

เตรียมพร้อมรับมือแผ่นดินไหว

เตรียมความพร้อมสำหรับ
ครอบครัวและบ้านของ
ท่านเพื่อรับมือกับแผ่นดิน
ไหว



ท่านรู้หรือไม่

- ออสเตรเลียมีแผ่นดินไหวขนาดเล็กหลายร้อยครั้งในแต่ละปี แม้ว่าส่วนใหญ่จะเล็กเกินกว่าจะรู้สึกได้ก็ตาม
- แผ่นดินไหวขนาดใหญ่เกิดขึ้นไม่บ่อยนัก แต่สามารถสร้างความเสียหายร้ายแรงต่ออาคาร ถนน และบริการสาธารณะที่จำเป็นได้
- แผ่นดินไหวสามารถทำให้เกิดดินถล่มและแม้กระทั่งสึนามิได้

แผ่นดินไหวคืออะไร

แผ่นดินไหวคือการสั่นสะเทือนหรือการเคลื่อนไหวอย่างฉับพลันของพื้นดิน ซึ่งเกิดจากการเคลื่อนตัวของเปลือกโลกใต้พื้นดิน

ฉันมีความเสี่ยงหรือไม่

แผ่นดินไหวสามารถเกิดขึ้นได้ทุกที่ในออสเตรเลีย แต่บางภูมิภาคมีความเสี่ยงสูงกว่า ท่านอาจมีความเสี่ยงมากขึ้นหากท่านอาศัยอยู่หรือไปเยือนสถานที่ต่อไปนี้:

- อาคารเก่าที่ไม่ได้ออกแบบมาเพื่อทนต่อแผ่นดินไหว
- อาคารหลายชั้นที่มีวัตถุตกหล่นได้และบันไดซึ่งอาจเป็นอันตราย
- บริเวณใกล้กับเนินลาดชันซึ่งอาจเกิดแผ่นดินไหวและทำให้เกิดดินถล่มได้



วิธีเตรียมตัวรับมือแผ่นดินไหว

การเตรียมตัวตั้งแต่ววันนี้จะช่วยให้คุณปลอดภัยหากเกิดแผ่นดินไหว พุดคุยกับทุกคนในบ้านและเตรียมการร่วมกัน เพื่อให้แต่ละคนทราบว่าต้องทำอะไรบ้าง

เพื่อเตรียมพร้อมรับมือกับแผ่นดินไหว ท่านควรทำดังนี้:



เตรียมบ้านของท่านให้พร้อม



จัดทำแผนรับมือเหตุฉุกเฉิน



เตรียมชุดอุปกรณ์ฉุกเฉิน



พุดคุยกับเพื่อนบ้านและชุมชนของท่าน

ในสถานการณ์ส่วนใหญ่ หากท่านรู้สึกถึงแรงสั่นสะเทือนหรือได้รับสัญญาณเตือนแผ่นดินไหว ให้ดำเนินการดังนี้ทันที:

1



หมอบ!

2



ป้อง!

3



เกาะ!

หากต้องการข้อมูลเพิ่มเติม โปรดไปที่เว็บไซต์

getready.gov.au/thai



Australian Government
National Emergency
Management Agency

เตรียมบ้านของท่านให้พร้อม

- ยึดชั้นวางของ ตู้หนังสือ และทีวีเข้ากับผนังให้แน่น
- เก็บสิ่งของหนักหรือแตกง่ายไว้ในตู้เตี้ย
- รักษาทางออกให้โล่งอยู่เสมอ



จัดทำแผนรับมือเหตุฉุกเฉิน

การเตรียมตัวตั้งแต่วันนี้จะช่วยให้คุณปลอดภัยและลดความเครียดระหว่างเกิดแผ่นดินไหวได้

พูดคุยกับครอบครัวของท่านเกี่ยวกับสิ่งที่ท่านจะทำหากเกิดแผ่นดินไหว คนที่เตรียมตัวพร้อมจะฟื้นตัวได้เร็วกว่า

แผนฉุกเฉินเป็นเอกสารที่เป็นลายลักษณ์อักษร สิ่งที่ท่านควรใส่ไว้ในแผนมีดังนี้:

ท่านจะอย่างไรหากเกิดแผ่นดินไหว

ถ้าพื้นดินเริ่มสั่นสะเทือน:

- หมอบลงกับพื้น
- ป้องกันตัวโดยหลบใต้โต๊ะหรือเฟอร์นิเจอร์ที่แข็งแรง
- เกาะให้แน่นจนกว่าการสั่นสะเทือนจะหยุดลง

ลองฝึกทำแบบนี้กับครอบครัวของท่านดู

ถ้าเข้าไปใต้เฟอร์นิเจอร์ไม่ได้ ให้ใช้แขนหรือหมอนป้องกันศีรษะไว้

ในกรณีฉุกเฉิน ท่านจะโทรหาใคร

จดบันทึกหมายเลขโทรศัพท์สำคัญไว้สำหรับขอความช่วยเหลือ

ท่านจะอย่างไรให้ปลอดภัยหลังจากเกิดแผ่นดินไหว

- ตรวจสอบบ้านของท่านว่ามีรอยเสียหายหรือไม่ และหากไม่ปลอดภัยให้รีบออกจากบ้านทันที
- โปรดเข้าใจว่าอาจเกิดอาฟเตอร์ช็อกต่อเนื่องได้เป็นเวลาหลายสัปดาห์หรือหลายเดือน

ติดตามข้อมูลล่าสุดเกี่ยวกับสถานการณ์ในพื้นที่ของท่านผ่านเว็บไซต์บริการฉุกเฉินของรัฐบาลระดับรัฐและระดับท้องถิ่น และสื่อสังคมออนไลน์



เตรียมชุดอุปกรณ์ฉุกเฉิน

ชุดอุปกรณ์ฉุกเฉินคือกล่องหรือถุงบรรจุสิ่งของจำเป็นที่ท่านสามารถจัดเก็บได้ในวันนี้ เพื่อเตรียมพร้อมหากเกิดแผ่นดินไหวหรือเหตุฉุกเฉินอื่น ๆ

เตรียมเสบียงให้เพียงพออย่างน้อยสามวัน ในกรณีที่ท่านต้องอยู่บ้านโดยไม่มีไฟฟ้าหรือน้ำใช้

เก็บชุดอุปกรณ์ของท่านไว้ในที่แห้งและหยิบง่าย และตรวจสอบให้แน่ใจว่าทุกคนในบ้านทราบว่ายู่ที่ไหน



สิ่งที่ควรบรรจุลงในชุดอุปกรณ์ฉุกเฉิน

จัดเก็บสิ่งของเหล่านี้ตอนนี้ เพื่อให้ชุดอุปกรณ์ของท่านพร้อมใช้งานอยู่เสมอ ท่านอาจต้องเพิ่มสิ่งของลงในชุดอุปกรณ์ฉุกเฉินตามสถานการณ์เฉพาะของครอบครัวท่าน

- ☐ เสื้อผ้า
- ☐ ผ้าห่มขนสัตว์
- ☐ อุปกรณ์อาบน้ำและกระดาษชำระ
- ☐ ครีมกันแดดและเจลล้างมือ
- ☐ ยาและชุดปฐมพยาบาล
- ☐ น้ำ (อย่างน้อย 3 ลิตรต่อคนต่อวัน)
- ☐ อาหาร (อาหารที่เก็บได้นานและที่เปิดกระป๋อง)
- ☐ วิทยุแบบใช้แบตเตอรี่
- ☐ ไฟฉายและแบตเตอรี่สำรอง

หากท่านจำเป็นต้องอพยพ โปรดนำสิ่งต่อไปนี้ไปด้วย:

- ☐ โทรศัพท์มือถือและที่ชาร์จ
- ☐ เอกสารสำคัญ
- ☐ ของมีค่า
- ☐ เงินสดและบัตรธนาคาร
- ☐ ยา



ดูข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ไหน

ค้นหาข้อมูลติดต่อของหน่วยบริการฉุกเฉินในรัฐหรือเขตปกครองของท่าน

getready.gov.au/thai



เรียนรู้วิธีรับคำเตือนและเตรียมตัวรับมือกับแผ่นดินไหวและภัยธรรมชาติอื่น ๆ

ระหว่างเกิดแผ่นดินไหว ให้ฟังประกาศเตือนภัยและข้อมูลอัปเดตจากสถานีวิทยุ ABC หรือ SBS ในพื้นที่

โทร 131 450 สำหรับบริการแปลและล่ามแห่งชาติ (The Translating and Interpreting Service - TIS)

