



Tsukuba!

No. 10

Tháng 9 năm 2026

Tiếng Việt



Chủ đề: Về việc sơ tán khi có thiên tai

【災害時の避難について】

※ Tất cả các mã QR trong hướng dẫn này liên kết đến các trang bằng tiếng Nhật. Nếu bạn muốn xem bằng ngôn ngữ khác, vui lòng sử dụng tính năng dịch tự động.

Khi có nguy cơ xảy ra thiên tai, mỗi người cần chủ động thu thập thông tin và có những hành động cần thiết để bảo vệ bản thân. Trong hướng dẫn này, chúng tôi sẽ giới thiệu cách thu thập thông tin, cách ứng phó phù hợp tùy theo tình hình, cũng như những điều cần lưu ý tại các nơi sơ tán.

【Cách thu thập thông tin】

Khi xảy ra thiên tai, trên mạng xã hội có thể lan truyền những tin đồn hoặc thông tin không chính xác. Vì vậy, điều quan trọng là phải tiếp nhận thông tin chính xác do các cơ quan chính thức cung cấp.

Chúng tôi xin giới thiệu một số ứng dụng cung cấp thông tin về thiên tai bằng tiếng nước ngoài như dưới đây. Hãy thường xuyên kiểm tra những thông tin cần thiết qua ứng dụng hoặc mạng xã hội.

• Safety Tips: Hỗ trợ 15 ngôn ngữ

Đây là ứng dụng được Cơ quan Du lịch Nhật Bản giám sát nội dung. Người dùng có thể nhận được thông báo qua ứng dụng khi có cảnh báo động đất khẩn cấp, cảnh báo sóng thần, cảnh báo thời tiết... tại Nhật Bản. Ngoài ra, trong ứng dụng còn có thể đọc các bài viết để trang bị kiến thức về thiên tai.

• NHK WORLD - JAPAN: Hỗ trợ 19 ngôn ngữ

Đây là ứng dụng chính thức của NHK. Người dùng có thể đọc các tin tức liên quan đến thiên tai bằng nhiều ngôn ngữ khác nhau. Ngoài ra, đối với một số ngôn ngữ (11 ngôn ngữ), người dùng có thể nhận được cảnh báo khi có động đất, sóng thần xảy ra tại Nhật Bản hoặc khi có cảnh báo về thời tiết.

• Tài khoản chính thức của Ban quản lý khủng hoảng thành phố Tsukuba (@tkb_kiki): chỉ hỗ trợ tiếng Nhật

Tài khoản này cung cấp các thông tin liên quan đến thiên tai tại thành phố Tsukuba, bao gồm thông tin sơ tán trong trường hợp xảy ra thiên tai, thông tin về việc mở các địa điểm sơ tán.

• Dịch vụ cung cấp thông tin thiên tai thành phố Tsukuba: Hỗ trợ tiếng Nhật và 8 ngôn ngữ khác (*)

Dịch vụ này cung cấp các thông tin khẩn cấp như thông tin sơ tán, thông tin về việc mở các địa điểm sơ tán và các thông tin như cảnh báo lốc xoáy... thông qua điện thoại, tin nhắn, fax.

(*) Các ngôn ngữ được hỗ trợ gồm: tiếng Anh, tiếng Trung (giản thể và phồn thể), tiếng Hàn, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Bồ Đào Nha, tiếng Việt, tiếng Indonesia và tiếng Thái.

Trang chủ tỉnh Ibaraki

<https://www.pref.ibaraki.jp/bousaikiki/bousai/saftytips.html>



Trang chủ đài truyền hình Nhật Bản NHK

<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/app/>



Trang chủ thành phố Tsukuba

<https://www.city.tsukuba.lg.jp/kurasai/anshin/bousai/1000599.html>

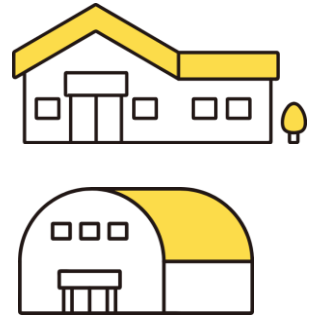


【Về việc sơ tán】

Khi nguy cơ thiên tai đến gần, nếu việc trú ở nhà là an toàn thì về nguyên tắc, bạn nên ở lại nhà. Tuy nhiên, hãy kiểm tra bản đồ nguy cơ thiên tai và tình hình xung quanh. Nếu việc trú tại nhà có thể gây nguy hiểm, hãy sơ tán đến nhà người quen hoặc địa điểm sơ tán được chỉ định.

Địa điểm sơ tán khẩn cấp chỉ định là nơi dùng để sơ tán mang tính khẩn cấp nhằm bảo vệ tính mạng khỏi các nguy hiểm do thiên tai. Ví dụ, các khu vực ngoài trời như công viên hoặc sân vận động/sân thể thao... được chỉ định làm địa điểm sơ tán khẩn cấp.

Điểm sơ tán chỉ định là nơi dành cho những người gặp khó khăn khi trú tại nhà có thể tạm thời sinh hoạt khi thiên tai xảy ra. Ví dụ, các cơ sở được chỉ định như trung tâm giao lưu hoặc nhà thể chất của trường học... Tuy nhiên, không phải tất cả các cơ sở được chỉ định đều sẽ được mở làm nơi sơ tán mỗi khi có thiên tai. Vì vậy, vui lòng kiểm tra tình trạng mở cửa của các nơi sơ tán trên trang web chính thức hoặc mạng xã hội (SNS) của thành phố mỗi khi có thiên tai.



【Sơ tán khi có nguy cơ xảy ra lũ lụt hoặc sạt lở đất】

Đối với 4 loại thiên tai gồm lũ trên sông, mưa lớn, sạt lở đất và triều cường, có 5 cấp độ cảnh báo được quy định. Khi chính quyền địa phương ban bố Cấp độ cảnh báo 5, điều đó có nghĩa là tình hình không còn có thể sơ tán an toàn.

Cảnh báo cấp độ 5 (màu đen): Tính mạng đang gặp nguy hiểm – phải lập tức đảm bảo an toàn cho bản thân.

Cảnh báo cấp độ 4 (màu tím): Tất cả mọi người phải sơ tán khỏi khu vực nguy hiểm.

Cảnh báo cấp độ 3 (màu đỏ): Chuẩn bị sơ tán; những người cần nhiều thời gian để sơ tán nên sơ tán sớm.

Cảnh báo cấp độ 2 (màu vàng): Kiểm tra địa điểm sơ tán, tuyến đường sơ tán và thời điểm sơ tán.

Cảnh báo cấp độ 1 (màu trắng): Nâng cao ý thức và chuẩn bị tinh thần để ứng phó với thiên tai.

Thành phố
Tsukuba ban
bố lệnh

Đài khí tượng
ban bố lệnh

Trang thông
tin trực tuyến
Chính phủ

<https://www.gov-online.go.jp/article/201906/entry-7786.html>



Khi có mưa lớn, hãy hạn chế ra ngoài nếu không thực sự cần thiết hoặc không gấp.

Khi mực nước ngập từ 50 cm trở lên, việc đi bộ sẽ trở nên khó khăn. Ngay cả khi mực nước thấp hơn 50 cm, tùy vào tốc độ dòng chảy hoặc độ dốc của mặt đất, bạn vẫn có thể không đi bộ được. Hãy lưu ý rằng khi nước đã ngập quá đầu gối, việc di chuyển sẽ rất khó khăn. Nếu nhà bạn nằm trong khu vực có nguy cơ ngập lụt theo bản đồ cảnh báo thiên tai và việc ở lại nhà có thể gây nguy hiểm, hãy hoàn tất việc sơ tán đến nơi an toàn trước khi khu vực bị ngập. Nếu khu vực xung quanh nhà đã bị ngập và việc ra ngoài để di chuyển có thể gây nguy hiểm, không nên cố gắng ra ngoài, hãy chuyển lên tầng có độ cao hơn dù chỉ một ít.

Trong trường hợp bất khả kháng phải di chuyển bằng ô tô, tại những tuyến đường bị ngập, bạn sẽ khó nhìn thấy mặt đường. Đặc biệt, tại những nơi như đường chui..., là nơi khó xác định độ sâu của nước hoặc mép đường, có nguy cơ bánh xe bị lệt vào rãnh hoặc nước tràn vào làm hỏng động cơ. Vì vậy, tuyệt đối không đi vào những khu vực như vậy.

Ngoài ra, khi mưa lớn, nếu đỗ xe ở những khu vực đường phố dễ bị ngập nước, xe có thể bị ngập hoàn toàn và không thể tiếp tục sử dụng. Những trường hợp như vậy xảy ra khá thường xuyên, vì vậy hãy hết sức chú ý.

【Những việc cần làm khi xảy ra động đất】

<Khi đang ở nhà>

Trước hết, hãy di chuyển trốn dưới một cái bàn chắc chắn hoặc nơi không có nguy cơ đồ đạc bị đổ hay vật dụng rơi xuống, và chờ cho đến khi rung lắc dừng lại.

Sau khi rung lắc đã dừng và nếu việc ra ngoài là an toàn, hãy ra ngoài để kiểm tra tình trạng của ngôi nhà. Hãy xem nhà có bị nghiêng hay không, tường ngoài có xuất hiện vết nứt hay không, cũng như kiểm tra xem có dấu hiệu bất thường nào khác không. Nếu không có bất thường, khu vực gần nhà cũng không xảy ra hỏa hoạn và tình hình được xác định là an toàn, hãy tiếp tục ở lại nhà. Nếu nhà bạn bị mất điện hoặc mất nước thì các nơi sơ tán cũng đang rơi vào tình trạng tương tự.

Nếu việc ở nhà là nguy hiểm và bạn cần sơ tán ra địa điểm ngoài trời, hãy hạn chế hết sức có thể việc sử dụng ô tô. Bởi vì đường có thể bị sụt lún hoặc bị chặn do vật thể rơi xuống, khiến phương tiện không thể đi qua.

Nội dung này cũng được giới thiệu bằng video nên đối với các gia đình có trẻ em, hãy xem video cùng với các em.



YouTube chính thức của TP Tsukuba

<https://youtu.be/oRFwA8wMEUE>



<Khi đang ở khu vực ven biển vì lý do du lịch...>

Tại thành phố Tsukuba không có khu vực nào được xác định là có nguy cơ xảy ra sóng thần. Tuy nhiên, nếu động đất xảy ra khi bạn đang ở khu vực ven biển, sóng thần có thể tràn vào đất liền. Vì vậy, hãy nhanh chóng sơ tán đến địa điểm sơ tán khẩn cấp được chỉ định, tòa nhà cao tầng hoặc khu vực địa hình cao.

Khi có cảnh báo sóng thần hoặc khuyến cáo về sóng thần, tuyệt đối không đến gần bờ biển hoặc khu vực đất thấp cho đến khi cảnh báo hoặc khuyến cáo được gỡ bỏ.



<Khi bị mất nước, nhà vệ sinh sẽ không thể sử dụng được>

Khi xảy ra thiên tai quy mô lớn và nguồn nước máy bị ngừng cung cấp, nhà vệ sinh sẽ không sử dụng được. Vì vậy, hãy chuẩn bị và dự trữ sẵn bộ dụng cụ vệ sinh khẩn cấp. Cách sử dụng được hướng dẫn trong video, vì vậy hãy xem và tìm hiểu trước để có thể sử dụng khi cần thiết.

YouTube chính thức của Tsukuba

<https://youtu.be/Di9pQT96H9c>



(Tham khảo) Cách khôi phục đồng hồ gas thông minh (maikon meta)

Những hộ gia đình sử dụng gas được lắp đặt một thiết bị gọi là đồng hồ gas thông minh. Khi thiết bị này phát hiện rung chấn mạnh do động đất, nguồn cung cấp gas sẽ tự động ngắt.

Để sử dụng gas trở lại, bạn cần tự thao tác trên đồng hồ gas thông minh để khôi phục việc cấp gas. Vui lòng kiểm tra các bước thao tác cụ thể trên trang web của Tokyo Gas.

Trang chủ Tokyo Gas

https://www.tokyo-gas.co.jp/network/meter/reset/meter_japan/index.html



【Về nơi sơ tán】

Nơi sơ tán là nơi sinh hoạt tạm thời khi việc ở lại nhà là nguy hiểm. Trong nhiều trường hợp, nơi sơ tán sẽ được đóng cửa vào thời điểm lệnh sơ tán hoặc các chỉ thị liên quan được dỡ bỏ. Tùy theo tình hình, quy mô của nơi sơ tán có thể được thu hẹp hoặc được sáp nhập với các nơi sơ tán khác.

Khi đến nơi sơ tán, bạn cần tự chuẩn bị và mang theo những vật dụng cần thiết cho sinh hoạt hằng ngày.



【Quy định và những điều bị cấm tại nơi sơ tán】

Tại nơi sơ tán, hãy tuân theo hướng dẫn của người quản lý cơ sở. Ngoài ra, các nơi sơ tán có quy định riêng khi sử dụng, vì vậy mọi người phải tuân thủ. Ngoài ra, khi sinh hoạt tại nơi sơ tán, mỗi người được yêu cầu tự thực hiện những việc cá nhân của mình.

Do điều kiện vệ sinh tại nơi sơ tán rất dễ bị xuống cấp nên hãy đeo khẩu trang và thường xuyên khử trùng tay. Đồng thời, hãy dọn dẹp và giữ ngăn nắp khu vực mà mình đang sử dụng.

Do có nhiều người cùng sinh hoạt chung tại nơi sơ tán, nên việc để ý đến những người xung quanh để không gây khó chịu cho nhau cũng rất quan trọng.

<Những điều bị cấm>

- Đi giày dép vào trong cơ sở
- Gây ồn ào hoặc nói quá to
- Uống rượu bia, hút thuốc
- Có những hành vi gây phiền hà cho những người đang sơ tán khác



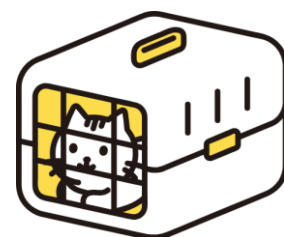
【Về việc sơ tán thú cưng】

Chỉ những nơi sơ tán có bố trí khu vực riêng dành cho thú cưng mới cho phép mang thú cưng theo. Chỉ chó và mèo được tiếp nhận, và thú cưng phải được đặt trong lồng hoặc thùng vận chuyển do chủ nuôi tự chuẩn bị.

Khu vực dành riêng cho thú cưng sẽ được bố trí ngoài trời, tại nơi có mái che hoặc khu vực có thể tránh mưa gió. Không được đưa thú cưng vào khu vực sinh hoạt của người sơ tán.

Ngoài ra, chủ nuôi phải tự chuẩn bị các vật dụng cần thiết và thức ăn cho thú cưng, đồng thời tự chăm sóc thú cưng của mình tại nơi sơ tán.

Khi xảy ra thiên tai, bạn cũng nên cân nhắc việc gửi thú cưng tại khách sạn thú cưng hoặc nhờ người thân, bạn bè chăm sóc.



Đôi lời từ người dịch/ 翻訳者から一言

Thiên tai có thể xảy ra bất cứ lúc nào và ở bất cứ đâu. Để có thể bình tĩnh ứng phó khi có tình huống khẩn cấp, điều quan trọng là chúng ta nên thường xuyên kiểm tra trước địa điểm và cách thức sơ tán, đồng thời chuẩn bị sẵn những vật dụng cần thiết. Mình hy vọng bản dịch này sẽ phần nào giúp ích cho sự an toàn của cộng đồng người Việt và gia đình đang sinh sống tại Tsukuba.

災害はいつ、どこで起こるかわかりません。いざという時に落ち着いて行動できるよう、日頃から避難場所や避難方法を確認し、必要なものを準備しておくことが大切です。この翻訳が、ベトナム人の皆さんとご家族の安全を守るために少しでも役立てば幸いです。