

# คู่มือในภาวะฉุกเฉิน

## คุณจะทำอย่างไรในสถานการณ์ภาวะฉุกเฉิน หรือ บาดเจ็บ

[ภาษาไทย]

タイ語版

จัดทำ และจัดพิมพ์ โดย:

คานากาวา โลกคอล ออโตริตี้ สะเตอดี กรุ๊ป ออฟ  
อินเตอร์เนชั่นแนล โพลีส์, ตุลาคม 2006



เมื่อคุณต้องการรถพยาบาล  
จากอาการป่วย  
หรือการบาดเจ็บ กะทันหัน :

โทร

1 1 9 .



ในสถานการณ์เพลิงไหม้ :

ตะโกนว่า “ไฟไหม้”  
เพื่อเตือนภัยผู้คน

โทร

1 1 9 .



หากคุณเป็นผู้เคราะห์ร้ายใน  
เหตุการณ์  
อาชญากรรม หรือ  
ในอุบัติเหตุทางรถยนต์:

โทร

1 1 0 .

### ข้อมูลส่วนตัว

ชื่อ และ นามสกุล: \_\_\_\_\_ กลุ่มโลหิต: \_\_ Rh\_\_

ที่อยู่: \_\_\_\_\_

วันเดือนปีเกิด: \_\_\_\_\_

สัญชาติ: \_\_\_\_\_

ภาษาที่คุณใช้ หารสื่อสาร(อาจมีมากกว่า 1 ภาษา): \_\_\_\_\_

### ญาติที่ติดต่อได้

ชื่อ และ นามสกุล: \_\_\_\_\_ ความสัมพันธ์: \_\_\_\_\_

โทรศัพท์: \_\_\_\_\_ โทรศัพท์มือถือ: \_\_\_\_\_

อีเมล: \_\_\_\_\_

### ที่ทำงาน

ชื่อ และ นามสกุล: \_\_\_\_\_

โทรศัพท์: \_\_\_\_\_

อีเมล: \_\_\_\_\_

- เมื่อคุณประสบอาการป่วยอย่างกะทันหัน หรืออาการบาดเจ็บที่รุนแรง ให้โทรไปที่สถานีดับเพลิงที่หมายเลข 119 เพื่อขอรถพยาบาลให้มาช่วยเหลือ
- เมื่อสถานีดับเพลิงรับสาย ให้แจ้งข้อมูลดังต่อไปนี้
  1. สถานการณ์นี้เป็นสถานการณ์ฉุกเฉิน
  2. แจ้งเรื่องที่เกิดขึ้น (เช่น อาการป่วย หรือ อาการบาดเจ็บ)
  3. สถานที่เกิดเหตุ
  4. ชื่อ และ เบอร์โทรศัพท์ที่สะดวกในการติดต่อ
- หากคุณพูดภาษาญี่ปุ่นไม่ได้ ขอให้คนที่อยู่ใกล้เคียงที่พูดได้โทรศัพท์แทนคุณ

- ในสถานการณ์ไฟไหม้ ให้ตะโกน “ไฟไหม้” เพื่อเตือนเพื่อนบ้านในบริเวณนั้น
- โทรศัพท์ไปที่สถานีดับเพลิง ที่หมายเลข 119 เพื่อขอเครื่องสูบน้ำดับเพลิง
- จะเป็นการอันตรายมากหากคุณพยายามดับไฟด้วยตัวเองโดยลำพัง
- เมื่อสถานีดับเพลิงรับสาย ให้แจ้งข้อมูลดังต่อไปนี้:
  1. เกิดเหตุไฟไหม้ขึ้น
  2. สถานที่เกิดเหตุ เช่น ที่อยู่ หรือ ชื่อของอาคารที่เกิดเหตุ
  3. อะไรที่เป็นเชื้อเพลิง หรือสิ่งที่ถูกเพลิงไหม้
  4. จุดสังเกต ที่อยู่ใกล้เคียง เช่น ดึกที่มีชื่อเสียง
  5. ชื่อ และ เบอร์โทรศัพท์ที่สะดวกในการติดต่อ
- หากคุณพูดภาษาญี่ปุ่นไม่ได้ ขอให้คนที่อยู่ใกล้เคียงที่พูดได้โทรศัพท์แทนคุณ

- หากคุณถูกปล้น เป็นผู้เคราะห์ร้ายในเหตุการณ์ความรุนแรงเกี่ยวข้องกับอุบัติเหตุทางรถยนต์ หรือ เห็นเหตุการณ์/อุบัติเหตุ ให้โทรแจ้งตำรวจที่หมายเลข 110
- เมื่อตำรวจรับสาย ให้บอกข้อมูลดังต่อไปนี้:
  1. เกิดอะไรขึ้น (เช่น เหตุการณ์/อุบัติเหตุ อะไรที่เกิดขึ้น)
  2. เวลาเกิดเหตุ (เช่น อุบัติเหตุเกิดขึ้น \_\_ นาทีที่แล้ว)
  3. สถานที่เกิดเหตุ (เช่น ท่าเลที่ตั้ง หรือ สถานที่ที่เป็นที่รู้จักที่อยู่ใกล้เคียง)
  4. รูปพรรณ ลักษณะเสื้อผ้าของผู้ร้าย และจุดเด่นของภานะที่ใช้
  5. บอกชื่อ และ เบอร์โทรศัพท์ที่สะดวกในการติดต่อ
- หากคุณพูดภาษาญี่ปุ่นไม่ได้ ขอให้คนที่อยู่ใกล้เคียงที่พูดได้โทรศัพท์แทนคุณ

## 10 ข้อแนะนำ ในสถานการณ์เกิดแผ่นดินไหว

แผ่นดินไหวเกิดขึ้นบ่อยในประเทศไทย เมื่อเกิดแผ่นดินไหวขอให้ปฏิบัติตามขั้นตอนดังต่อไปนี้เพื่อป้องกันการบาดเจ็บและเหตุเพลิงไหม้

### ● ในสถานการณ์แผ่นดินไหว

1. เมื่อเกิดการสั่นสะเทือน ให้ป้องกันตัวเองก่อน  
ตัดตัวการปิดแก๊สหัตถ์ และแหล่งอื่นที่จะทำให้เกิดเพลิงไหม้
2. รอจนกว่าการสั่นสะเทือนสงบลง
3. อยู่ในความสงบ และระมัดระวัง  
ตัวเองไม่ให้บาดเจ็บจากวัตถุที่แตกหัก
4. เปิดหน้าต่าง หรือประตูที่ปิดทางเข้าออกของคุณ

5. อย่ารีบร้อนออกจากบ้านของคุณ หรืออาคาร  
เนื่องจากอาจมีวัตถุตกใส่
6. อยู่ห่างจาก ประตู หรือ ผนังห้อง เพราะอาจพังลงมาทับ

### ● หลังจากแผ่นดินไหว

7. รับฟังข้อมูลข่าวสารจาก วิทยุ หรือ โทรทัศน์  
แล้วปฏิบัติตามอย่างระมัดระวัง
8. ให้แน่ใจว่าครอบครัวของท่านและเพื่อนบ้านปลอดภัย
9. ร่วมมือกับผู้อื่นในการช่วยชีวิต และการปฐมพยาบาลเบื้องต้น
10. อย่าสัมผัสสายพานไฟฟ้าลงและ  
ปิดวาล์วท่อส่งแก๊สหลักของบ้านก่อนการ อพยพ

## สถานที่อพยพของครอบครัว (จุดนัดพบ)

ชื่อของจุดนัดพบ:

ที่อยู่:

โทรศัพท์:

- การเตรียมการในสถานการณ์ฉุกเฉิน ให้ปรึกษา  
และวางแผนกับครอบครัวเกี่ยวกับวิธีการสื่อสารระหว่างกัน  
จุดนัดพบและเส้นทางที่ปลอดภัยในการอพยพไปยังส  
ถานที่ตั้งกล่าว

## รายการของที่ต้องการในภาวะฉุกเฉิน

[ของที่ต้องนำติดตัวไปด้วย]

ในกรณีการอพยพ เตรียมสิ่งของเหล่านี้  
โดยใส่ไว้ในกระเป๋าเป้

น้ำดื่ม วิทยุ เสื้อผ้า รองเท้า อาหาร ไม้ขีด หรือ ไฟแช็ก  
ของมีค่า ไฟฉาย เครื่องมือปฐมพยาบาล เครื่องเขียน  
เสื้อผืน เสื้อกันหนาว กระดาษชำระ  
และของจำเป็นอื่นๆในชีวิตประจำวัน

[ของที่ต้องเก็บสำหรับเหตุการณ์ฉุกเฉิน]

จัดเตรียมของเพื่อยังชีพเหล่านี้ประมาณ 3  
วันหลังจากเหตุการณ์แผ่นดินไหว

เทียน แก๊สทำอาหารแบบพกพา เชื้อเพลิงแข็ง น้ำดื่ม  
(ในภาชนะพลาสติก ประมาณ 3 ลิตรต่อคนต่อวัน) และ  
อาหาร

## การติดต่อสมาชิกในครอบครัว

### ● เส้นที่ 1

มีบริการหมายเลขโทรศัพท์ฉุกเฉินสำหรับฝากข้อความ  
สื่อสารกรณีเกิดภัยพิบัติ

การบันทึกข้อความ

171

↓ (คำสั่งตัวเลือกเป็นภาษาญี่ปุ่น)

1

↓ (คำสั่งตัวเลือกเป็นภาษาญี่ปุ่น)

เบอร์โทรศัพท์ (สายตรง)

ของคนที่อยู่ในเขตที่ได้รับภัยพิบัติ (XXX)-XXX-XXXX

↓ (คำสั่งตัวเลือกเป็นภาษาญี่ปุ่น)

การฟังข้อความ

171

↓

2

↓

1 #

↓ (คำสั่งตัวเลือกเป็นภาษาญี่ปุ่น)

บันทึกข้อความ  
(ภายใน 30 วินาที)

↓ (คำสั่งตัวเลือกเป็นภาษาญี่ปุ่น)

9 #

↓ (คำสั่งตัวเลือกเป็นภาษาญี่ปุ่น)

จบขั้นตอน

1 #

↓

ฟังข้อความ

↓

9 #

↓

- โทรศัพท์มือถือเครือข่ายต่างๆ  
ก็ให้บริการการฝากข้อความสื่อสารสำหรับภัยพิบัติในกรณีเ  
ตการณ์ฉุกเฉิน

## ศูนย์ให้คำปรึกษา

ภาษาที่ให้บริการมีหลาย ขึ้นอยู่กับคุณติดต่อชุมชนไทย  
วันทำการวันใดในสัปดาห์

### ● ที่ทำการต่างๆ

เปิดทำการ วันจันทร์ ถึง ศุกร์ ตั้งแต่ 9:00 น. ถึง 12:00 น. และ  
13:00 น. ถึง 16:00 น.

คานากาวา เคนมิน เซ็นเตอร์ 045 (312) 1121

เคนโอ ริเจียน รพรีแฟรคเซอร์เลอ

เอ็ดมินิสเตรชั่น เซ็นเตอร์ 046 (221) 5774

คาวาซากิ เคนมิน เซ็นเตอร์ 044 (549) 0047

### ● หน่วยวินิจฉัยทางการแพทย์

ขอรับคำปรึกษาได้ทุกวันจันทร์ ถึง ศุกร์ ตั้งแต่ 9:00 น. ถึง  
12:00 น. และ 13:00 น. ถึง 16:00 น.

เอ็ม ไอ ซี คานากาวา 045 (317) 8803

### ● หน่วยให้คำแนะนำชุมชน

โยโกฮาม่า เอสโซลิเอชั่น ฟอ อินเตอร์เนชั่นแนล

คอมมิวนิตีแชน แอน เอ็กเซชัน 045 (222) 1209

คาวาซากิ อินเตอร์เนชั่นแนล เอสโซลิเอชั่น 044 (435) 7000

โยโกฮาม่า อินเตอร์เนชั่นแนล เอสโซลิเอชั่น 046 (827) 2166

อิราซุกะ ซิตี้ ออฟฟิส 0463 (21) 8764

ฟูจิซาวา ซิตี้ ออฟฟิส 0466 (25) 1111

ชิคาซากิ ซิตี้ ฮอล (ต้องนัดหมายล่วงหน้า) 0467 (82) 1111

อะซึจิ ซิตี้ ออฟฟิส 046 (225) 2100

ยามาโตะอินเตอร์เนชั่นแนล เอสโซลิเอชั่น 046 (260) 5126

ซากามิฮาระ ซิตี้ ฮอล 042 (769) 8319

ฮาดานो ซิตี้ ออฟฟิส 0463 (82) 2001

ยุกาวาระ เทาว์ ออฟฟิส 0465 (63) 2111

โองากะ เทาว์ ออฟฟิส 046 (285) 2111