Bản đồ cảnh báo nguy hiểm phòng chống thảm họa động đất thị trấn Kota

Hãy thảo luận với gia đình về địa điểm lánh nạn và thông tin liên lạc để đề phòng trường hợp gia đình bị phân tán!

Trường hợp lánh nạn ở nhà
Địa điểm lánh nạn
Thông tin liên lạc

Trường hợp lánh nạn khỏi nơi làm việc, trường học
Địa điểm lánh nạn
Thông tin liên lạc

Phương tiện xác nhận an toàn cho gia đình (ví dụ: số điện thoại nhắn tin khi có thảm họa, bảng nhắn tin khi có thảm họa, SNS, email trên Internet)
Phương pháp xác nhận

Hãy ghi nhớ Số điện thoại nhắn tin khi có thảm họa 171 của NTT
"Nhắn tin khi có thảm họa, không quên (171)" .
Bạn có thể bấm số "171" và ghi âm/phát lại tin nhắn theo hướng dẫn sử dụng.
(Bấm số điện thoại nhà của người trong vùng bị ảnh hưởng bởi thảm họa, v.v... từ mã vùng)

Ghi âm tin nhắn — Nếu cần ghi âm — Mã vùng — Nhập số điện thoại nhà bạn, v.v...
171 ▶▶▶ 1 ▶ 0564 ▶ XX-XXXX
Hướng dẫn sử dụng

Phát lại tin nhắn — Nếu cần phát lại — Mã vùng — Nhập số điện thoại nhà bạn, v.v...
171 ▶▶▶ 2 ▶ 0564 ▶ XX-XXXX
Hướng dẫn sử dụng

Khi xảy ra thảm họa, bạn có thể sử dụng "Bảng tin nhắn khi có thảm họa" từ điện thoại di động. (Vui lòng liên hệ với nhà mạng của bạn để biết thêm chi tiết.)
Ngoài ra, hãy sử dụng SNS cá nhân hoặc quyết định phương thức xác nhận an toàn bằng email trên Internet, v.v...

Cường độ địa chấn

HCường độ địa chấn được quyết định như thế nào?

Cường độ địa chấn do Cơ quan Khí tượng công bố là cường độ rung lắc của trận động đất được đo đạc bằng máy đo cường độ địa chấn. Số liệu này không được quyết định dựa trên hiện tượng xảy ra hoặc tình hình thiệt hại. Cường độ địa chấn được công bố là cường độ địa chấn của "nơi đặt máy đo cường độ địa chấn" , ngay cả cùng trong thị trấn Kota, cường độ địa chấn có thể khác nhau nếu nơi đặt máy khác nhau.

Cường độ địa chấn và tình trạng rung lắc, v.v...

Cường độ địa chấn 0 độ
Con người không cảm nhận rung lắc.

Cường độ địa chấn 1 độ
Một số người đang yên lặng ở trong nhà sẽ cảm nhận rung lắc một chút.

Cường độ địa chấn 2 độ
Hơn một nửa số người đang yên lặng ở trong nhà có thể cảm nhận rung lắc.

Cường độ địa chấn 3 độ
Hầu hết mọi người ở trong nhà đều cảm nhận rung lắc.

Cường độ địa chấn 4 độ
- Hầu hết mọi người đều bất ngờ.
- Các vật dụng treo như đèn điện, v.v... rung lắc mạnh.
- Đồ vật để bấp bênh có thể bị ngã đổ.

Cường độ địa chấn 5 độ yếu
- Hơn một nửa mọi người đều sợ hãi và muốn vịn vào vật gì đó.
- Các loại dụng cụ ăn uống và sách trên kệ rơi xuống.
- Các đồ nội thất không được cố định sẽ bị dịch chuyển, những vật không ổn định có thể bị ngã đổ.

Cường độ địa chấn 5 độ mạnh
- Rất khó bước đi nếu không vịn vào vật gì đó.
- Nhiều đồ vật như các loại dụng cụ ăn uống và sách trên kệ, v.v... rơi xuống.
- Đồ nội thất không được cố định có thể ngã đổ.
- Tường rào bằng gạch không được gia cố có thể đổ ngã.

Cường độ địa chấn 6 độ yếu
Khả năng chống chịu động đất cao — Khả năng chống chịu động đất thấp
- Khó đứng vững.
  Hơn một nửa đồ nội thất không được cố định bị dịch chuyển, cũng có đồ đạc bị ngã đổ. Có khi cửa không mở được.
- Gạch ốp tường và kính cửa sổ bị vỡ, rơi xuống.
- Đối với các tòa nhà bằng gỗ có khả năng chống chịu động đất thấp, mái ngói có thể rơi xuống hoặc tòa nhà có thể bị nghiêng. Cũng có đồ đạc bị ngã đổ.

Cường độ địa chấn 6 độ mạnh
Khả năng chống chịu động đất cao — Khả năng chống chịu động đất thấp
- Phải bò trên mặt đất mới có thể di chuyển. Cũng có thể bị thổi bay.
- Hầu hết các đồ nội thất không được cố định sẽ bị dịch chuyển, đồ đạc ngã đổ nhiều hơn.
- Nhiều tòa nhà bằng gỗ có khả năng chống chịu động đất thấp bị nghiêng hoặc ngã đổ.
- Có thể phát sinh vết nứt lớn, đất trượt và sạt lở núi quy mô lớn.

Cường độ địa chấn 7 độ
Khả năng chống chịu động đất cao — Khả năng chống chịu động đất thấp
- Càng có nhiều tòa nhà bằng gỗ có khả năng chống chịu động đất thấp bị nghiêng hoặc ngã đổ.
- Mặc dù hiếm xảy ra nhưng ngay cả các tòa nhà bằng gỗ có khả năng chống chịu động đất cao cũng có thể bị nghiêng.
- Trong các tòa nhà bê tông cốt thép có khả năng chống chịu động đất thấp, nhiều đồ đạc bị ngã đổ.

Tài liệu tham khảo: "Cường độ địa chấn và tình trạng rung lắc, v.v... (tổng quan)" của Cơ quan Khí tượng

Câu hỏi 1 **Câu trả lời đúng là ① 10 cấp độ!**

Cường độ địa chấn là chỉ số biểu thị tổng hợp về cường độ rung lắc do động đất và được sử dụng làm tiêu chuẩn cho các biện pháp phòng chống thảm họa. Bảng chủ giải trên là tài liệu chỉ dẫn tiêu chuẩn về hiện tượng hoặc thiệt hại sẽ xảy ra trong khu vực xung quanh khi một cường độ địa chấn nào đó được đo đạc.

Hóa lỏng

Sự hóa lỏng bắt đầu xảy ra như thế nào?

Cơ chế xảy ra sự hóa lỏng (sơ đồ) — Lớp cát mềm

Trước khi có động đất
Nước, Hạt cát, Lớp cát mềm
Trạng thái trong đó các hạt cát liên kết lỏng lẻo với nhau và nước chứa đầy trong các khoảng trống tương đối lớn. Vì liên kết yếu nên các hạt cát dễ bị tách ra khỏi nhau.

→ **Động đất xảy ra**

Khi có động đất (sự hóa lỏng xảy ra)
cát phun
Do sự rung lắc của trận động đất, liên kết giữa các hạt cát bị tách rời, các hạt cát dần dần nổi trên mặt nước và trở thành dạng lỏng.

→ **Sụt lún xảy ra**

Sau khi có động đất
Liên kết giữa các hạt cát không còn, nền đất mất khả năng chịu lực và ngôi nhà bị nghiêng hoặc sụt lún. Ngoài ra, vì áp lực nước trong lỏng đất tăng lên trong trận động đất, cát sẽ phun lên mặt đất.

Nền đất phù sa được hình thành từ đất và cát, v.v... được mang đến và tích tụ do lũ tràn ở sông ngòi, sóng thần lúc động đất, v.v... và nền đất từng san lấp ao hồ, đầm lầy, đất trũng ẩm ướt, vết tích của sông ngòi, bờ biển, v.v... không đủ độ rắn chắc, có thể hóa thành dạng lỏng khi bị rung lắc bởi trận động đất lớn. Hiện tượng này được gọi là "hóa lỏng" . Lúc này, ngoài hiện tượng cát phun trào trong đó cát phun lên trên mặt đất cùng với nước ngầm từ đường phố và tòa nhà hoặc từ các vết nứt trên mặt đường, v.v... còn xảy ra hiện tượng đất chảy (chảy sang một bên) trong đó mặt đất chảy theo phương ngang. Nền đất bị sụt lún, các công trình như tòa nhà, v.v... mất đi sự hỗ trợ và không chỉ bị sụt lún hoặc nghiêng (ngả) mà các hố ga chôn dưới đất cũng trồi lên, làm hỏng các công trình như ống dẫn nước và nước thải, khí ga, v.v..., đất và cát hóa lỏng có thể đi vào các ống. Vì những điều này, nhà vệ sinh và đường ống dẫn nước có thể không hoạt động trong vài tháng khiến cho sinh hoạt thường ngày gặp khó khăn. Ngoài ra, cơ sở hạ tầng đô thị như đường phố, cầu, đê sông, v.v... cũng sẽ bị thiệt hại nghiêm trọng, làm tê liệt các chức năng của đô thị.
Hãy tìm hiểu về bản đồ cảnh báo nguy hiểm và thành phần cấu tạo nền đất ở khu vực bạn đang sống. Nếu bạn sống ở nơi dễ xảy ra hiện tượng hóa lỏng, hãy thực hiện các biện pháp như cải tạo nền đất, v.v...

Hình ảnh hiện tượng hóa lỏng

Hình ảnh hiện tượng hóa lỏng

Câu hỏi 2 **Câu trả lời đúng là ① Hóa lỏng!**

Như bạn có thể thấy từ bản đồ ở mặt trước, những khu vực như nơi từng có ao hồ, v.v... ở thị trấn Kota sẽ có nguy cơ hóa lỏng.

Tăng cường khả năng chống chịu động đất, phòng ngừa đồ nội thất ngã đổ

Khả năng chống chịu động đất của nhà bạn có tốt không?

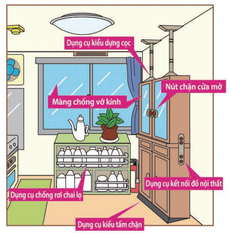
90% số người chết trong trận Động đất lớn Hanshin-Awaji là do nhà cửa và công trình bị sập. Kể từ đó, các nỗ lực đã được thực hiện trên khắp Nhật Bản để tăng cường khả năng chống chịu động đất cho nhà cửa, v.v... Hãy kiểm tra định kỳ xem nhà bạn có đủ khả năng chống chịu động đất để chịu được cường độ địa chấn ước tính hay không và thực hiện các biện pháp thích hợp.

Kiểm tra khả năng chống chịu động đất

Luật Tiêu chuẩn xây dựng được sửa đổi vào tháng 6 năm 1981, trong đó các tiêu chuẩn về khả năng chống chịu động đất cho các tòa nhà đã được tăng cường. Những công trình được khởi công trước thời điểm đó có nguy cơ bị sập do động đất quy mô lớn, vì vậy cần phải thực hiện kiểm tra khả năng chống chịu động đất, xây dựng lại, cải tạo, v.v... nếu cần để tăng khả năng chống chịu động đất.
Thị trấn Kota **thực hiện kiểm tra khả năng chống chịu động đất miễn phí** cho các tòa nhà xây dựng theo phương pháp truyền thống bằng gỗ được khởi công từ ngày 31 tháng 5 năm 1981 trở về trước. Do đó, chúng tôi đang trợ cấp một phần chi phí sửa chữa tăng cường khả năng chống chịu động đất cho những ngôi nhà bằng gỗ có kết quả kiểm tra là "có khả năng bị sập" . Vui lòng tham khảo trang chủ của thị trấn Kota để biết thêm chi tiết.

Trang chủ thị trấn Kota — Trợ cấp chi phí sửa chữa tăng cường khả năng chống chịu động đất
URL tham khảo http://www.town.kota.lg.jp/index.cfm/22,23095,241,233,html

Phòng ngừa đồ nội thất ngã đổ



Điều quan trọng là phải kiểm tra lại cách sắp xếp và cố định đồ nội thất để có thể bảo vệ tính mạng khi khẩn cấp và sẽ không gây trở ngại cho việc lánh nạn!

- Không chặn đường lánh nạn.
- Để đồ nội thất trong phòng ngủ càng ít càng tốt.
- Thực hiện các biện pháp chống vỡ đối với cửa sổ và kính.
- Cố định cửa tủ chén bát để đồ vật bên trong không rơi ra ngoài.
- Thực hiện các biện pháp chống xê dịch đối với đồ nội thất có bánh xe.

Nhiều loại dụng cụ cố định cũng được bán tại các siêu thị gia đình, v.v...!
Hãy lựa chọn phù hợp với ngôi nhà của bạn.

Tài liệu tham khảo: "Hướng dẫn sử dụng thiết bị phòng chống/giảm nhẹ thảm họa L (chuẩn bị) ~ Phiên bản gia đình ~" Đại học Nagoya, Tỉnh Aichi xuất bản tháng 1 năm 2013

Đồ mang theo khi khẩn cấp, đồ dự trữ

Hãy phân biệt "đồ mang theo khi khẩn cấp" và "đồ dự trữ" để chuẩn bị!

Hãy thử kiểm tra.

Sau trận Động đất lớn Đông Nhật Bản, đất nước đã rơi vào tình trạng thiếu hụt đồ cứu trợ ngay cả ở thời điểm 2 tuần sau thảm họa. Từ bài học này, chúng ta thấy được điều quan trọng là phải thực hiện các biện pháp cả trong cuộc sống thường ngày, chẳng hạn như tăng lượng dự trữ thực phẩm có thể bảo quản được lâu, bổ sung cho phần đã sử dụng, v.v...

Đồ mang theo khi khẩn cấp

- ☐ Đèn pin cầm tay
- ☐ Khăn giấy
- ☐ Khăn lau
- ☐ Khăn giấy khử trùng
- ☐ Khẩu trang
- ☐ Bộ sạc
- ☐ Tiền mặt
- ☐ Vật dụng cầm máu
- ☐ Hộp quẹt
- ☐ Dao
- ☐ Đồ lót
- ☐ Găng tay bảo hộ
- ☐ Radio
- ☐ Thức ăn
- ☐ Nón bảo hiểm
- ☐ Pin
- ☐ Bản sao thẻ bảo hiểm
- ☐ Kính
- ☐ Kính áp tròng
- ☐ Đồ dùng vệ sinh
- ☐ Miếng dán giữ nhiệt kairo
- ☐ Thuốc
- ☐ Giấy bạc

Trẻ sơ sinh
- ☐ Thức ăn cho trẻ nhỏ
- ☐ Sữa bột
- ☐ Dụng cụ nấu ăn
- ☐ Sản phẩm khử trùng
- ☐ Tã giấy
- ☐ Khăn giấy ướt

Người bị bệnh
- ☐ Thông tin liên lạc với bác sĩ điều trị chính
- ☐ Ghi chú về bệnh mãn tính
- ☐ Thuốc điều trị bệnh mãn tính

Người cao tuổi
- ☐ Thông tin liên lạc với bác sĩ điều trị chính
- ☐ Ghi chú về bệnh mãn tính
- ☐ Thuốc điều trị bệnh mãn tính

Thú cưng
- ☐ Dây xích
- ☐ Lồng
- ☐ Thức ăn cho thú cưng
- ☐ Vật dụng để đi vệ sinh

Đồ dự trữ

Hãy chuẩn bị đủ cho 7 ngày!

Tiêu chuẩn trọng lượng của đồ mang theo khi khẩn cấp
Nam: 15 kg — Nữ: 10 kg

- ☐ Nước (1 người 3 lít mỗi ngày)
- ☐ Bếp ga mini
- ☐ Bình ga mini
- ☐ Dụng cụ mở hộp
- ☐ Chăn
- ☐ Nến
- ☐ Thực phẩm (đồ hộp, thực phẩm đóng gói tiệt trùng, bánh kẹo)
- ☐ Nhà vệ sinh di động
- ☐ Giấy lau ướt
- ☐ Khăn ướt
- ☐ Sản phẩm kháng khuẩn, khử mùi
- ☐ Bộ sơ cứu
- ☐ Dụng cụ dọn dẹp

Tài liệu tham khảo: "Hướng dẫn sử dụng thiết bị phòng chống/giảm nhẹ thảm họa L (chuẩn bị) ~ Phiên bản gia đình ~" Đại học Nagoya, Tỉnh Aichi xuất bản tháng 1 năm 2013

Câu hỏi 3 **Câu trả lời đúng là ×!**

Hãy phân biệt "đồ mang theo khi khẩn cấp" và "đồ dự trữ" để chuẩn bị! Bằng cách chuẩn bị riêng "đồ mang theo khi khẩn cấp" là đồ tối thiểu cần thiết mang đi khi lánh nạn và "đồ dự trữ" để sinh hoạt tại nhà, bạn có thể bình tĩnh đi lánh nạn, không bị hoảng loạn khi động đất thực sự xảy ra.

Hành động ban đầu

Ở nhà của bạn...
Hãy bảo vệ bản thân ở những nơi có tương đối ít đồ nội thất, chẳng hạn như ở hành lang, v.v... Nếu không có một nơi an toàn gần đó, hãy nấp dưới một chiếc bàn chắc chắn và nắm chặt chân bàn. Nếu bạn không có nơi để nấp, hãy bảo vệ đầu của bạn bằng tấm đệm, v.v... Để đảm bảo an toàn, hãy cố gắng thực hiện phòng ngừa đồ nội thất ngã đổ và chống vỡ kính trước khi động đất xảy ra.

Trên đường phố...
Chú ý các vật rơi đổ như vật rơi từ trên cao xuống và tường rào bằng gạch, máy bán hàng tự động, v.v... Cố thể đến giao thông sẽ ngừng hoạt động, vì vậy hãy chú ý xe ô tô qua lại. Hãy vào bên trong một tòa nhà an toàn. Dây điện chùng xuống thấp cũng nguy hiểm. Trong khu phố dưới lòng đất, có nguy cơ mọi người chen lấn lối ra và hoảng sợ, nhưng vì cứ 60 m lại có một lối ra nên hãy bình tĩnh phán đoán và tìm lối ra gần nhất không đông đúc.

Trong xe ô tô...
Bật đèn cảnh báo nguy hiểm và giảm tốc độ từ từ, sau đó dừng lại ở bên đường. Nếu có khoảng trống, hãy chừa lại khoảng trống đủ để xe cấp cứu có thể đi qua dễ dàng. Thu thập thông tin trên radio xe ô tô, v.v..., khi rời khỏi xe, hãy để nguyên chìa khóa xe và mang theo giấy chứng nhận đăng kiểm xe trước khi rời đi. Trên đường cao tốc, hãy chủ ý những chiếc xe khác và đi lánh nạn khỏi các lối thoát hiểm và nút giao thông.

Trên tầu điện...
Hãy giữ chặt thanh vịn hoặc tay nắm khi tàu dừng lại để không bị ngã. Tại sân ga, hãy di chuyển đến trung tâm của sân ga để tránh bị ngã, đồng thời hãy chú ý các vật thể rơi như bảng hiển thị thông tin, v.v...

Trên núi...
Ngồi xổm hoặc bám vào cây và chờ cho đến khi rung lắc lắng xuống để tránh trượt khỏi vách đá hoặc đường mòn hẹp. Hãy chú ý tránh sạt lở núi, đá rơi và không để bị lạc đường trong khi đi xuống núi.

Ở gần biển...
Hãy đi lánh nạn đến vùng đất cao bất kể cường độ rung lắc mạnh hay yếu. Trước khi ra ngoài, hãy quyết định nơi bạn có thể đến khi khẩn cấp. Sóng thần sẽ ập đến liên tục, vì vậy hãy chờ ở vùng đất cao cho đến khi cảnh báo được gỡ bỏ.

Shake Out

Tập huấn Shake Out là việc tập huấn phòng chống thảm họa thực hiện các hành động an toàn 1-2-3 để bảo vệ bản thân khỏi động đất trong 1 phút.

Cúi thấp người	Bảo vệ đầu	Nằm yên
1	2	3

Ba nguyên tắc lánh nạn khi có sóng thần

① **Không quá phụ thuộc vào dự báo**
Ngay cả những khu vực được cho là an toàn trên bản đồ cảnh báo nguy hiểm cũng có thể có mối nguy hiểm.

② **Cố gắng hết sức**
Đừng nghĩ là "Vẫn không sao" mà hãy đảm bảo an toàn tùy theo tình hình.

③ **Chủ động lánh nạn**
Bản thân bạn hãy chủ động hành động. Đừng để bị chi phối bởi người khác.

Tài liệu tham khảo: "Hướng dẫn sử dụng thiết bị phòng chống/giảm nhẹ thảm họa L (chuẩn bị) ~ Phiên bản gia đình ~" Đại học Nagoya, Tỉnh Aichi xuất bản tháng 1 năm 2013

Câu hỏi 4 **Câu trả lời đúng là ① Chạy đến vùng đất cao trong bất kỳ trường hợp nào!**

Nếu bạn gặp phải động đất ở gần bãi biển hoặc bờ biển, hãy đi lánh nạn đến vùng đất cao bất kể cường độ rung lắc mạnh hay yếu. Đặc biệt, trong trường hợp động đất rung lắc nhẹ và chậm rãi, hãy đi lánh nạn ngay lập tức với tinh thần cảnh giác cao độ về sóng thần.
Hãy lưu ý rằng sóng thần có thể xảy ra ngay cả khi bạn không cảm thấy rung lắc.

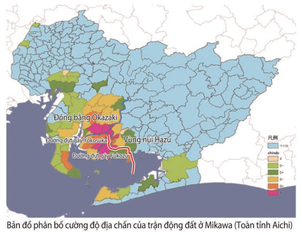
Động đất trong quá khứ

Động đất ở Mikawa

Trận động đất ở Mikawa xảy ra vào lúc 3 giờ 38 phút sáng ngày 13 tháng 1 năm Showa 20 (năm 1945) là trận động đất trong đất liền có cường độ 6,8 độ richter. Có 2306 người chết và 7221 ngôi nhà bị sụp đổ hoàn toàn. Động đất ở Mikawa có đặc điểm là trận động đất xảy ra khoảng 1 tháng sau trận động đất ở Tonankai, tức là trong chiến tranh, và số người chết do trận động đất này lớn hơn số ngôi nhà bị sụp đổ hoàn toàn.
Nhìn vào sự phân bố cường độ địa chấn, có thể thấy rằng các khu vực có cường độ địa chấn cao tập trung ở đồng bằng Okazaki, mở rộng về phía Tây của đường đứt gãy. Mặt khác, có thể thấy làng Kota và làng Toyosaka nằm ở phía Đông là khu vực đồi núi kéo dài từ vùng núi Hazu, có cường độ địa chấn thấp hơn ở phía Tây. Ở đây cũng có thể thấy rằng sự khác biệt về điều kiện nền đất được thể hiện rõ ràng trong việc đánh giá cường độ địa chấn.

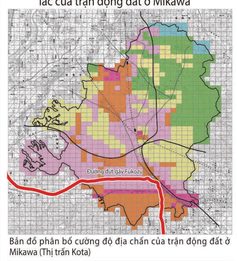
Tình trạng nứt mặt đất

Ruộng lúa trồi lên trên đường đứt gãy Fukozu



Bản đồ phân bố cường độ địa chấn của trận động đất ở Mikawa (Toàn tỉnh Aichi)

Bản đồ phân bố cường độ rung lắc của trận động đất ở Mikawa



Bản đồ phân bố cường độ địa chấn của trận động đất ở Mikawa (Thị trấn Kota)

Chú giải
Đường đứt gãy — * Được biên soạn dựa trên Bản đồ đường đứt gãy đang hoạt động ở tỉnh Aichi
Đơn vị Gal
- 400 (Cường độ địa chấn 7 độ) trở lên
- 350 ~ 400 (Cường độ địa chấn 6 độ mạnh)
- 300 ~ 450 (Cường độ địa chấn 6 độ yếu ~ mạnh)
- 250 ~ 300 (Cường độ địa chấn 6 độ yếu)
- 200 ~ 250 (Cường độ địa chấn 5 độ)
- Từ 200 trở xuống

Khu vực thị trấn Kota đã xác nhận thiệt hại lớn tập trung ở phần phía Nam của thị trấn Kota nơi xuất hiện đường đứt gãy Fukozu. Bản đồ này là bản đồ phân bố cường độ rung lắc tại thời điểm đó được ước tính từ các cuộc khảo sát địa chất, v.v... Khu vực có màu càng gần với màu đỏ thì càng bị rung lắc mạnh. Khu vực bạn sinh sống tương ứng với màu nào?
Từ bản đồ này có thể thấy rằng ngoài khu vực Fukozu nơi đường đứt gãy đi qua, vùng đất lấn biển của Hishiike trước đây và phần phía Tây Nam của Ga Aimi nơi có mặt đất xốp mềm cũng bị rung lắc dữ dội.

Câu hỏi 5 **Câu trả lời đúng là ② Động đất ở Mikawa!**

Trận động đất ở Mikawa xảy ra vào lúc 3 giờ 38 phút sáng ngày 13 tháng 1 năm Showa 20 (năm 1945) là trận động đất gây thiệt hại lớn cho khu vực Fukozu và đồng bằng Okazaki của thị trấn Kota.

Đồ dùng phòng chống thảm họa, nấu ăn phòng chống thảm họa

Những đồ vật trong nhà có thể chuyển đổi thành đồ dùng phòng chống thảm họa!
Hãy thử sáng tạo nhiều đồ dùng khác nhau!

Gấp chén bát bằng giấy và ăn một cách an toàn trong túi nylon!

Cách gấp chén bát bằng giấy (hình chiếc cốc)

Chuẩn bị 2 tờ báo.
1. Gấp 1 tờ báo làm đôi.
2. ①Gấp phần dư ra để tạo thành hình vuông. ②Gấp theo đường chéo để tạo thành hình tam giác.
3. Gấp hai cạnh trái và phải. Gấp 1 tờ của hình tam giác bên trên về phía trước và chèn vào chỗ tạo hình chiếc túi. Gấp tờ còn lại của hình tam giác bên trên gấp về phía sau.
4. Gấp 1 tờ báo còn lại thành hình vòng buộc, quấn một vòng bao quanh đầy của 3 và đóng lại bằng cách ghép các cạnh với nhau.

Cách làm nhà vệ sinh di động

Đại: Gấp tờ báo thành hộp để sử dụng.
Tiểu: Cắt — Sau khi sử dụng, * Nếu bạn rửa sạch bằng vòi hoa sen từ chai nhựa PET, đồ dùng này sẽ được sạch sẽ để người tiếp theo sử dụng.
Tách riêng 3 loại: Tách giấy ra. Tách riêng giấy, phân và nước tiểu. Để xử lý sau. — Giấy, Nước tiểu, Phân

* Cách làm vòi hoa sen bằng chai nhựa PET

Tạo 2 ~ 3 lỗ trên nắp bằng đinh ghim. — Rửa tay hoặc mặt trên của bình chứa.

Khi khẩn cấp cũng phải ăn thật ngon! Nấu cơm bằng túi nấu cơm và bánh sô cô la bằng bánh mì khô

Nấu cơm bằng túi nấu cơm
1 túi có thể nấu được khoảng 150 g gạo
Nếu bạn cho nước và gạo vào và nấu, cơm sẽ chín và túi sẽ căng phồng lên.
150 g gạo nấu được 2 chén nhẹ.

Cách làm
① Cho gạo và nước đến đường kẻ phía dưới của túi.
② Loại bỏ không khí và gấp miệng túi lại.
③ Gấp đôi túi lại và dùng dây thun buộc vào.
④ Nấu trong nồi. Thời gian nấu là 30 phút, sau đó hấp 10 phút là hoàn thành!

Bánh Gohei mochi — Thêm ý tưởng
Bạn có thể làm bánh Gohei mochi bằng cách nấu cơm bằng túi nấu cơm, sau đó sáng tạo thêm.

Cách làm
① Chia cơm đã chín thành hai phần trong một túi.
② Dùng kéo cắt đôi túi.
③ Cầm đũa dùng một lần vào, quét tương miso lên và nướng bằng lửa bếp ga là hoàn thành!

Bánh truffle bánh mì khô
Tráng miệng bằng bánh mì khô

Nguyên liệu/4 ~ 5 cái
Bánh mì khô...5 miếng
Cacao...2 muỗng cà phê
Nước...1 muỗng cà phê
Sữa đặc...2 muỗng cà phê
Đường...Lượng thích hợp

Cách làm
① Cho bánh mì khô vào túi, kẹp giữa khăn và đập bằng cây lăn bột.
② Nghiền cho đến khi mịn.
③ Thêm cacao, nước và sữa đặc vào và trộn đều.
④ Nặn thành hình tròn.
⑤ Rắc đường lên là hoàn tất!

URL tham khảo

- Bản đồ phòng chống thảm họa trên trang chủ thị trấn Kota http://www.town.kota.lg.jp/index.cfm/35,0,312,html
- Cục Phòng chống thảm họa tỉnh Aichi http://www.pref.aichi.jp/bousai/
- Trang web phòng chống/giảm nhẹ thảm họa học được từ những ghi chép về động đất trong lịch sử http://www.pref.aichi.jp/bousai/densho/index.html
- Trang thông tin phòng chống thảm họa của Văn phòng Nội các http://www.bousai.go.jp/
- Cơ quan Khí tượng http://www.jma.go.jp/jma/index.html
- Thông tin liên quan đến phòng chống thảm họa, Cơ quan thông tin không gian địa lý Nhật Bản, Bộ Đất đai, Hạ tầng, Giao thông và Du lịch http://www.gsi.go.jp/bousai.html