

# ข้อมูลการใช้ชีวิตประจำวันนานาชาติ



## P กรณีฉุกเฉิน / อุบัติภัย

▶ [P กรณีฉุกเฉิน / อุบัติภัย](#)

## 2 กรณีเกิดภัยธรรมชาติ

### 2-5 การเตรียมการล่วงหน้าเพื่อรับมือกับอุบัติเหตุ

(1) การ์ดข้อมูลส่วนบุคคลกรณีเกิดเหตุฉุกเฉิน (อ้างอิง [1-2 การเตรียมการสำหรับเหตุฉุกเฉิน](#))

(2) รายการสิ่งของที่จะต้องนำติดตัวเวลาเกิดเหตุฉุกเฉิน

เวลาเกิดอุบัติเหตุแล้วต้องอพยพหนี จะต้องนำสิ่งที่จำเป็นติดตัวไปให้น้อยที่สุด และควรวาง [ถุงพกติดตัวยามฉุกเฉิน] ไว้ในที่ที่สามารถหยิบได้ง่าย

สำหรับของอื่นๆหลังจากอพยพและยืนยันความปลอดภัยได้แล้วสามารถกลับมาเอาได้ภายหลัง

• รายการสิ่งของที่จะต้องนำติดตัวเวลาเกิดเหตุฉุกเฉิน

<b>ของมีค่า</b>	<b>แสงสว่าง</b>
บัตรต่างๆ เงินสด สำเนาใบขับขี่ สำเนาบัตรประกันสุขภาพ	ไฟฉาย ถ่านสำรอง
<b>อาหารยามฉุกเฉิน</b>	<b>เวชภัณฑ์</b>
ขนมปังกรอบ อาหารกระป๋อง อาหารเสริมโภชนาการ อาหารแห้ง น้ำแร่ อุปกรณ์สำหรับรับประทานอาหารที่ใช้แล้วทิ้ง ที่เปิดกระป๋อง	พลาสติกปิดแผล ยารักษาแผล ผ้าพันแผล ยาฆ่าเชื้อโรค
<b>วิทยุ</b>	<b>เครื่องมือในการดำรงชีวิตอื่นๆ</b>
วิทยุแบบพกพา ถ่านสำรอง	ชุดชั้นใน ถุงมือฝ้ายอย่างหนา ผ้าเช็ดตัว กระดาษทิชชู เสื่อกันฝน ไฟแช็ก ถุงพลาสติก

\*ควรวางหนังสือเดินทางและบัตรประจำตัวบุคคลต่างตัวไว้ใกล้ตัวเพื่อที่จะนำติดตัวไปได้เวลาเกิดเหตุฉุกเฉินควรเตรียมผ้าอ้อมหรือผ้าอนามัยไว้ตามความจำเป็น

(3) การเก็บสำรอง

เป็นสิ่งที่เตรียมไว้แยกต่างหากจาก [ถุงพกติดตัวยามฉุกเฉิน] เพื่อสามารถพึ่งพาตนเองได้จนกว่าจะเข้าสู่สภาวะปกติ(ประมาณ 3 วัน)



# ข้อมูลการใช้ชีวิตประจำวันนานาชาติ



## P กรณีฉุกเฉิน / อุบัติภัย

▶ [P กรณีฉุกเฉิน / อุบัติภัย](#)

### •รายการของที่สำรองไว้ยามฉุกเฉิน

น้ำดื่ม	ภาชนะพลาสติก
อาหาร	เตาปรุงอาหารแบบตั้งโต๊ะ
อุปกรณ์สำหรับรับประทานอาหารที่ใช้แล้วทิ้ง	แผ่นทำความร้อนแบบใช้แล้วทิ้ง
ผ้าห่ม	เชือก
แผนพลาสติก	เทปติดแบบผ้า

\*น้ำดื่ม คนละ 3ลิตรต่อ1วัน อาหาร เช่น อาหารทอดสำเร็จรูปในถุง หรืออาหารกระป๋องให้พอดีสำหรับ 3 วัน

### (4) การฝึกป้องกันภัยธรรมชาติ

วันที่ 1 เดือน กันยายน เป็นวันป้องกันอุบัติภัย ตั้งแต่วันที่ 30 เดือน สิงหาคม ถึง วันที่ 5 กันยายน คือ สัปดาห์การป้องกันอุบัติภัย

ควรเข้าร่วมการฝึกป้องกันอุบัติภัยที่จัดขึ้นในท้องที่เป็นประจำเพื่อให้เกิดความสามารถในการป้องกันอุบัติภัย

นอกจากนี้ [ศูนย์ป้องกันอุบัติภัย] ของแต่ละภูมิภาคจะทำการสอนเกี่ยวกับความรู้เรื่องอุบัติภัยและการเตรียมรับมือกับอุบัติภัย มีทั้งวีดีโอเทปและฟิล์มภาพยนตร์

