

## Ứng phó phòng chống thiên tai khi công bố

“Thông tin chú ý về khả năng động đất tiếp theo sau khi có động đất ở ngoài khơi Sanriku, Hokkaido”

### Trường hợp cần sơ tán nhanh chóng khi có động đất

Trong trường hợp bạn cảm thấy có rung lắc hoặc khi có công bố về cảnh báo sóng thần, hãy chuẩn bị tư thế sẵn sàng để có thể sơ tán ngay lập tức khỏi cơ sở sống thân

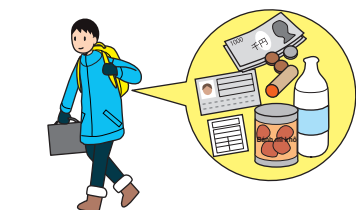
#### Đi ngủ trong tư thế có thể sơ tán ngay lập tức

- ☐ Đi ngủ với trang phục giúp bạn có thể trốn thoát ngay lập tức
- ☐ Ngủ cùng phòng với người cần được quan tâm chăm sóc như trẻ em hoặc người già, v.v.
- ☐ Ở trong căn phòng an toàn và dễ sơ tán nhất trong nhà



#### Luôn mang theo bên mình những vật dụng dùng khi khẩn cấp

- ☐ Luôn mang theo bên mình những vật dụng dùng khi khẩn cấp đã chuẩn bị sẵn và đặt chúng cạnh gối khi đi ngủ
- ☐ Luôn mang theo giấy chứng nhận nhân thân và đồ giá trị bên mình
- ☐ Chuẩn bị sẵn trong tầm tay những đồ dùng chống lạnh và các thiết bị chuẩn bị cho thời tiết có tuyết và lạnh

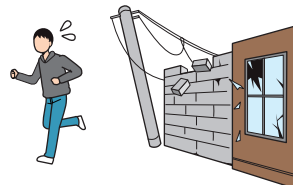


### Trường hợp nơi nguy cơ cao xảy ra động đất

Chuẩn bị để bảo đảm an toàn cho bản thân khỏi những rủi ro có thể dự đoán được

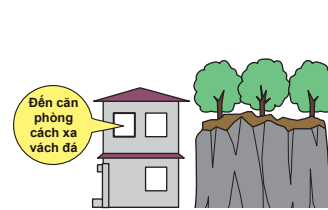
#### Chuẩn bị đối phó với sập đổ do rung lắc

- ☐ Cố gắng không tới gần các tòa nhà bị hư hại trong trận động đất trước đó hoặc các bức tường khối dễ bị sập



#### Chú ý thảm họa lở đất, v.v.

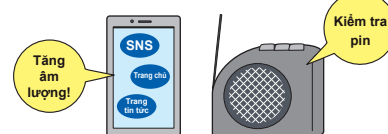
- ☐ Cố gắng không tới gần các nơi có nguy cơ cao bị sạt lở đất do trận động đất trước đó
- ☐ Nếu nhà của bạn có nguy cơ bị lở đất đá, hãy tránh ngủ ở căn phòng sát gần vách đá
- ☐ Khi đi vào khu vực khó sơ tán khỏi sóng thần sau khi xảy ra động đất, phải ý thức rằng đó là khu vực có nguy cơ đổ và sẵn sàng để có thể sơ tán bất cứ lúc nào.



Cảnh giác với những trận động đất tiếp theo và chuẩn bị những việc mà mọi người nên thực hiện

#### Bảo đảm hệ thống tiếp nhận thông tin khẩn cấp

- ☐ Tăng âm lượng của các thiết bị như điện thoại di động cao hơn bình thường để có thể nhận thông tin khẩn cấp
- ☐ Đặt đài radio hoặc đài phát thanh quản lý phòng chống thiên tai tại không gian sinh hoạt hàng ngày



#### Kiểm tra lại các việc chuẩn bị hàng ngày

- ☐ Kiểm tra lại việc dự trữ nước và thực phẩm
- ☐ Kiểm tra lại địa điểm sơ tán và tuyến đường sơ tán
- ☐ Kiểm tra lại phương tiện liên lạc với gia đình
- ☐ Kiểm tra lại việc cố định đồ đạc trong nhà
- ☐ Kiểm tra lại việc tập huấn ở Hội tự trị Jichikai



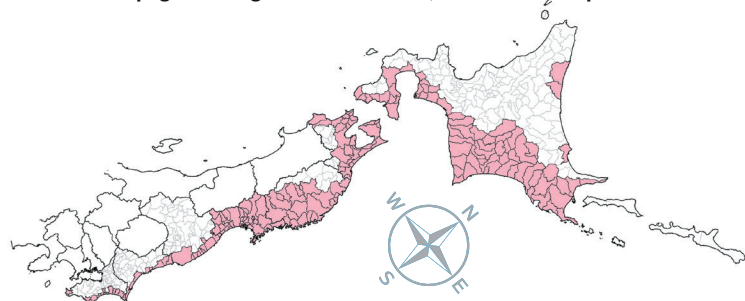
### Các khu vực cần thực hiện các biện pháp phòng chống thiên tai trong trường hợp

“Thông tin chú ý về khả năng động đất tiếp theo sau khi có động đất ở ngoài khơi Sanriku, Hokkaido” được ban hành.

Bao phủ trên phạm vi rộng từ Hokkaido đến tỉnh Chiba.

#### Quan điểm cơ bản về các khu vực cần thực hiện biện pháp phòng chống thiên tai

- Khu vực có cường độ địa chấn từ cấp 6 yếu trở xuống
- Khu vực có sóng thần cao từ 3m trở lên
- Khu vực cần thực hiện các biện pháp phòng chống thiên tai dựa trên tính toán vey của đối sách phòng chống thảm họa động đất

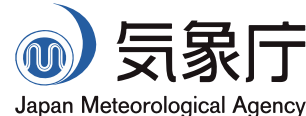


## Thông tin liên hệ



Giám đốc chiến lược của Văn phòng Nội các  
(phụ trách phòng chống thiên tai)  
Cố vấn (phụ trách điều tra và lên kế hoạch)

Mã bưu điện: 100-8914  
Tòa nhà chính phủ liên hợp trung ương số 8, 1-6-1 thị trấn Nagata, quận Chiyoda, Tokyo  
Số điện thoại: 03-5253-2111 (số tổng đài) FAX: 03-3501-6820  
[https://www.bousai.go.jp/jishin/nihonkaiko\\_chishima/hokkaido/index.html](https://www.bousai.go.jp/jishin/nihonkaiko_chishima/hokkaido/index.html)



Phòng Động đất núi lửa

Mã bưu điện: 105-8431 3-6-9 Toranomon, quận Minato, Tokyo  
Số điện thoại: 03-5678-3900 (số trực tiếp) FAX: 03-3434-9086  
<https://www.data.jma.go.jp/eqev/data/nceq/index.html>



Ngày phát hành: tháng 2 năm 2025

# Trận động đất lớn dọc theo rãnh biển Nhật Bản và rãnh Kuril

- Chuẩn bị trước -

**Nếu biết trước những điều này thì có thể bảo vệ được tính mạng của bạn và những người thân yêu của bạn**

Tại khu vực dọc theo rãnh biển Nhật Bản và rãnh Kuril, ngoài các trận động đất ở ranh giới mảng, còn xảy ra rất nhiều trận động đất khác nhau và gây ra nhiều thiệt hại đáng kể.

Hàng ngày hãy chuẩn bị đầy đủ cho những trận động đất có thể xảy ra bất ngờ, và chuẩn bị cho cả những trận động đất tiếp theo có thể xảy ra sau ra khi có công bố “Thông tin chú ý về khả năng động đất tiếp theo sau khi có động đất ở ngoài khơi Sanriku, Hokkaido”.

Khu vực tâm chấn của trận động đất trên bờ biển Thái Bình Dương thuộc vùng Tohoku

Khu vực tâm chấn giả định của trận động đất lớn dọc theo rãnh biển Nhật Bản và rãnh Kuril

Cường độ động đất tối đa là

7

Độ cao sóng thần được giả định

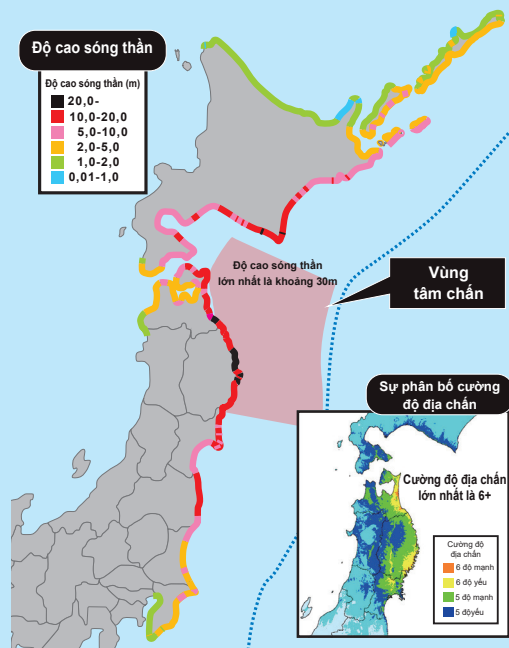
Tối đa 30m



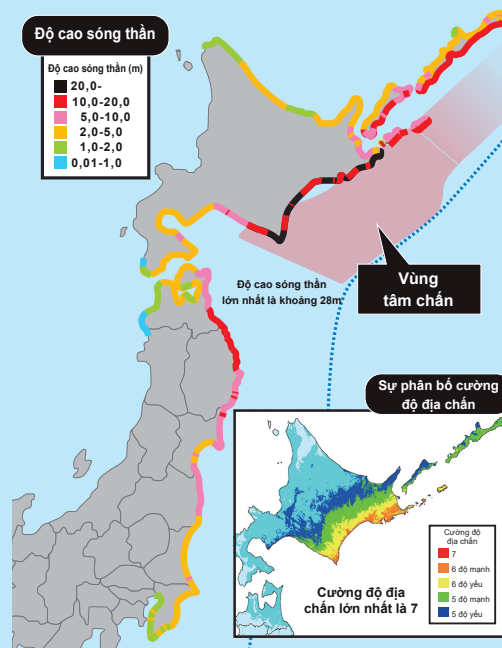
## Cường độ địa chấn và sóng thần dự kiến

Do trận động đất lớn xảy ra dọc theo rãnh biển Nhật Bản và rãnh Kuril, nên có nguy cơ sẽ xảy ra một thảm họa đáng kể trên phạm vi rộng từ Hokkaido đến tỉnh Chiba. Đặc biệt ở các vùng ven biển, có khả năng sóng thần sẽ gây ra các thiệt hại nặng nề. Ở những khu vực có khả năng bị thiệt hại lớn, cần phải chuẩn bị cho một trận động đất lớn dọc theo rãnh biển Nhật Bản và rãnh Kuril.

### Trận động đất dọc theo rãnh biển Nhật Bản



### Động đất dọc theo rãnh Kuril



### Giả định thiệt hại và biện pháp phòng chống thiên tai

- Trường hợp xấu nhất nếu xảy ra trận động đất lớn cấp M9, ước tính **\*khoảng 199.000 người tử vong**
- Sau khi thoát khỏi sóng thần, **có nguy cơ cao bị tử vong do hạ thân nhiệt vì tiếp xúc trong thời gian dài với điều kiện lạnh**
- Giảm được khoảng 80% thiệt hại nhờ việc chuẩn bị trước như **nâng cao nhận thức sơ tán và chuẩn bị các đồ dùng chống lạnh.**

\* Một trận động đất M9.1 xảy ra ở ngoài khơi bờ biển Sanriku và Hidaka dọc theo rãnh biển Nhật Bản vào tối muộn mùa đông. Trường hợp ý thức sơ tán của cư dân thấp

## Hàng ngày hãy chuẩn bị cho một trận động đất có thể xảy ra

☐ **Cố định đồ đạc trong nhà**

☐ **Chuẩn bị túi mang đi khi khẩn cấp**

☐ **Dự trữ nước và đồ ăn**

☐ **Kiểm tra nơi sơ tán, tuyến đường sơ tán và tuyến đường sơ tán thứ hai**

☐ **Biện pháp phòng chống cháy nổ**

☐ **Khả năng chống động đất của tòa nhà**

**Đặc biệt chuẩn bị cho vùng có tuyết và lạnh**

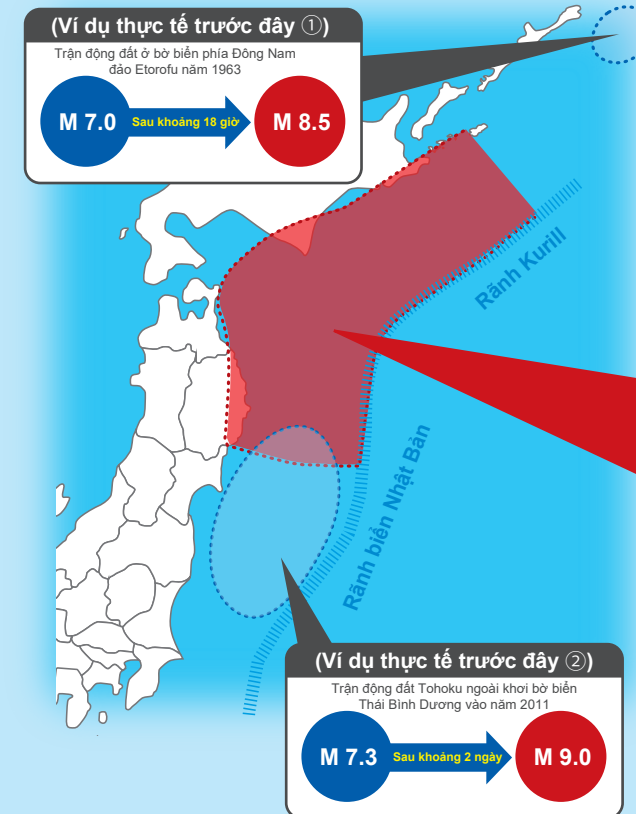
**Hãy chuẩn bị hàng ngày để bảo vệ tính mạng của bản thân và những người thân yêu trong trường hợp động đất có thể xảy ra bất ngờ**

## Hãy chuẩn bị cho cả những trận động đất lớn có thể xảy ra tiếp theo

~ Thông tin chú ý về khả năng động đất tiếp theo sau khi có động đất ở ngoài khơi Sanriku, Hokkaido ~

Tại các khu vực dọc theo rãnh biển Nhật Bản và rãnh Kuril, có trường hợp sau đó đã xảy ra trận động đất lớn (trận động đất xảy ra tiếp theo), sau khi đã xảy ra một trận động đất cấp M7. Mặc dù trên thực tế xác suất xảy ra trận động đất tiếp theo là thấp, nhưng để cứu mạng càng nhiều người càng tốt trong trường hợp xảy ra trận động đất tiếp theo, nếu một trận động đất cường độ M7.0 trở lên xảy ra ở vùng tâm chấn giả định hoặc vùng xung quanh đó thì "Thông tin chú ý về khả năng động đất tiếp theo sau khi có động đất ở ngoài khơi Sanriku, Hokkaido" sẽ được công bố vì khả năng xảy ra trận động đất tương đối cao hơn so với bình thường.

Sau khi thông báo được công bố, hãy tiếp tục các hoạt động kinh tế xã hội trong khoảng 1 tuần sau khi động đất xảy ra, đồng thời ngoài việc hàng ngày kiểm tra lại các việc chuẩn bị cho động đất, hãy chuẩn bị sẵn sàng tư thế để có thể sơ tán ngay lập tức khi bạn cảm thấy có rung lắc hay khi có công bố cảnh báo sóng thần.

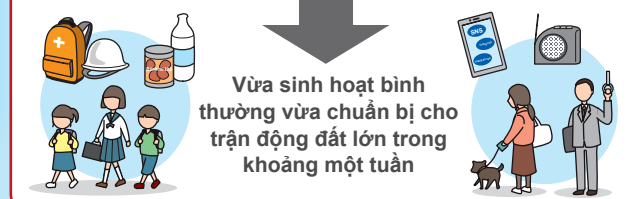


### Khu vực tâm chấn giả định của trận động đất lớn dọc theo rãnh biển Nhật Bản và rãnh Kuril

Nếu một trận động đất lớn từ M7.0 trở lên xảy ra ở khu vực tâm chấn giả định và vùng xung quanh đó (sẽ thay đổi tùy theo kích thước của M)...

**Có khả năng sau đó sẽ xảy ra một trận động đất lớn! Hãy chuẩn bị theo thông báo**

"Thông tin chú ý về khả năng động đất tiếp theo sau khi có động đất ở ngoài khơi Sanriku, Hokkaido" được phát đi



\*M: độ lớn cho thấy qui mô của trận động đất

### Những điểm cần lưu ý với Thông tin chú ý về khả năng động đất tiếp theo sau khi có động đất ở ngoài khơi Sanriku, Hokkaido

**!** Dựa trên các ví dụ thực tế trên thế giới thì khả năng xảy ra một trận động đất tiếp theo là khoảng 1/100 lần, và không hẳn sẽ có một trận động đất qui mô lớn tiếp theo sẽ xảy ra trong vòng một tuần.

**!** Điều quan trọng là hàng ngày phải chuẩn bị cho động đất, dựa trên giả định là một trận động đất lớn có thể xảy ra bất ngờ mà không hề có thông tin nào được công bố.

**!** Mặc dù nhà nước và chính quyền địa phương không kêu gọi sơ tán trước, nhưng trong khoảng một tuần sau trận động đất, mọi người phải chú ý hơn bình thường với việc xảy ra một trận động đất qui mô lớn, hãy chuẩn bị kỹ lưỡng để có thể sơ tán ngay lập tức khi cảm thấy có rung lắc hay khi có công bố cảnh báo sóng thần.

**!** Khoảng thời gian một tuần được tính đến là dựa trên giới hạn mà mọi người có thể tiếp tục ứng phó, do đó không có nghĩa là sau một tuần sẽ không có khả năng có một trận động đất tiếp theo. Hãy tiếp tục lưu ý đến các trận động đất có thể xảy ra.