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้ที่สุด)

5-3 มีสัตว์เลี้ยงอยู่ ควรพาไปไหน มีอาหารสำหรับสัตว์เลี้ยงหรือไม่

สัตว์เลี้ยงสามารถพามาที่ศูนย์หลบภัยพิบัติได้ บางทีอาจมีสถานที่หรือกรงสำหรับสัตว์เลี้ยงให้อยู่ด้วย หากมีกรงสัตว์เลี้ยงของตนเอง ให้เอาไปที่คุณจะหลบภัยพิบัติด้วยแต่ไม่มีอาหารสำหรับสัตว์เลี้ยงต้องเอาไปเอง (→แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้ที่สุด)

5-4 ธนาคารจะเปิดตั้งแต่เมื่อไร เบิกเงินได้หรือไม่

จะประกาศวันที่ธนาคารจะเปิดโดยทีวีวิทยุและกระดานข้อมูลศูนย์หลบภัยพิบัติ อาจใช้เวลาสามวันถึงหนึ่งอาทิตย์ถึงจะเบิกเงินได้ เมื่อไปเบิกเงินเตรียมเอาเอกสารพิสูจน์สถานภาพตัวเองและสมุดบัญชีของธนาคารไปด้วย

“เอกสารที่สามารถพิสูจน์สถานภาพ” (“หลักฐานแสดงตัว”)

ตัวอย่างเช่น หนังสือเดินทาง บัตรประจำตัวชาวต่างชาติ (ใบทะเบียนคนต่างด้าว) ใบขับขี่ บัตรประกันสุขภาพ บัตรพนักงานบริษัท บัตรนักศึกษา

5-5 ทิ้งขยะที่ไหนได้บ้าง

- (1) รถเก็บขยะของเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) จะมารับขยะที่บ้านของคุณ สอบถามที่ศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้ว่าจะมาเก็บเมื่อไร
ขอให้แยกขยะเป็นขยะใหม่ได้(กระดาษ พลาสติกเป็นต้น)หรือขยะไม่ใหม่(เหล็ก กระจกเป็นต้น) และจำพวกกระป๋องและขวดขยะขนาดใหญ่จะมาเก็บวันที่ถูกกำหนด
ขยะขนาดใหญ่อย่างเฟอร์นิเจอร์ขอให้เอาออกทิ้งวันที่ถูกกำหนดแจ้งมา
(→แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้ที่สุด)
- (2) วันที่และสถานที่รวมทิ้งขยะ สอบถามเจ้าหน้าที่หรือดูที่กระดานข้อมูลที่ศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้
(→แนะนำศูนย์หลบภัยพิบัติที่ใกล้ที่สุด)
- (3) ในการจัดการทิ้งชิ้นส่วนเสียหายของบ้านที่พังหรือไฟไหม้ จำเป็นต้องใช้ใบรับรองประสบภัยพิบัติ
กรุณาปรึกษากับเจ้าหน้าที่เขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) (อธิบายใบรับรองประสบภัยพิบัติ)



6 ไลฟ์ไลน์ (Lifeline)

6-1 ไฟฟ้า น้ำประปาและแก๊สสามารถใช้ได้ตั้งแต่เมื่อไร

- (1) อาศัยอยู่ที่ไหน เขตไหน ตำบลอะไร
(อยู่เขต ๐๐ ตำบล ๐๐)
เขต ๐๐ ตำบล ๐๐ หยุดส่งไฟฟ้า น้ำประปาและแก๊สจึงไม่สามารถที่จะใช้ได้ระยะหนึ่ง ไฟฟ้าจะสามารถใช้ได้ก็อย่างรวดเร็วภายในประมาณ 2-3 วัน น้ำประปาประมาณ 1-2 อาทิตย์และแก๊สประมาณ 40 วัน
- (2) เขต ๐๐ ย่าน ๐๐ สามารถที่จะใช้ไฟฟ้าประมาณวันที่ ๐๐ ได้
กรุณาเช็คสวิตช์ปิดเปิดเครื่องไฟฟ้าก่อนใช้ ทั้งเช็ควาล์วแก๊สไม่รั่วหรือเปลว หากแก๊สรั่วจะมีกลิ่น

- (3) แก๊สสามารถใช้ได้ประมาณวันที่ ๐๐
เวลาใช้แก๊ส กดปุ่มมิเตอร์แก๊สแล้วรอ ไฟสีแดงดับก่อนจึงจะสามารถใช้ได้ กรุณาเช็ก่อนใช้ว่าแก๊สรั่วหรือไม่ หากแก๊สรั่วจะมีกลิ่น

6-2 ต้องการเคลื่อนย้ายโดยใช้รถยนต์ ซื่อน้ำมันได้ที่ไหนบ้าง

- (1) กรุณาเช็ก่อนว่าสามารถที่จะใช้ถนนได้หรือไม่
- (2) ตอนนี้คุณอยู่ที่ไหน สามารถที่จะซื้อจากปั้มน้ำมัน ๐๐ ได้ ซึ่งอยู่ที่เขต ๐๐ ตำบล ๐๐ บ้านเลขที่ ๐๐ รถติดมากจึงควรใช้รถยนต์เท่าที่จำเป็นเท่านั้น

6-3 ถนนใช้ได้ตั้งแต่เมื่อไร ถนนเส้นไหนใช้ได้บ้าง

อยากได้ข้อมูลถนนเส้นไหน

ถนนเส้น ๐๐ จาก ๐๐ มุ่งสู่ ๐๐ ระยะเวลาตั้งแต่ ๐๐ ถึง ๐๐ ไม่สามารถที่จะใช้ได้ เส้น ๐๐ สามารถใช้ได้ตั้งแต่วันที่ ๐๐ เดือน ๐๐ (อีกหลัง๐๐เดือน)

6-4 รถไฟ (เรือ เครื่องบิน) ใช้ได้ตั้งแต่เมื่อไร รถไฟฟ้า (เรือ เครื่องบิน) ไหนที่มีบริการอยู่

ข่าวสารเกี่ยวกับรถไฟ (เรือ เครื่องบิน) จะประกาศทางทีวีหรือวิทยุ



7 ที่อยู่อาศัย

7-1 จะออกจากบ้านและขอพักอาศัยที่บ้านเพื่อน ทำอย่างไรดี

- (1) หากบ้านพังกินาสมแล้วขอให้คิดป้ายไว้ด้วยว่าจะย้ายไปอยู่ที่ไหน

- (2) แม้าย้ายออกจากบ้าน ขอให้เช็คข่าวจากเทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) ที่เคยอาศัยอยู่อาทิตย์ละครั้ง โดยข่าวที่มาจากเทศบาลเขต (เมืองอำเภอ หมู่บ้าน) นั้นสามารถเช็คได้ที่กระดานข้อมูลศูนย์หลบภัยพิบัติหรือสอบถามเจ้าหน้าที่
- (3) หากจะออกจากบ้านที่อาศัยเป็นเวลานานหรือย้ายบ้าน ขอให้ดำเนินการแจ้งเรื่องการย้ายบ้านที่เทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) ที่คุณย้ายเข้าไป

7-2 บ้านเกือบพังเสียหายอย่างไรดี

- (1) ผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับด้านบ้านซึ่งลงทะเบียนที่เทศบาลนครหลวงโตเกียวหรือเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) จะมาตรวจดูบ้านของคุณว่าใช้ได้หรือไม่ ห้ามเข้าบ้านเองจนกว่าผู้เชี่ยวชาญทางด้านบ้านจะมา หลังเช็คแล้ว จะติดใบประกาศผลตรวจเช็คให้ (กรุณาดู “การหลบภัยพิบัติ” ข้อ 3)
- (2) หลังจากแผ่นดินไหวขนาดใหญ่อาจเกิดแผ่นดินไหวย่อย (อาฟเตอร์ช็อก) ต่อมาหลายครั้ง เวลาเข้าใกล้บ้าน ต้องระวังตัวด้วย

7-3 บ้านพังเสียหาย ซ่อมบ้านอย่างไรดี

- (1) หากบ้านพังเสียหาย กรุณาปรึกษากับเทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) จะได้รับการออก “ใบรับรองประสบภัยพิบัติ” เวลาต้องจัดการกับส่วนที่เสียหายของบ้าน หรือรับเงินสงเคราะห์ช่วยเหลือ จำเป็นต้องใช้ “ใบรับรองประสบภัยพิบัติ” นี้
- (2) เวลาบ้านพังเสียหายหมดและจะสร้างบ้านใหม่ สามารถกู้เงินเพื่อสร้างบ้านใหม่ได้ ปรึกษาเทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน)
- (3) เวลาซ่อมบ้านก่อนที่จะก่อสร้าง ขอให้ทำเอกสารใบสัญญาว่าก่อสร้างอย่างไร เท่าไร ระวังอย่าถูกโดนหลอกเพราะรีบร้อนในการจัดการ
- (4) หากไม่ทราบจะให้ใครทำดีหรือมีเรื่องเป็นห่วงก็ปรึกษาเทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน)

【 risai shoumeisho (ริไซโซเมโช) 】

คือไปรับรองแสดงความเสียหายของบ้านเพื่อการช่วยเหลือประสภภัยพิบัติชั่วคราวหรือเร่งด่วน ออกโดยผู้นำเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) หลังตรวจสอบ ออกให้หนึ่งใบต่อหนึ่งหลังคาเรือน

7-4 บ้านถูกไฟไหม้ ทำอย่างไรดี

ให้ปรึกษาศาสนาธิบดีเพลิง

ศาสนาธิบดีเพลิงจะออก “ใบริไซโซเมโซ” (ใบรับรองแสดงความเสียหายของบ้าน) เอกสารนี้ต้องใช้แสดงในการรับเงินสงเคราะห์

7-5 บ้านพังเสียหาย (บ้านถูกไฟไหม้) มีเงินช่วยค่าครองชีพใหม่

- (1) สอบถามที่ว่าการเทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) ขอรับ “ใบริไซโซเมโซ” เพื่อใช้แสดงเวลาได้รับเงินสงเคราะห์
- (2) กรณีมีการแจกให้เงินสงเคราะห์หรือของช่วยเหลืออื่นๆจากที่ว่าการเทศบาล ชาวต่างชาติที่ลงทะเบียนคนต่างด้าว ก็มีสิทธิ์ได้รับ
นอกจากนี้ยังมีการให้ยืมเงินแก่ผู้ที่ประสบความลำบากในการดำรงชีพ หรือแก่ผู้ที่ต้องการกู้ยืมเพื่อไปซ่อมบ้านหรือปลูกสร้างบ้านใหม่
ที่ว่าการเทศบาลแต่ละแห่งมีเงื่อนไขข้อกำหนดแตกต่างกันไป ต้องสอบถามปรึกษาโดยตรง
- (3) ถ้าบ้านของตัวเอง (ที่เป็นเจ้าของเอง ไม่ใช่กรณีเช่า) ได้รับความเสียหายจากแผ่นดินไหว แต่ได้ทำประกันแผ่นดินไหวไว้ ก็จะได้รับเงินประกัน ให้ติดต่อบริษัทประกันภัย

7-6 จะทำอย่างไรให้บ้านเรือนกลับสู่สภาพเดิม

ต่อไปจะมีการแก้ไขซ่อมแซมอย่างไรนั้น ตัดสินด้วยการประชุมหารือกันระหว่างผู้อยู่อาศัย หลังจากนั้นจะก่อสร้างกันใหม่ บางกรณี เจ้าหน้าที่เทศบาลก็จะมาร่วมประชุมด้วย ผลการประชุมหารือ กว่าจะตกลงกันได้ อาจใช้เวลา 2~3 ปี หรือบางทีก็เกิน 10 ปี ถ้าความคิดเห็นของผู้อยู่อาศัยตกลงกันได้เร็ว ก็จะสร้างกันใหม่ได้เร็ว ขอให้ความร่วมมือในการประชุมด้วย



8 การดำเนินการยื่นเรื่อง การขอใบรับรอง

8-1 บ้านพัง ทำอย่างไรดี

ขอรับใบ risai shoumei sho (ใบที่รับรองว่าได้รับความเสียหาย) จากเทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน)
(→แนะนำเทศบาลเขต เมือง อำเภอ หมู่บ้าน)

8-2 บ้านเสียหายเพราะถูกไฟไหม้ ทำอย่างไรดี

ไปขอ risai shoumei sho (ใบที่รับรองว่าได้รับความเสียหาย) ที่สถานีดับเพลิง
(→แนะนำสถานีดับเพลิง)

8-3 ทำหนังสือเดินทางหาย ทำอย่างไรดี

ไปสถานเอกอัครราชทูตของประเทศตนเอง และดำเนินเรื่องยื่นขอทำหนังสือเดินทางใหม่ เอกสารที่จำเป็น
ขอให้ถามที่สถานเอกอัครราชทูต
(→แนะนำสถานเอกอัครราชทูต)

8-4 วิซ่าหมดอายุ ทำอย่างไรดีคะ

ดำเนินเรื่องขอต่ออายุวิซ่าที่ กองตรวจคนเข้าเมือง (เช่นที่ โตเกียว หรือ โอซาก้า) เอกสารที่จำเป็นขอให้ ถาม
ที่ กองตรวจคนเข้าเมือง
เบอร์ติดต่อของ information center (คนที่พูดภาษาต่างประเทศได้จะรับสาย) กองตรวจคนเข้าเมือง
โตเกียวคือ 03-57096-7112 โอซาก้า คือ 06-4703-2100

8-5 ทำบัตรประจำตัวคนต่างชาติหาย ทำอย่างไรดี

ดำเนินเรื่องขอให้ออกบัตรใหม่ที่เทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) นำเอกสารที่สามารถพิสูจน์
สถานภาพตัวเองไปด้วย

8-6 ทำใบขับขี่หาย ทำอย่างไรดี

ดำเนินยื่นเรื่องขอให้ออกใบขับขี่ใหม่ที่สถานีตำรวจ นำเอกสารที่สามารถพิสูจน์สถานภาพตัวเองไปด้วย

8-7 จะได้เงินสงเคราะห์ไหม

คนต่างประเทศที่ลงทะเบียนคนต่างด้าวสามารถได้เงินสงเคราะห์ นำเอกสารที่สามารถพิสูจน์สถานภาพมาขึ้นเรื่องที่เทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน)

【เอกสารที่สามารถพิสูจน์สถานภาพตัวเองได้ “หลักฐานแสดงตัว”】

คือหนังสือเดินทาง บัตรประจำตัวคนต่างชาติ (ใบทะเบียนคนต่างด้าว) ใบขับขี่ บัตรประกันสุขภาพ บัตรพนักงาน บัตรนักศึกษา เป็นต้น

8-8 จะยืมเงินเป็นการชั่วคราวได้ไหม

- (1) คนต่างชาติที่ได้ลงทะเบียนคนต่างด้าวสามารถยืมเงินที่จำเป็นเพื่อดำรงชีวิตได้ ระบบของที่ว่าการแต่ละแห่งอาจแตกต่างกัน ให้ปรึกษาที่เทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน)
นำเอกสารพิสูจน์สถานภาพไปที่แผนกประชาสงเคราะห์ของเทศบาลหรือสมาคมประชาสงเคราะห์สังคมและดำเนินเรื่อง
(→แนะนำสมาคมประชาสงเคราะห์สังคม)
- (2) คนต่างประเทศที่ลงทะเบียนคนต่างด้าวสามารถยืมเงินส่วนหนึ่งเพื่อซ่อมบ้าน เช่าบ้าน สร้างบ้านได้ ระบบของที่ว่าการแต่ละแห่งอาจแตกต่างกัน ให้ปรึกษาโดยนำเอกสารพิสูจน์สถานภาพไปดำเนินเรื่องที่เทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน)

8-9 เงินสำหรับจ่ายภาษีและค่าประกันสังคมไม่พอ ทำอย่างไรดี

คนต่างประเทศที่ลงทะเบียนคนต่างด้าวอาจได้รับการยกเว้นการจ่ายเงินค่าต่างๆดังต่อไปนี้ (ทั้งหมดหรือบางส่วน) ระบบของที่ว่าการแต่ละแห่งอาจแตกต่างกัน ปรึกษาที่เทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน)

- ภาษี
- ค่าประกันสังคม (มีชนิดต่างๆดังตัวอย่าง)

kokumin kenkou hoken โคะคุมินเคนโคโอะเคนเรียว / kokumin nenkin hokenryou โคะคุมินเนนกินโอะเคนเรียว / kouki koureisha hokenryou โคคิโคเรชะโอะเคนเรียว / kaigo hokenryou ไคโงะโอะเคนเรียว / kaigo riyouyou ไคโงริโยเรียว

- ค่าอนุบาล (โรงเรียนอนุบาลรัฐบาล)

8-10 ย้ายบ้านแล้ว ทำอย่างไรต่อ

ดำเนินเรื่องที่เทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) ที่ย้ายบ้านไป เอกสารที่ต้องการ ตามที่แห่งเดียวกัน

8-11 สมาชิกครอบครัวเสียชีวิต ทำอย่างไรดี

- (1) เสียชีวิตเนื่องจากอุบัติเหตุเช่นบ้านพังให้แจ้งความที่สถานีตำรวจ ต้องให้อยู่ในสภาพนั้นจนกว่าเจ้าหน้าที่ตำรวจจะมาตรวจสอบ วิธีการยื่นคำเนินเรื่องต้อง ตามเจ้าหน้าที่ตำรวจ ให้ไปกับคนที่พูดภาษาญี่ปุ่นได้ ถ้าหากคนที่พูดภาษาญี่ปุ่นไม่ได้ ให้แจ้งเจ้าหน้าที่เทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) อาจใช้เวลาบ้างในการหาล่ามให้ ไม่ต้องเสียเงิน
- (2) กรณีเสียชีวิตที่โรงพยาบาล ตามเจ้าหน้าที่ที่โรงพยาบาล
- (3) ยื่นแจ้งการเสียชีวิตที่ว่าการเทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) ในการยื่น ต้องใช้ใบรับรองการตรวจสอบศพ(ออกโดยสถานีตำรวจ)หรือใบรับรองการเสียชีวิต (ออกโดยโรงพยาบาล)
- (4) เรื่องงานศพ ให้ปรึกษากับบริษัทรับจ้างจัดงานศพหรือโบสถ์ของศาสนาที่นับถืออยู่ ในการที่จะฌาปนกิจศพ ต้องใช้ “ใบอนุญาตฌาปนกิจศพ” ใบอนุญาตฌาปนกิจศพนี้จะได้เมื่อตอนยื่นใบแจ้งการเสียชีวิตต่อที่ว่าการเทศบาลเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) หลังการ ฌาปนกิจศพแล้วก็ได้ “ใบอนุญาตวางอัฐิ” จากสถานฌาปนกิจ
- (5) ในการวางอัฐิ (กระดูของผู้เสียชีวิต) ลงในสุสานหรือเจดีย์ในวัดให้ปรึกษากับวัด (โบสถ์ ศาลเจ้า หรือสถานที่ทางศาสนา) ในการวางอัฐิต้องใช้ใบอนุญาตวางอัฐิ ที่ได้จากสถานฌาปนกิจ

【shien seido - ระบบช่วยเหลือ】

ประเทศญี่ปุ่นมีระบบช่วยเหลือด้านเศรษฐกิจ การดำเนินชีวิต เรื่องที่พักอาศัย และการก่อสร้างบ้านใหม่แก่ผู้

ได้รับความเสียหาย

อ้างอิง “ระบบเกี่ยวกับการช่วยเหลือผู้ได้รับความเสียหาย” (คณะรัฐมนตรี)

【 risai shoumei sho - ใบที่รับรองว่าได้รับความเสียหาย】

คือใบรับรองแสดงความเสียหายของบ้านเพื่อการช่วยเหลือประสบภัยพิบัติชั่วคราวหรือเร่งด่วน ออกโดยผู้นำเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) ออกให้หนึ่งใบต่อหนึ่งหลังคาเรือน

【 gaikokujin touroku sho - ใบทะเบียนคนต่างด้าว(บัตรประจำตัวคนต่างชาติ)】

ใบที่รับรองว่าคนต่างชาตินั้นได้ลงทะเบียนพำนักอาศัยอยู่ในประเทศญี่ปุ่น

【 mibun o shoumei suru mono – สิ่งที่เป็นเอกสารพิสูจน์สถานภาพ (หลักฐานประจำตัว)】

หนังสือเดินทาง ใบทะเบียนคนต่างด้าว ใบขับขี่ บัตรประกันสังคมสุขภาพ บัตรพนักงาน บัตรนักศึกษา เป็นต้น

【 shitai ken an sho - ใบรับรองการตรวจสอบศพ】

ใบที่รับรองว่าตำรวจได้ตรวจสอบศพแล้ว เอกสารนี้ออกโดยสถานีตำรวจ

【 shibou shindan sho - ใบรับรองการเสียชีวิต】

เอกสารที่รับรองการเสียชีวิต เอกสารนี้ออกโดยแพทย์หรือทันตแพทย์ที่ยืนยันการเสียชีวิต

【 kasou kyoka sho - ใบอนุญาตฌาปนกิจศพ】

เอกสารที่ต้องการในการฌาปนกิจ (เผา) ศพ เอกสารนี้ที่ว่าการเทศบาลจะออกให้หลังจากได้รับการยื่นใบแจ้งการเสียชีวิต

【 maisou kyoka sho - ใบอนุญาตวางอัฐิ】

เอกสารที่ต้องใช้ในการวางอัฐิลงสุสานหรือเจดีย์ในวัด เอกสารนี้ออกโดยสถานฌาปนกิจ



9 การดูแลสภาพจิตใจ

9-1 บุตรหลานมีอาการเศร้าซึม เพราะช็อกจากแผ่นดินไหว ทำอย่างไรดี

- (1) พยาบาลหรือเจ้าหน้าที่อนามัยจาก ที่ว่าการเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) จะออกตระเวนตรวจตาม ศูนย์ต่างๆ ให้พบบุตรหลาน ไปรับการตรวจ
- (2) กลุ่มอาสาสมัครจะออกตระเวนตรวจตามศูนย์อพยพต่างๆ พวกเขาจะชวนร้องเพลง เล่นเกม หรือวาดรูป เพื่อช่วยให้บุตรหลานของท่านรู้สึกดีขึ้น กรุณาร่วมกิจกรรมพร้อมกับบุตรหลานของท่าน ด้วย กรุณาติดตามประกาศจากกระดานข่าวข้อมูล (information board) ในศูนย์หลบภัยพิบัติ หรือกรุณาติดต่อเจ้าหน้าที่ในศูนย์หลบภัยนั้น

9-2 มีสมาชิกครอบครัวหรือคนรู้จักเสียชีวิต กำลังอยู่ในภาวะซึมเศร้า ทำอย่างไรดี

- (1) พยาบาลหรือเจ้าหน้าที่อนามัยจากทางเขต (เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) จะออกตระเวนตรวจตามศูนย์หลบภัยพิบัติต่างๆ ให้รับการตรวจเช็ควินิจฉัย
- (2) คนที่โศกเศร้าไม่ได้มีเพียงท่านผู้เดียว มีคนที่โศกเศร้าเหมือนกับท่าน และอาจสื่อสารด้วยภาษาเดียวกันอยู่อีก กรุณาลองพูดคุยกับบุคคลเหล่านั้น หรือเพื่อนที่สนิทกันอยู่แล้ว ในศูนย์อพยพหลบภัย หรือในบริเวณโบสถ์



10 อื่น ๆ

10-1 อยากจะทำอาหารและเสื้อผ้าไปยังพื้นที่ประสบภัยจะทำอย่างไรดี

- (1) จะส่งอะไร
(อยากจะทำ ๐๐)

ของที่ประสงค์จะส่งมีสถานที่รับคือ ๐๐ ที่อยู่คือ ๐๐ กรุณาสอบถามเงื่อนไขให้แน่ใจก่อน
เพราะของบางชนิดอาจมีข้อแม้

(2) ต้องการส่งไปที่ไหน มีสถานที่รับคือ ๐๐ ซึ่งอยู่ใกล้พื้นที่นั้น ที่อยู่คือ ๐๐

10-2 อยากบริจาคเงินจะบริจาคที่ไหนได้บ้าง

หน่วยงานที่รับบริจาคคือสภาภาษาญี่ปุ่น และ ๐๐ และ ๐๐
จะบริจาคกับหน่วยงานไหน ส่งโดยโอนเงินเข้าบัญชีธนาคารเบอร์ ๐๐

10-3 สามารถพูดภาษาญี่ปุ่นกับภาษา ๐๐ จะช่วยผู้เดือดร้อนจากภัยแผ่นดินไหวได้อย่างไร

สมัครได้ที่เครือข่ายอาสาสมัคร โตเกียว Tokyo volunteer network เบอร์โทรคือ **

10-4 ถึงไม่สามารถพูดภาษาญี่ปุ่นมีอะไรช่วยคนที่เดือดร้อนจากแผ่นดินไหวได้บ้างไหม

คุณสามารถพูดภาษาอะไรได้บ้าง
ที่เขต ๐๐ มีคนชาติ ๐๐ อยู่มาก กรุณาติดต่อกลุ่มอาสาสมัครชื่อ ๐๐ เบอร์โทร ๐๐

บทรวมคำศัพท์

iryokyuuugosho
医療救護所 【อิริยอกิวโกะโอะโอะ】

คือสถานที่ในศูนย์หลบภัยพิบัติที่แพทย์พยาบาลมาชุมนุมอยู่เพื่อรักษาผู้บาดเจ็บและคนไข้เป็นการชั่วคราว

economyclass shoukougun
エコノミークラス症候群 【อาการเอโคโนมีคัสโซโกกุน】

คือนั่งนานหรือนอนนานและไม่ขยับตัวจะทำให้เกิดก้อนเลือดในเส้นเลือดดำที่ขา (shinbu joumyaku kessenshou) และก้อนเลือดเคลื่อนไปถึงปอดอุดเส้นเลือด (haikessenshou→haisokusensyou) ทำให้เสียชีวิตได้

gaikokujin touroku sho
外国人登録書 【ไบทะเบียนคนต่างด้าว (บัตรประจำตัวคนต่างชาติ)】

ใบที่รับรองว่าคนต่างชาตินั้นได้ลงทะเบียนพำนักอาศัยอยู่ในประเทศญี่ปุ่น

kasou kyoka sho
火葬許可書 【ไบอนุญาติฅาปนกิจศพ】

เอกสารที่ต้องการในการฅาปนกิจ(เผา)ศพ เอกสารนี้ที่ว่าการเทศบาลจะออกให้หลังจากได้รับการยื่นใบแจ้งการเสียชีวิต

kitakushashiens t a t i o n
帰宅者支援ステーション 【คิตะคุชะ ชิเอน สเตชัน】

คือเมื่อประสบภัยพิบัติ มีสถานที่ให้บริการอย่างชั่วคราว เพื่อคนเดินทางกลับบ้าน อาจเป็นปั้มน้ำมันหรือ convenience store (ร้านสะดวกซื้อ) สถานที่นั้นอำนวยความสะดวก ①การบริการน้ำประปา ②การให้ใช้ห้องน้ำ ③ให้ข้อมูลจราจร

kenchikubutsu oukyuukikendo hantei
建築物応急危険度判定 【เคนจิกุบุจิ โอคิว คิเงโอะ ฮันเท】

คือ หลังจากแผ่นดินไหวใหญ่อาจมีแผ่นดินไหวย่อยเข้ามาอย่างแรง เพื่อไม่ให้พบประสบภัยรอบสองจากแผ่นดินไหวย่อย จะมีผู้สำรวจเช็คว่าตึกปลอดภัยหรือไม่

saigaiyou dengon d i a l
災害用伝言ダイヤル 【ไซงโยเงกึ่งไดยัล】

คือบริการพิเศษของ NTT ที่พูดฝากข้อความหรือรับฟังข้อความได้ เพราะถ้าเกิดแผ่นดินไหวแรงเกินระดับ6 จะเป็นไปได้ยากที่จะติดต่อพูดคุยกับพื้นที่ประสบภัยพิบัติ

saigaiyou dengonban
災害用伝言版 【ไซงายโง เคงก้องบัง】

คือบริการของบริษัทโทรศัพท์มือถือที่ฝากข้อความและรับข้อความได้บนเนื้อที่หน้าจอของโทรศัพท์มือถือได้ในกรณีแผ่นดินไหวแรงเกินระดับ6

shien seido
支援制度 【ระบบช่วยเหลือ】

ประเทศญี่ปุ่นมีระบบช่วยเหลือด้านเศรษฐกิจ การดำเนินชีวิต เรื่องที่พักอาศัย และการก่อสร้างบ้านใหม่แก่ผู้ได้รับความเสียหาย

shitai ken an sho
死体検案書 【ใบรับรองการตรวจสอบศพ】

ใบที่รับรองว่าตำรวจได้ตรวจสอบศพแล้ว เอกสารนี้ออกโดยสถานีตำรวจ

shibou shindan sho
死亡診断書 【ใบรับรองการเสียชีวิต】

เอกสารที่รับรองการเสียชีวิต เอกสารนี้ออกโดยแพทย์หรือทันตแพทย์ที่ยืนยันการเสียชีวิต

h a l a l f o o d
ハラールフード 【อาหารฮาลาล】

คือชนิดอาหารที่มีเนื้อสัตว์ที่ทานได้ในหลักศาสนาอิสลาม

hinanjo
避難所 【อินันโย】

คือศูนย์หลบภัยพิบัติสำหรับนอนค้างได้ชั่วคราว อาจเป็นโรงเรียนหรือศาลาประชาคม มีอาหาร ของใช้ประจำวัน ผ้าห่มและอื่นๆ เก็บสำรองไว้

hinanbasho
避難場所 【อินันบะโช “พื้นที่หลบภัย”】

คือบริเวณพื้นที่โล่งเพื่อหลบภัยพิบัติชั่วคราวสำหรับประชาชนเมื่อประสบภัย เช่นสวนสาธารณะ

maisou kyoka sho
埋葬許可書 【ใบอนุญาตวางอัฐิ】

เอกสารที่ต้องใช้ในการวางอัฐิลงสุสานหรือเจดีย์ในวัด เอกสารนี้ออกโดยสถานฌาปนกิจ

mibun o shoumeisuru mono
身分を証明するもの 【สิ่งที่เป็นเอกสารพิสูจน์สถานภาพ (หลักฐานประจำตัว)】

หนังสือเดินทาง ใบทะเบียนคนต่างด้าว ใบขับขี่ บัตรประกันสังคมสุขภาพ บัตรพนักงาน บัตรนักศึกษา เป็นต้น

risai shoumei sho
り災証明書【ரிไซโซเมโซ】

คือใบรับรองแสดงความเสียหายของบ้านเพื่อการช่วยเหลือประสภภัยพิบัติชั่วคราวหรือเร่งด่วน ออกโดยผู้นำเขต
(เมือง อำเภอ หมู่บ้าน) ออกให้หนึ่งใบต่อหนึ่งหลังคาเรือน

平成21年3月発行
災害時の外国人支援 Q&A マニュアル

編集・発行 東京都国際交流委員会
制作協力 共住塾
国際交流・協力 TOKYO 連絡会情報伝達部会
翻訳協力 株式会社 OfficeEduca