

อะยาเสะทูเดย์

タイ語

ฉบับภาษาไทย

あやせトゥデイ

あやせしたげん 多言語情報資料

อะยาเสะชิทะเกงโกะโจโฮชิริยา

あやせトゥデイ作成委員会

อะยาเสะทูเดย์ซัคคิเซอิอินโด

17

~大地震に備えて~

~เตรียมพร้อมเมื่อเกิดแผ่นดินไหวครั้งใหญ่~

★自分の家で地震にあったら หากเกิดแผ่นดินไหวขณะอยู่ที่บ้านตัวเอง

①テーブルの下へ ให้หลบไปอยู่ใต้โต๊ะ

丈夫なテーブルなどの下にもぐり、テーブルの脚などをしっかりと踏み、揺れが収まるのを待ちましょう。
• คลานหลบเข้าไปอยู่ใต้โต๊ะหรือสิ่งที่แข็งแรง
ใช้มือจับโต๊ะให้แน่นรอจนกว่า การสั่นไหวจะหยุดลง



②火を消す ใหดับไฟ

揺れを感じてすぐに火を消せるときは、火を消しましょう。
• 大きな揺れの場合は、自分を守ることを最優先にして、決して無理をしないうでください。
• หากรู้สึกว่ามีแผ่นดินไหว หากดับไฟได้ควรดับไฟ
• หากรู้สึกว่ามีแผ่นดินไหวรุนแรง
ก่อนอื่นคำนึงถึงความปลอดภัยของตนเองเป็นอันดับแรก
อย่าตื่นเต้นกังวลจนเกินเหตุ ไม่ฝืนลำบากใจทำ



③非常脱出口の確保

ตรวจสอบหาทางออกฉุกเฉินเพื่อหลบหนี
• 揺れを感じたら、玄関などの扉を開けて非常脱出口を確保しましょう。
• หากรู้สึกว่ามีแผ่นดินสั่นไหว
ให้ตรวจสอบหาประตูเพื่อทางออกฉุกเฉินเพื่อหลบหนีภัย



④あわてて外へ出ない

ไม่พลุนพลัน ตะลี้ตะลานหนีออกมาข้างนอก
• あわてて外に飛び出すと、ガラスや屋根瓦などが落ちてきて大変危険です。周りの状況をよく見て行動しましょう。
• หากพลุนพลันรีบหนีออกนอกบ้าน อันตรายมากอาจมีกระจกหรือกระเบื้องตกลงลงมาใส่ได้ ให้สถานการณ์รอบๆตัวก่อน

★家屋内が危険になったら หากภายในบ้านรู้สึกว่ามีอันตราย

大地震が発生し、家屋内にとどまることが危険な状態になったときは、落ちて、すばやく「一時避難場所」へ移動しましょう。
「一時避難場所」は、危険を避けるために一時的に避難する場所です。
市民の皆さんが住んでいる地域にある公園や広場(市内101箇所)が指定されています。
火災の延焼などにより「一時避難場所」が危険な状態になったときは、指示にしたがって「広域避難場所」(右表)に避難してください。

No.	広域避難場所	ที่หลบภัยธรรมชาติ	No.	広域避難場所	ที่หลบภัยธรรมชาติ
1	藤沢ゴルフクラブ	ฟุจิซาวากอล์ฟคลับ	14	県立綾瀬高校	เคเนริตชิเอะยาเสะโคโค
2	落合小学校	โอจิโงโชกักโค	15	早園小学校	โซเออนโชกักโค
3	綾瀬中学校	อะยาเสะจุกักโค	16	城山公園	ชิโรยามะโคเอน
4	綾瀬小学校	อะยาเสะโชกักโค	17	県立綾瀬西高校	เคเนริตชิเอะยาเสะนิชิโคโค
5	市民スポーツセンター	ชิมินสปอร์ตเซนเตอร์	18	城山中学校	ชิโรยามะจุกักโค
6	光綾公園	โคเรียวโคเอน	19	早園地区センター	โซเออนจิกุเซนเตอร์
7	綾北中学校	เรียวโซคุจุกักโค	20	春日台中学校	คะสุกะโตจุกักโค
8	北の台中学校	คีตานิโดโชกักโค	21	よしおかちゅうセンター	โยชิโอกะจิกุเซนเตอร์
9	風車公園	ฟุตะโคเอน	22	綾西小学校	เรียวเซโชกักโค
10	北の台中学校	คีตานิโดจุกักโค	23	綾西公園	เรียวเซโคเอน
11	天台小学校	เทนโดโชกักโค	24	綾南小学校	เรียวานันโชกักโค
12	綾北小学校	เรียวโซคุโชกักโค	25	綾南保育園	เรียวานันโฮอิคุเอน
13	寺尾小学校	เทระโอะโชกักโค	26	土棚小学校	ชิจิเดโชกักโค

★自分の家が倒壊したら หากบ้านที่พักอาศัยพัง

家屋の倒壊などにより自分の家に住むことができないときは、一時的に「避難所(一次)」で避難生活を送ります。「避難所(一次)」は、市内の小・中学校15校が指定されています。高齢者や障害者など特別な介助が必要で避難所(一次)での生活が困難な方は、指示にしたがって別の避難所へ移動します。
หากบ้านพังทลาย ฯลฯ ไม่สามารถอาศัยอยู่ต่อไปได้ ให้ไปใช้ชีวิตที่หลบภัยที่สถานี่หลบภัยธรรมชาติ (ฮันนังโจ อิจิจิ) สถานที่แห่งนั้นมีอยู่ในโรงเรียนประถม และมัธยม 15 แห่งในภายในเมืองอะยาเสะ ในกรณีผู้สูงอายุ หรือคนพิการมีความจำเป็นต้องได้รับการดูแลเป็นพิเศษ และลำบากในการใช้ชีวิตอยู่ที่นี่ ให้ปฏิบัติตามคำแนะนำของเจ้าหน้าที่ในการย้ายไปหลบภัยตามสถานที่ที่ได้กำหนดไว้

◆非常持ち出し品の準備を เตรียมพร้อมสิ่งของที่ควรนำติดตัวไป

大災害が発生すると、水道などが使用できなくなったり、道路の損壊などで救援活動がすぐにできない可能性もあります。災害発生後の数日間は自足できるように、最低限3日分の食料と生活に必要なものを非常持ち出し袋などに入れて準備しておきましょう。
หากเกิดภัยธรรมชาติครั้งใหญ่ขึ้น น้ำประปา ฯลฯ อาจใช้งานไม่ได้ ถนน ฯลฯ อาจถูกทำลายและไม่สามารถขอรับความช่วยเหลือได้ หลังจากเกิดแผ่นดินไหวช่วงระยะเวลาอย่างน้อย 3 วัน ควรมีการจัดเตรียมสิ่งของเสบียง เช่นอาหาร น้ำหรือสิ่งจำเป็นอื่นจปรจลจในกระเป๋าเพื่อใช้ได้ในยามจำเป็น

この情報資料について、ご意見ご感想をお聞かせください。下の部分に記入し、切り取って提出してください。
提出先は、もよりの回収ボックス又は綾瀬市役所企画課自治交流担当 (〒252-1192 綾瀬市早川550 電話 70-5686 FAX 70-5701)

ขอความร่วมมือแสดงความคิดเห็น วรสารนี้ด้วย ไม่ว่าจะจะเป็นความคิดเห็นหรือความประทับใจ เรายินดีรับฟัง กรุณาตัดส่วนรอยไขปลาก กรอกความคิดเห็น ส่งมายังกล่องเก็บความคิดเห็นหรือที่ว่าการอำเภออะยาเสะ คีคักคะ จิจิโควิวทันโด (〒252-1192 อะยาเสะชิ ะยะกะว่า 550 หมายเลขโทรศัพท์ 70-5686 แฟกซ์ 70-5701)

意見・感想 (タイ語) ข้อคิดเห็น・ความรู้สึก (ภาษาไทย)

市の相談窓口 มุมให้คำปรึกษาของอำเภอ

- ※相談者の秘密は厳守します。
- ※問い合わせ、相談は、日本語での対応になります。
- ※相談日は、年末年始（12月29日～1月3日）、祝日を除きます。
- ※รักษาความลับของผู้ที่มาปรึกษาอย่างเคร่งครัด
- ※ติดต่อสอบถาม ให้คำปรึกษาเป็นภาษาญี่ปุ่น
- ※วันให้คำปรึกษาหยุดช่วงสงกรานต์ยกเว้นก่อนวันปีใหม่ (ตั้งแต่วันที่ 29 ธันวาคม ถึงวันที่ 3 มกราคม) และวันหยุดราชการ

小さな悩みでも iewa จะ เป็น ความวิตกกังวลใจเพียงเล็กน้อย
地域の民生委員児童委員へ กรุณาปรึกษากับเจ้าหน้าที่มินเซอิอิน จิโดอิอินเขตท้องถิ่น
 民生委員児童委員が皆さんの生活の中での困りごとや悩みの相談にのります。お住まいの区域に委員がいますので、福祉総務課（電話70-5613）までお問い合わせください。
 เจ้าหน้าที่มินเซอิอิน จิโดอิอินจะให้คำปรึกษาคุณเกี่ยวกับเรื่องการดำรงชีวิตประจำวัน มีเจ้าหน้าที่อยู่ในแต่ละเขตท้องถิ่นของท่าน สอบถามรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ พุศุชโชมกะ ☎ 70-5613

子育て相談 ปรึกษาด้านการเลี้ยงดูบุตร

子育て相談員が、子育てに関する相談やアドバイスなどを行っています。
 【相談内容】・子育ての不安やしつけなど、子どもについてのあらゆること
 ・子どもの虐待について など
【相談日・時間】 月曜日～金曜日 8:30～17:00
【相談場所・窓口】 子育て支援課（電話70-5664）
 ※お越しいただく場合は、事前に予約してください。
 เจ้าหน้าที่ผู้ให้คำปรึกษาด้านการเลี้ยงดูบุตร จะให้คำแนะนำเกี่ยวกับการเลี้ยงดูบุตรและให้คำแนะนำต่างๆ
【รายละเอียด】 วิตกกังวลการเลี้ยงดูบุตร การอบรมสั่งสอน และการดูแลเด็กต่างๆ
 การทารุณเด็ก ฯลฯ
【วันที่ให้คำปรึกษา เวลา】 ตั้งแต่วันจันทร์～วันศุกร์ 8:30～17:00
【สถานที่ให้คำปรึกษา มุมให้คำปรึกษา】 ติดต่อได้ที่ เคียวอิกุเคงคิวโจะโซดันชิตชิ ☎ 70-5664
 ※ ในกรณีต้องการขอรับคำปรึกษา ต้องจองล่วงหน้า



青少年相談 ปรึกษาเยาวชน

青少年やその親の悩みについての相談を行っています。
【相談日・時間】 月曜日～金曜日 9:00～17:00 (17:00以降は留守番電話で対応)
【相談場所・窓口】 青少年相談室（電話77-7830）
 ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับความกังวลใจ เยาวชน และผู้ปกครอง
【วันที่ให้คำปรึกษา เวลา】 ตั้งแต่วันจันทร์～วันศุกร์ 9:00～17:00
 (หลัง 17:00 ฝากข้อความทางโทรศัพท์ได้)
【สถานที่ให้คำปรึกษา มุมให้คำปรึกษา】 ติดต่อได้ที่ เซโซเนง โซดันชิตชิ ☎ 77-7830

教育相談 ปรึกษาด้านการศึกษา

専門家の人たちが教育全般に関する相談を行っています。
【相談内容】 ・不登校、学校、子どもの学業・成績について
 ・いじめや子どもの交友関係、子どもの虐待について など
 ※相談者は匿名でもかまいません。また、勉強の仕方がわからない、いじめられて困っているなど、子どもたち自身からの相談にも応じています。
【相談日・時間】 月曜日～金曜日 10:15～17:00
【相談場所・窓口】 教育研究所相談室（電話79-0222）
 ให้คำปรึกษาโดยผู้เชี่ยวชาญ เกี่ยวกับการศึกษาทั่วไป
【รายละเอียด】 ทั่วไปโรงเรียน เรื่องโรงเรียนต่างๆไป เกี่ยวกับการเรียนของเด็ก และผลการเรียน
 ปัญหาการกลั่นแกล้ง เกี่ยวกับความสัมพันธ์กับเพื่อนที่โรงเรียน การทารุณเด็ก เป็นต้น
 ※ผู้มาขอรับคำปรึกษา สามารถปรึกษานิรนามได้
 นอกจากนี้ยังให้คำปรึกษาเด็กโดยตรง กรณีไม่เข้าใจการเรียน มีปัญหาเรื่องการถูกกลั่นแกล้ง
【วันที่ให้คำปรึกษา เวลา】 ตั้งแต่วันจันทร์～วันศุกร์ 10:15～17:00
【สถานที่ให้คำปรึกษา มุมให้คำปรึกษา】 ติดต่อได้ที่ เคียวอิกุเคงคิวโจะโซดันชิตชิ ☎ 79-0222



県の外国籍住民一般相談窓口 มุมให้คำปรึกษาทั่วไปสำหรับประชาชนคนต่างด้าวจังหวัดคานากาวา

対応できる言語は下記のとおりです。予約は要りません。対応してほしい言語の日に電話をおかけください。

กรุณาติดต่อปรึกษาได้ตามวัน เวลา และภาษา ต่างๆตามที่ให้ไว้ในตารางข้างล่างดังต่อไปนี้ ไม่จำเป็นต้องจองล่วงหน้า

対応言語	ภาษาที่รองรับ	対応できる曜日	วันที่ติดต่อได้	電話番号	หมายเลขโทรศัพท์	時間	เวลา	相談窓口	สถานที่ให้บริการปรึกษา
英語	อังกฤษ	第2・4月曜日 第1・3・5火曜日	จันทร์ที่ 2,4 อังคารที่ 1,3,5	044-549-0047 045-324-2299		9時～ 12時15分	9.00-12.15 น.	川崎 横浜	คาวาซากิ โยโกฮาม่า
中国語	จีน	木曜日／第4火曜日	พฤหัสบดีที่ 4	045-321-1339				横浜	โยโกฮาม่า
韓国・朝鮮語	เกาหลี	第1・3・5月曜日	จันทร์ที่ 1,3,5	045-321-1994		13時～	13.00- 17.15 น.	横浜	โยโกฮาม่า
スペイン語	สเปน	月曜日 第2火曜日／金曜日	จันทร์ อังคารที่ 2/ศุกร์	046-221-5774 045-312-7555		17時15分		厚木 横浜	เคนโอะ(อัทซึฮงิ) โยโกฮาม่า
ポルトガル語	โปรตุเกส	火曜日 水曜日	อังคาร พุธ	046-221-5774 045-322-1444		受付は 16時まで	(แผนกประชาสัมพันธ์ ถึงเวลา 16.00 น.)	厚木 横浜	เคนโอะ(อัทซึฮงิ) โยโกฮาม่า
タガログ語	ตากาลอก	第2・4月曜日	จันทร์ที่ 2,4	044-549-0047				川崎	คาวาซากิ
タイ語	ไทย	第1・3・5月曜日	จันทร์ที่ 1,3,5	044-549-0047				川崎	คาวาซากิ

※オーストラリア語・ベトナム語の方はインドシナ難民定住相談(一般相談も可)を厚木(046-223-0709)で水曜日(9時～17時。受付16時まで)に実施しています。
 ※สำหรับภาษา ลาวและภาษาเวียดนาม กรุณาติดต่อที่ศูนย์ปรึกษาผู้อพยพอินโดจีน(ปรึกษาปัญหาทั่วไป) อัทซึฮงิ (☎ 046-223-0709)
 ให้คำปรึกษา วันพุธ ตั้งแต่เวลา 9โมงเช้า ถึง 5 โมงเย็น

横浜—かながわ県民センター—県民の声・相談室
 住所 横浜市神奈川区鶴屋町 2-24-2 (最寄り駅:JR横浜駅)
川崎—川崎県民センター—県民の声・相談室
 住所 川崎市幸区堀川町580 (最寄り駅:JR川崎駅)
厚木—厚木地区総合センター—県民の声・相談室
 住所 厚木市水引2-3-1 (最寄り駅:小田急線厚木駅)

โยโกฮาม่า คานากาวาเคมมินเซ็นเตอร์ ห้องปรึกษาเคมมินโนโดเอะ
 ที่อยู่..โยโกฮาม่าชิ คานากาวาคิว ชิริยะโจ 2-24-2 (ใกล้สถานีรถไฟ JRโยโกฮาม่า)
คาวาซากิ คาวาซากิเคมมินเซ็นเตอร์ ห้องปรึกษาเคมมินโนโดเอะ
 ที่อยู่.. คาวาซากิชิ "ไซไวคิ โซริกาว่าโจ 580 (ใกล้สถานีรถไฟ JRคาวาซากิ)
อัทซึฮงิ เคนโอะอิจิเกิ เคนเซอิโซโกเซนเตอร์ ห้องปรึกษาเคมมินโนโดเอะ
 ที่อยู่.. อัทซึฮงิชิ มิสึซึกิ 2-3-1 (ใกล้สถานีรถไฟสายโอดาคิว ชงอัทซึฮงิ)

あやせ環境展の開催
 環境問題への関心を高めていただくために、あやせ環境展を開催します。団体や企業などの日ごろの活動を展示で紹介するほか、美演・体験コーナーなど、さまざまなイベントを市役所1階市民ホールほかで行います。問い合わせ先: 環境保全課(電話70-5620)
日時 10月25日(土)10:00～17:00
 26日(日)8:30～15:00
 ※26日はあやせ商工フェア(市商工会主催)と同時開催

เปิดนิทรรศการสิ่งแวดล้อมเมืองอะยาสะ
 เพื่อให้ความสนใจเกี่ยวกับปัญหาสิ่งแวดล้อมให้มากขึ้น จึงได้มีการจัดนิทรรศการเกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมเมืองอะยาสะ ที่ห้องโถง ชั้น 1 ของที่ว่าการอำเภอ มีกิจกรรมมากมายให้ชม มีมุมฝึกประสบการณ์เกี่ยวกับการจัดนิทรรศการของกิจกรรมกลุ่ม และบริษัทต่างๆ
 ติดต่อสอบถาม รายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่ คังเคียวโซเซนกะ (หมายเลขโทรศัพท์)
 วัน・เวลา วันเสาร์ที่ 25 ตุลาคม เวลา 10:00 ~ 17:00
 วันอาทิตย์ที่ 26 ตุลาคม เวลา 08:30 ~ 15:00
 วันอาทิตย์ที่ 26 มีงานอะยาสะโซเกียวแฟร์ (สนับสนุนโดยโซเคียวโคไก) ตรงกัน

この情報紙は、外国籍住民の方が、地域の一人として暮らしやすい環境をつくるための情報資料として、ボランティアの方々の協力で年4回作成しています。
 วรสารนี้จัดทำขึ้นโดยอาสาสมัคร มีการจัดพิมพ์ปีละ 4 ครั้ง เป็นวารสารที่จัดทำขึ้นเพื่อให้ชาวต่างชาติที่อาศัยอยู่ในเมืองอะยาสะ สามารถดำรงชีวิตอยู่อาศัยในสิ่งแวดล้อมที่ดีและสะดวกสบายยิ่งขึ้น

☆ お知らせ แจ้งให้ทราบ ☆
 7月1日から市ホームページで英語の自動翻訳サービスを開始しています。ホームページのトップページ右上にある「English」をクリックして、ご利用ください。問い合わせは、情報システム課(電話70-5639) ตั้งแต่วันที่ 1 เดือนกรกฎาคมเป็นต้นไป ข้างสารทางโฮมเพจของอำเภอได้ให้บริการแปลเป็นภาษาอังกฤษอัตโนมัติ กรุณาคลิกปุ่มหน้าจอ「English」ขวาข้างบน ติดต่อสอบถามได้ที่โจโซชิสุคุมกะ (☎ 70-5639)