

## รายการตรวจสอบสิ่งของสำหรับรองรับเหตุฉุกเฉิน

เมื่อมีเหตุภูเขาไฟตก การส่งสินค้าอาจหยุดชะงัก ซึ่งอาจส่งผลให้การจัดหาเครื่องอุปโภคบริโภคสำหรับชีวิตประจำวันเป็นไปได้ยากลำบาก เพื่อที่จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ในบ้านของตนเองได้ จึงจำเป็นต้องมีการสำรองสิ่งของที่จำเป็นไว้อย่างเพียงพออยู่เสมอ

**ควรเตรียมสำรองสิ่งของจำเป็นให้เพียงพอสำหรับอย่างน้อย 1 สัปดาห์ โดยเพื่อกรณีที่ต้องใช้ชีวิตอยู่ที่บ้านต่อเนื่องเป็นเวลานาน**

ในกรณีของปรากฏการณ์ที่เกิดจากการปะทุซึ่งเป็นอันตรายต่อชีวิตและแถบไม่มีเวลาให้เตรียมตัวอพยพ (เช่น หินปะทุขนาดใหญ่, กรดภูเขาไฟล้น, และโคลนภูเขาไฟล้นจากหิมะละลาย) จำเป็นต้องทำการอพยพล่วงหน้าโดยอาศัยเตือนภัยภูเขาไฟปะทุและแผนการอพยพ

### รายการตรวจสอบสำหรับการใช้ชีวิตในบ้านตนเอง (ใช้ร่วมกับภัยพิบัติอื่นๆ)



#### อาหาร น้ำดื่ม

- น้ำ
- อาหาร (ข้าว (เช่น ข้าวอัลฟา) อาหารถุงพร้อมทาน แครกเกอร์ ช็อกโกแลต ขนมปังกรอบ ฯลฯ)



#### ของใช้สุขอนามัย

- ของใช้ชำระล้างส่วนตัว
- แปรงสีฟัน ยาสีฟัน
- ส้วมฉุกเฉินแบบพกพา
- กระดาษชำระ
- ผ้าอ้อม ผ้าอนามัย
- หน้ากาก



#### ของสำรองฉุกเฉินอื่นๆ

- ไฟฉาย (แบบชาร์จไฟได้ด้วยมือจะสะดวก)
- วิทยุพกพา (แบบชาร์จไฟได้ด้วยมือจะสะดวก)
- แบตเตอรี่สำรอง เครื่องชาร์จแบบพกพา
- ไม้ขีดไฟ ไฟแช็ก เทียน



#### เวชภัณฑ์และยา

- พลาสเตอร์ปิดแผล
- ผ้าพันแผล
- น้ำยาฆ่าเชื้อ
- ยาสามัญประจำบ้าน

### รายการตรวจสอบสำหรับการอพยพ



#### เสื้อผ้าและของมีค่า

- ผ้าขนหนู (หลายผืน)
- ผ้าห่ม
- เสื้อผ้าสำหรับเปลี่ยน
- หมอนฉุกเฉิน
- ของมีค่า (บัตรประจำตัวประชาชน เงินสด สมุดบัญชีธนาคาร)

### รายการตรวจสอบสำหรับการกำจัดเถ้าภูเขาไฟ-รายการเฉพาะ (รายการสำหรับกำจัดเถ้าภูเขาไฟ)



#### อุปกรณ์สำหรับกำจัดเถ้าภูเขาไฟตก

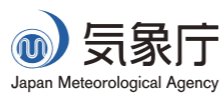
- หน้ากากกันฝุ่นแบบสีกพิเศษ
- แวนตานีรภัย
- พลั่ว
- ถุงมือทำงาน
- ผ้าครอบกันฝุ่น (สำหรับเครื่องปรับอากาศภายนอก)

### สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม โปรดติดต่อ:



ผู้อำนวยการกอง (ด้านการสำรวจและวางแผน) ภายใต้รองปลัดสำนักนายกรัฐมนตรี (ฝ่ายจัดการภัยพิบัติ) สำนักงานคณะรัฐมนตรี

ชั้น 18 อาคารกะ กรีน ครอส 2-4-6 อาคารกะ เมืองมินาโตะ โตเกียว 107-0052  
โทร : 03-5253-2111 (เบอร์กลาง) FAX : 03-3501-6820  
เว็บไซต์สำนักงานคณะรัฐมนตรี : <https://www.bousai.go.jp/kazan/index.html>



แผนกสังเกตการณ์ภูเขาไฟ ฝ่ายแผ่นดินไหววิทยาและภูเขาไฟวิทยา กรมอุตุนิยมวิทยาญี่ปุ่น (JMA)

3-6-9 โทรโนมง เมืองมินาโตะ โตเกียว 105-8431  
โทร : 03-6758-3900 (เบอร์กลาง)  
เว็บไซต์ JMA : <https://www.jma.go.jp/>

# การเตรียมพร้อมรับมือมือเถ้าภูเขาไฟ

ปรากฏการณ์ต่าง ๆ ที่นำมาซึ่งภัยพิบัติเกิดขึ้นเมื่อภูเขาไฟปะทุ ซึ่งรวมถึงปรากฏการณ์ที่ก่อให้เกิดอันตรายต่อชีวิตมนุษย์ทันทีในบริเวณรอบภูเขาไฟ เช่น หินปะทุขนาดใหญ่และกรดภูเขาไฟล้น ตลอดจนปรากฏการณ์ที่มีผลกระทบในวงกว้างที่ขยายออกไปไกลจากภูเขาไฟโดยไม่คาดหมายซึ่งผู้คนในทันที เช่น เถ้าภูเขาไฟ ไม่มีใครรู้ว่าการปะทุครั้งใหญ่จะเกิดขึ้นเมื่อใด "ทำให้การเตรียมพร้อมรับมือภัยพิบัติเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตประจำวัน" และเตรียมรับมือกับเถ้าภูเขาไฟที่อาจส่งผลกระทบเป็นวงกว้าง



ภูเขาไฟโกโด-โคเมงาตาเคะ ปะทุเมื่อปี 1929 (เชื้อเพื่อข้อมูลโดย คณะกรรมการร่วมเพื่อการป้องกันภัยพิบัติภูเขาไฟภูเขาไฟโกโด-โคเมงาตาเคะ)

# ผลกระทบตามปริมาณเถ้าภูเขาไฟตก

**ปริมาณเถ้าภูเขาไฟตก 30 ซม. ขึ้นไป**

**ปริมาณเถ้าภูเขาไฟตก 3 ซม. ขึ้นไป**

**ผลกระทบต่อระบบสาธารณูปโภคพื้นฐาน การระงับการให้บริการของรถไฟ เครื่องบิน ฯลฯ**

**ปริมาณเถ้าภูเขาไฟตก 30 ซม. ขึ้นไป**

**ปริมาณเถ้าภูเขาไฟตก 3 ซม. ขึ้นไป**

**ผลกระทบต่อระบบสาธารณูปโภคพื้นฐาน การระงับการให้บริการของรถไฟ เครื่องบิน ฯลฯ**

**ปริมาณเถ้าภูเขาไฟตก 3 ซม. ขึ้นไป**

**ผลกระทบต่อระบบสาธารณูปโภคพื้นฐาน การระงับการให้บริการของรถไฟ เครื่องบิน ฯลฯ**

## ข้อมูลพยากรณ์เถ้าภูเขาไฟ

มีการคาดการณ์ปริมาณเถ้าภูเขาไฟตกและขอบเขตพื้นที่ที่หินปะทุขนาดเล็กร่วงตกลงตามลมพัด มีการประกาศข้อมูลสามประเภท ได้แก่ ก่อนการปะทุ ทั้งก่อนการปะทุ และหลังการปะทุ สิ่งที่ประกาศคือ การพยากรณ์เถ้าภูเขาไฟตก (ตามกำหนดเวลา) การพยากรณ์เถ้าภูเขาไฟตก (แจ้งด่วน) และการพยากรณ์เถ้าภูเขาไฟตก (รายละเอียด) ปริมาณเถ้าภูเขาไฟตกจะแสดงเป็นสามระดับโดยขึ้นอยู่กับความหนาเถ้าภูเขาไฟตก คือ มาก ค่อนข้างมาก และ น้อย

\*ในขนาด JMA มีแผนที่จะปรับปรุงข้อมูลพยากรณ์เถ้าภูเขาไฟตกที่เหมาะสมสำหรับแต่ละขั้นตอน

ชื่อ	ปริมาณเถ้าภูเขาไฟตก (โดยปริมาตรสำหรับค่าเริ่มต้น)	สถานการณ์		การดำเนินการที่ควรทำ	
		พื้นที่ผิวนอน	ทิศนวิสัย	บุคคล	ถนน
มาก	≥ 1mm (ตลอดไปข้างหน้า)	ปกคลุมอย่างสมบูรณ์	ทัศนวิสัยไม่ดี	ออกจากข้างนอก	งดขับรถ
ค่อนข้างมาก	0.1-1mm (5-10 นาที)	เส้นสีขาวมองเห็นได้ยาก	กำลังตกลงมาอย่างชัดเจน	ปิดกั้นด้วยหน้ากากอนามัย ฯลฯ	ยับยั้ง
น้อย	< 0.1mm	กั้นบางๆ	แทบจะมองไม่เห็น	ปิดหน้าต่าง	ยกรถออกจากโรงรถด้านหน้า

**"พยากรณ์ขอบเขตพื้นที่ของเถ้าภูเขาไฟตก และผลอื่นๆ ที่ตามมาของภูเขาไฟปะทุ"**

**"พยากรณ์หินปะทุขนาดเล็ก ฯลฯ เน้นความถี่สูง"**

**"พยากรณ์ปริมาณเถ้าภูเขาไฟตกที่มีความแม่นยำสูง"**

● เถ้าภูเขาไฟตกปริมาณมาก  
● เถ้าภูเขาไฟตกปริมาณค่อนข้างมาก  
● เถ้าภูเขาไฟตกปริมาณน้อย  
● ภูมิภาคที่มีเถ้าภูเขาไฟตก  
เส้นหนา: เขตบางตัวที่คาดว่าจะมีเถ้าภูเขาไฟตก  
● ครอบคลุมภูเขาไฟ

คุณสามารถเข้าถึงข้อมูลการป้องกันภัยพิบัติประเภทนี้ได้จากเว็บไซต์ JMA [https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/kazan/qvaf/qvaf\\_guide.html](https://www.jma.go.jp/jma/kishou/now/kazan/qvaf/qvaf_guide.html)



# ลักษณะความเสียหายตามระดับขึ้น

ลักษณะความเสียหายต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้นได้แบ่งออกเป็นสี่ระดับตามปริมาณเถ้าภูเขาไฟ ระดับเหล่านี้ใช้เพื่อจัดระเบียบแนวทางปฏิบัติ ข้อควรระวัง และรายละเอียดในด้านต่างๆ ในกรณีรับมือกับสถานการณ์เหล่านี้

	ระดับ 1	ระดับ 2	ระดับ 3	ระดับ 4
<b>ปริมาณเถ้าภูเขาไฟตก</b>	ปริมาณน้อยไม่เกิน 3 ซม.	3 ซม.~30 ซม. ความเสียหายเล็กน้อย	3 ซม.~30 ซม. ความเสียหายมาก	30 ซม. ขึ้นไป ช่วงที่คาดว่าจะมีดินหินถล่ม
<b>อาคารกลุ่ม</b>	-	ความเป็นไปได้ของอาคารที่มีช่วงเสากว้าง*1 จะได้รับความเสียหายหรือพังทลาย	-	อันตรายจากการพังทลายของอาคารไม้ (ในช่วงฝนตก)
<b>การขนส่ง การเคลื่อนย้าย การจัดหาสิ่งของเครื่องใช้ ระบบสาธารณูปโภคพื้นฐาน</b>	การระงับการให้บริการของรถไฟ เครื่องบิน ฯลฯ อุปกรณ์ในการจัดหาสิ่งของเครื่องใช้	ความยากลำบากในการเดินถนนและการจัดหาสิ่งของเครื่องใช้*2 ผลกระทบเล็กน้อยต่อระบบสาธารณูปโภคพื้นฐาน	ความยากลำบากในการเดินถนนและการจัดหาสิ่งของเครื่องใช้*2 ผลกระทบเล็กน้อยต่อระบบสาธารณูปโภคพื้นฐาน (ยึดเชื้อ)	-
<b>การกระทำพื้นฐาน*3</b>	ดำเนินชีวิตประจำวันต่อไป	ดำเนินชีวิตประจำวันต่อไป	ดำเนินชีวิตประจำวันต่อไป (ย้าย ขึ้นอยู่กับสถานการณ์)	อพยพตามกฎ (อพยพไปยังอาคารกันที่หลังการปะทุ)
<b>ผู้ต้องการบริการผู้ช่วยนอกหรือการดูแลระยะยาว*4</b>	ดำเนินชีวิตประจำวันต่อไป	ดำเนินชีวิตประจำวันต่อไป (ย้าย ขึ้นอยู่กับสถานการณ์)	อพยพตามกฎ	อพยพตามกฎ

\*1: อาคาร เช่น โรงยิมที่มีระยะห่างระหว่างเสาหรือด้านหน้ากว้าง  
\*2: สถานการณ์ที่มีปัญหาด้านอุปทานชั่วคราว แต่การใช้ชีวิตประจำวันสามารถดำเนินต่อไปได้โดยการตอบสนองต่อเหตุฉุกเฉิน  
\*3: โดยทั่วไปผู้คนควรอยู่ในบ้านของตนเองหรือพื้นที่ในร่มอื่นๆ หากการทำการกรรต่าง ๆ ข้างนอกจะเป็นอันตรายเนื่องจากปัจจัยต่างๆ เช่น ทัศนวิสัยที่ลดลงระหว่างเถ้าภูเขาไฟตก เพื่อป้องกันความเสียหายต่อสุขภาพของคุณ ควรปฏิบัติตามมาตรการต่างๆ เช่น สวมหน้ากากป้องกันและนำกากอนามัยเมื่อทำสิ่งต่างๆ ข้างนอก โปรดระวังเป็นพิเศษสำหรับผู้ที่เป็นโรคนทางเดินหายใจ โรคเรื้อรังอื่น ๆ และปัญหาที่คล้ายคลึงกัน  
\*4: สมมติว่ามีบุคคลที่ไม่สามารถมีชีวิตอยู่ต่อไปได้ด้วยความช่วยเหลือของตนเองหรือการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และชีวิตของพวกเขาจะตกอยู่ในอันตรายจากเหตุการณ์ต่างๆ เช่น กิจกรรมทางสังคมที่ลดลงเนื่องจากเถ้าภูเขาไฟตก (เช่น ผู้ป่วยนอกฟอกไต และผู้ที่ต้องการบริการดูแลระยะยาว) ในกลุ่มบุคคลที่ต้องการการดูแลเป็นพิเศษ หากสามารถดำเนินชีวิตประจำวันในสถานที่ต่างๆ เช่น บ้านของตนเองได้ ก็สามารถทำกิจกรรมได้เช่นเดียวกับประชาชนทั่วไป

## เตรียมพร้อมรับมือเถ้าภูเขาไฟ

แนวทางพื้นฐานคือการอยู่ในภูมิภาคเถ้าภูเขาไฟตกถ้าเป็นไปได้ และใช้ชีวิตประจำวันในบ้านของตนเองต่อไป เป็นต้น อย่างไรก็ตาม อาจมีการคาดการณ์ถึงกรณีที่เกิดอันตรายโดยตรงต่อชีวิตมนุษย์ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ ซึ่งในกรณีดังกล่าวจำเป็นต้องดำเนินการตามมาตรการต่าง ๆ เช่น การอพยพ เป็นต้น  
\*อาคารไม้ที่มีปริมาณเถ้าภูเขาไฟตกตั้งแต่ 30 ซม. ขึ้นไป ภูมิภาคที่มีอันตรายจากดินถล่ม บุคคลที่ต้องการการดูแลเป็นพิเศษซึ่งไม่สามารถใช้ชีวิตอยู่ต่อไปได้ด้วยช่วยเหลือตนเอง หรือการช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และชีวิตของพวกเขาจะตกอยู่ในอันตรายโดยตรง เป็นต้น

### การเตรียมความพร้อมในภาวะปกติ

- เมื่อมีเถ้าภูเขาไฟตก การส่งสิ่งของเครื่องใช้อาจหยุด และอาจเป็นเรื่องยากที่จะจัดหาสิ่งของเครื่องใช้สำหรับชีวิตประจำวัน เพื่อที่จะสามารถดำรงชีวิตอยู่ในบ้านของตนเองได้ จึงจำเป็นต้องมีการสำรองสิ่งของที่จำเป็นไว้อย่างเพียงพออยู่เสมอ

### มาตรการที่ต้องทำในขณะที่เถ้าภูเขาไฟกำลังตกลงมา

- ห้ามออกไปข้างนอกด้วยเหตุผลที่ไม่จำเป็นและไม่เร่งด่วน
- ขณะอยู่กลางแจ้ง ให้ปิดจมูกและปากด้วยหน้ากากอนามัยหรือผ้าเช็ดหน้า
- รวบรวมข้อมูลด้วยวิทยุ ฯลฯ
- หลีกเลี่ยงการขับรถในขณะที่ทัศนวิสัยไม่ดี (หากจำเป็นต้องขับรถอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ให้เปิดไฟหน้าแล้วขับช้าๆ)
- อย่าใส่คอนแทคเลนส์เมื่ออยู่ข้างนอก หากเถ้าภูเขาไฟเข้าตาอย่าขีตาด้วยมือ ให้ล้างออกด้วยน้ำ

### มาตรการที่ต้องทำในนาทีสุดท้ายก่อนเถ้าภูเขาไฟตก

- ปิดประตูและหน้าต่าง (ปิดช่องว่างและระบายอากาศด้วยผ้าขหนูเปียกหรือเทป)
- ปิดคลุมเครื่องใช้ไฟฟ้าที่เสียหายได้ง่าย
- ถอดรอกน้ำฝนและท่อจ่ายน้ำออกจากรางระบายน้ำ
- ในกรณีของผู้ที่มีโรคเกี่ยวกับระบบทางเดินหายใจ เช่น โรคหลอดลมอักเสบเรื้อรัง หรือโรคหอบหืด ควรพำนักอยู่ในอาคารและหลีกเลี่ยงการสัมผัสกับเถ้าภูเขาไฟโดยไม่ว่าจำเป็น
- ถนนทางที่ดีที่สุดคือกลับบ้านก่อนที่เถ้าภูเขาไฟจะเริ่มตก

### กรณีที่ต้องออกนอกบ้านหรือปฏิบัติทางกลางแจ้ง / สิ่งที่ไม่ควรทำโดยเด็ดขาด

- สวมหน้ากากอนามัยเสมอ (เมื่อออกไปข้างนอกเป็นเวลานาน ให้สวมหน้ากากกันฝุ่นที่มีประสิทธิภาพ)
- ห้ามใส่คอนแทคเลนส์ ให้สวมแว่นครอบตาหรือแว่นสายตาแทน
- อย่ารีบร้อนปีนขึ้นไปบนหลังคาเพื่อจัดเถ้าภูเขาไฟ เริ่มงานหลังจากตรวจสอบแล้วเท่านั้น ว่าปลอดภัยสำหรับบุคคลที่จะยืนบนหลังคา
- โปรดใช้ความระมัดระวังเพราะพื้นผิวของบันไดหรือหลังคาจะลื่นมากด้วยเถ้าภูเขาไฟ
- สวมสายชูชีพและหมวกนิรภัย และทำงานเป็นทีมอย่างน้อยสองคน
- เถ้าภูเขาไฟสามารถอุดตันรางน้ำฝนและท่อระบายน้ำได้ง่าย ดังนั้นอย่าปล่อยให้มันไหลลง
- เมื่อจะทำความสะอาด ทำให้เถ้าภูเขาไฟเปียกน้ำ เพื่อป้องกันไม่ให้ฟุ้ง แล้วเก็บรวมไว้ในถุง
- อย่าทำให้เถ้าภูเขาไฟชุ่มไปด้วยน้ำ (มันจะแข็งตัวและทำความสะอาดยาก)