

# Meiwa-machi

## सर्वाङ्गीण

### वपिद् नविवारण नक्सा

Meiwa Town Comprehensive Disaster Prevention Map

~ आफ्नो ज्यान आफैले जोगाउने ~



#### वषियसूची

##### वपिद् नविवारण जानकारी

- Meiwa-machi आकासे नक्सा ..... 1 - 2
- तयारी तथा जानकारी प्राप्त/ आश्रय गन्तव्य ..... 3 - 4

##### डुबान पूर्वानुमानति नक्सा: वृहत्तर क्षेत्र नक्सा

- डुबान पूर्वानुमानति नक्सा: डुबान नरिन्तरता समय ..... 7 - 8

##### वपिद् नविवारण जानकारी

- आश्रय लनि जाने टाइमडि / माइ टाइमलाइन ..... 9 - 10
- आश्रय लनि टाइमको सावधानी / चट्याड या हुरीबतास आदि ..... 11 - 12
- स्वैच्छिक वपिद् नविवारण सङ्गठन / झटपट लैजानु पर्ने सामानहरू ..... 13 - 14
- जीवनयापन पुनर्बहाली लक्षति / आश्रय सुविधा स्थल सूची ..... 15 - 16

##### डुबान पूर्वानुमानति नक्सा

- Toney-gawa नदी: पश्चिमि ..... 17 - 18
- Toney-gawa नदी: पूर्व ..... 19 - 20

##### डुबान पूर्वानुमानति नक्सा

- Watarase-gawa नदी: पश्चिमि ..... 21 - 22
- Watarase-gawa नदी: पूर्व ..... 23 - 24

##### डुबान पूर्वानुमानति नक्सा

- Yata-gawa खोलाहरू: पश्चिमि ..... 25 - 26
- Yata-gawa खोलाहरू: पूर्व ..... 27 - 28

##### वपिद् नविवारण जानकारी

- भूकम्पीय वपिद् बारेमा ..... 29 - 30

वपिद् नविवारण जानकारी

डुबान पूर्वानुमानति नक्सा: वृहत्तर क्षेत्र नक्सा

डुबान पूर्वानुमानति नक्सा: डुबान नरिन्तरता समय

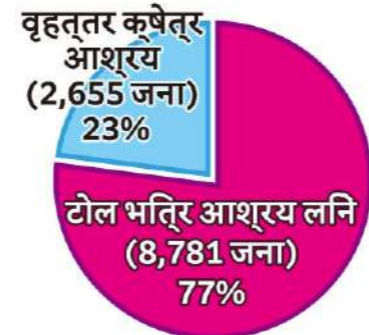
डुबान पूर्वानुमानति नक्सा: Toney-gawa नदी

डुबान पूर्वानुमानति नक्सा: Watarase-gawa नदी

डुबान पूर्वानुमानति नक्सा: Yata-gawa खोलाहरू

# वपिद् प्रतकी तयारी गर्नु भएको छ?

सन् 2022 मा Meiwa-machi ले सञ्चालन गरेको "बाढी आउँदाको समयको आश्रय गन्तव्य सम्बन्धी सर्वेक्षण" मा, टोल बाहिर आश्रय लनि जान मल्लिख भनेर उत्तर दनि व्यक्तमध्ये जम्मा 20% मात्र थिए र, अरू लगभग सबैले टोल भित्रै आश्रय लनि कुरा सोचेको तथ्य आएको थियो। तथापि, पूर्वानुमानति सबैभन्दा ठूलो स्तरको बाढी आएको खण्डमा, Meiwa-machi को लगभग सबै क्षेत्र डुबानमा पर्ने अनुमान गरनिका साथै, टोल भित्रको आश्रय सुविधा स्थल समेत आश्रय लनि चाहने सबैलाई राख्न नपुग्ने अप्ठ्यारो परस्थिति रहेको छ। लगभग वर्षैपछि जसरी ती क्षेत्रहरूमा हावाहुरी तथा वर्षाजन्य क्षति दोहोरिहने गरेको आजकल, फेरि एकचोटि वपिद् प्रतकी तयारीलाई राम्ररी समीक्षा गरेर हेर्ने होइन त?



Meiwa-machi "बाढी आउँदाको समयको आश्रय गन्तव्य सम्बन्धी सर्वेक्षण" प्रतविदन पत्रबाट सामार (सन् 2022 फेब्रुअरी)



Meiwa-machi टोल अध्यक्ष Motosuke Tomizuka

हालैका वर्षहरूमा ताइफुन-आँधी या वनिशकारी वर्षा लगायतका प्राकृतिक प्रकोपले उत्पात मच्चाउँदै आएको छ। सन् 2019 को पूर्वी जापानमा आएको ताइफुन-आँधीमा, मार्च (टोल)मा प्रथम पटक आश्रय लनि जान नरिदेशन जारी गरिएको थियो। त्यसमा सबैको साथ मलिकोले कुनै ठूलो क्षति भोगनु परेन। तर वपिद्को तयारीका नमितित "व्यक्तगत भूमिका, सामूहिक भूमिका, सरकारी भूमिका" अपरिहार्य हुन्छ। टोलले आफ्नो तर्फबाट आश्रय स्थल सुनिश्चित गर्ने या वपिद् नविरणका नमितित सामानहरू सञ्चति राखिराखनका लागि प्रयास गर्ने नै छ यद्यपि सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण भनेको, हरेक टोलबासीले आफ्नो तयारी गर्ने र स्थानीय क्षेत्रमा एकअर्कालाई मददत गर्नुपर्ने हुन्छ। यस सर्वाङ्गीण वपिद् नविरण नक्सा उपयोग गरी, यहाँहरूले आफ्नो जीवन रक्षा गर्नका नमितितको तयारी पुरा गरेर, परआएको बेलामा नआतडिकन गतविधिगिरन सक्ने गरी प्रयासरत रहनु होला।



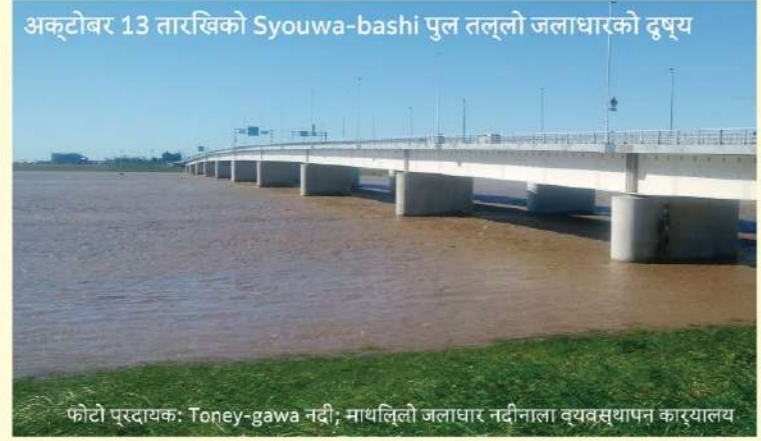
Gunma University वज्जान तथा प्रवधि स्नातकोत्तर संकाय प्रोफेसर Masanobu Kanai

हामीले बसोबास गर्ने जापानमा हरेक वर्ष जसो, ठूलो-ठूलो भूकम्प या हावाहुरी तथा वर्षाजन्य क्षतहरू भइरहेको छ र, धेरै मानसिहरू वपिद् बाट प्रभावति भइरहेका छन्। Meiwa-machi को हकमा अहलिसम्म भाग्यवश ठूलो वपिद् को अनुभव गर्नु परेको छैन तर आउँदा दनिमा "कदापि वपिद् प्रभावति हुँदैनौं" भन्ने पनी हुँदैन। महावपिद् आइपर्दाको तयारी स्वरूप, पहिला यस वपिद् नविरण नक्सा हेरेर, "आफ्नो घर भित्रै पूर्वानुमान गर्न सकिने वपिद् को जोखमि"लाई सही रूपमा बुझनुहोस्। के कुराको तयारी गर्नुपर्छ भनेर, पूर्वानुमान गरिएको क्षतकी आकार र हरेक घरको अवस्था अनुसार फरक पर्छ। स्थानीय क्षेत्रमा आइपर्न सक्ने जोखमि थाहा पाइराखेर, सँगै बस्ने परिवारको अवस्थालाई मध्यनजर गर्दै "हरसम्भव ज्यान जोगाउने तरकि" सोचिराखनु होस्।



## सन् 2019 मा पूर्वी जापानमा आएको आँधी (19 औं नम्बरको ताइफुन-आँधी) सम्झारिखनु भएको छ?

सन् 2019 अक्टोबर 12 तारखिदेखि 13 तारखिसम्म जमनि-बस्ती तर्फ प्रवेश गरेर बहँदै गएको 19 औं नम्बरको ताइफुन-आँधीले पूर्वी जापानको बृहत् पश्चिमि ठूलो क्षति पुर्यायो। Meiwa-machi ले पनी प्रथम पटक "आश्रय लनि जान नरिदेशन" जारी गरी, आश्रय स्थल स्थापना गर्‍यो। ती आश्रय स्थलहरूमा बासनिदा मध्येका 4 भागको 1 भाग भन्दा धेरै 2,800 जनाले आश्रय लएका थिए।



फोटो प्रदायक: Toney-gawa नदी; माथिल्लो जलाधार नदीनाला व्यवस्थापन कार्यालय

# आश्रय लनि जाने तयारी तथा जानकारी प्राप्ति

चाँडो आश्रय लनि जानको लागि जानकारी सङ्कलन अत्यावश्यक हुन्छ। सही ठाउँबाट मौसम तथा वपिद् नविवरण जानकारी नशिचय गरी, अवस्था अनुसारको गतविधि गरौं। साथै, परिवारमा वपिद् नविवरण सम्बन्धमा पहिलेदेखि नै कुराकानी गरी, आश्रय गन्तव्य या भेला हुने ठाउँ, सम्पर्क वधिहरू निर्धारण गरेर राखौं।

## वपिद् प्रतिको तत्परता

### परिवारको एकआपसमा कुराकानी

परिवारै मलिर वपित्कालीन समय कस्तो गतविधि गर्ने भनेर कुराकानी गरिराखेर, परिवार भन्नि-भन्नि भएको समयमा कसरी सम्पर्क गर्ने या, भेला हुने ठाउँ, आश्रय स्थल इत्यादि निर्धारण गरिराख्ने।



### आश्रय गन्तव्य र रूटको नशिचय

आश्रय स्थलसम्मको रूटमा कतै जोखिमपूर्ण ठाउँ छन् कसिँचै हार्डिरेर चेक गर्ने।



### मौसमी जानकारीमा सावधानी

ताइफुन-आँधी या वनिशकारी वर्षा गराउने न्यून चापीय वायुहरू अगाडि बढ्ने मार्ग या त्यसको स्तरहरू पूर्वानुमान गर्न सकनि भएकोले टी.भी. या रेडियो लगायतबाट, मौसमी जानकारीहरू हरदम नशिचय गर्ने।



### इटपट लैजानु पर्ने सामानहरूको तयारी

वपिद् आउनु अगाडि नै आफूसँग लएर जाने सामानको पूर्ण तयारी गर्ने। (P14 हेर्ने) ढाडमा भरिने ब्याग आदिमा एकट्ट पारेर, मूल ढोका जस्ता टपिर हार्डिरेर सजलियो हुने ठाउँमा राख्ने।



### घरको भतिर बाहिर चेकजाँच

हावाले उडाउने खालका कुनै वस्तु छन् क, छाना या भतिता मक्कएका बगिरएका छन् क, फर्नचिर राखेको ठाउँ अनुचति छ क आदि आफ्नो घरको तयारी नशिचय गर्ने।



### पानीको मङ्गाल या नालीको खाल्डोको स्याहार-सम्भार

वर्षाको पानी सजलि नबग्ने भयो भने, घरभतिर पना डुबान हुन सक्ने हुँदा, पानीको मङ्गाल या नालीको खाल्डो सफा गरिराख्ने।



## वपिद् जानकारी प्राप्ति

वपित्कालीन समयमा वभिन्न जानकारी आएर भ्रमति पार्ने र भाँडभैलो मच्चाउने हुनसक्छ। जानकारी प्राप्त गर्ने नमिन्लखिति ठाउँहरू नशिचय गरी रजिष्टर गरिराखेर "नवीनतम तथा सही जानकारी"को आधारमा मात्र गतविधि गरिनुहोला।



भूमि पूर्ववाधार यातायात तथा पर्यटन मन्त्रालयको नदी वपिद् नविवरण जानकारी



Gunma-ken वपिद् नविवरण पोर्टल साइट



जापान मौसम वजिज्ञान वभिभागको सङ्कट आउनेवाला छ-Kikikuru (जोखिम स्तर जानकारी)



### Yahoo! वपिद् नविवरण अलर्ट App

वपिद् आउनु अगाडि भूकम्प या वनिशकारी वर्षा आदिको जानकारीलाई Push Notification मार्फत सूचति गर्ने Yahoo! आधिकारिक App



iPhone



Android



### NHKONE न्युज/ वपिद् नविवरण App

NHK आधिकारिक App। नक्सामा पानी पार्ने बादल या ताइफुन-आँधी, नदीनालाको जानकारी चेक गर्न मलिछ र, आकस्मिक जानकारीलाई Push Notification मार्फत यहाँहरू समक्ष पुर्याउने



iPhone



Android



### Safetytips (वदिशी पर्यटक लक्षति वपित्कालीन समयको जानकारी प्रदान गर्ने App)

जापान टुरजिम वभिभागको पर्यवेक्षणमा बनेको 15 भाषामा वपिद् जानकारीको सूचना दिने App



iPhone



Android

### Meiwa नोटफिकिसन इमेल ~वपिद् नविवरणको अलावा स्थानीय क्षेत्रको जानकारी समेत प्रदान गरनि!

रजिष्टर्ड गरेको स्मार्टफोन या मोबाइल फोनमा वपिद् नविवरण या अपराध रोकथामका जानकारी नशिुलक सम्प्रेषण हुने सर्भिस। दायपट्टिको QR कोड रडि गरेर रजिष्टरडि पेजबाट त्यसमा लेखेको जानकारी अनुसार रजिष्टर गर्ने।



स्मार्टफोन नमित्ति



मोबाइल फोन नमित्ति

## वपिद् नविवरण प्रशासनकि वायरलेस माइकडि

वपिद् नविवरण या अपराध रोकथाम जस्ता बासनिदालाई आकस्मिक जानकारी प्रदान गर्नुपर्ने समयको लागि भनेर, टोलले वपिद् नविवरण प्रशासनकि वायरलेस माइकडि जडान गरेको छ।

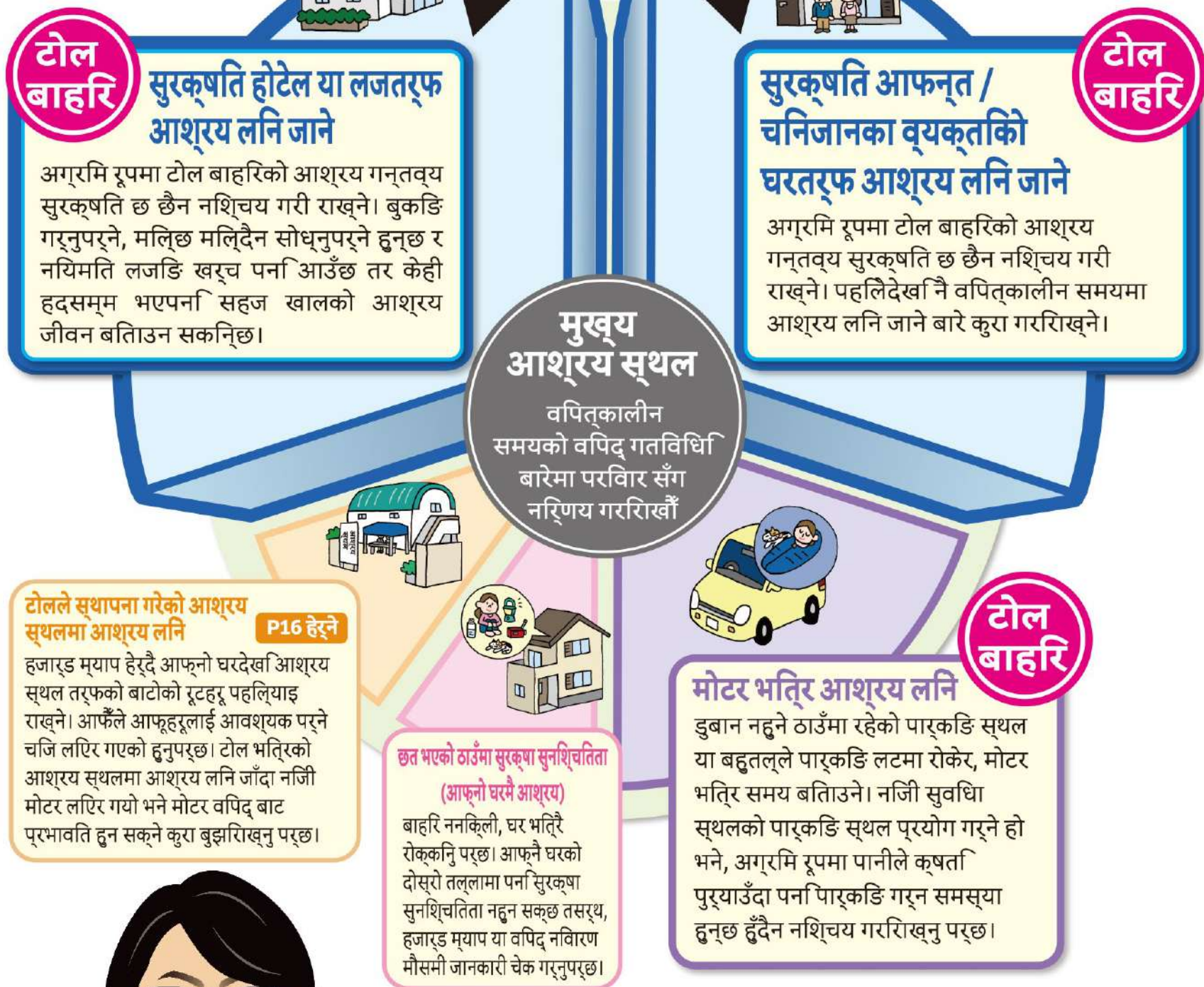
टेलफोन सेवा TEL:0276-84-1000

वपिद् नविवरण प्रशासनकि वायरलेस माइकडि राम्ररी सुनुन नसकिएको खण्डमा, माथि उल्लिखित फोन नम्बर डायल गरेमा ठिक अगाडि प्रसारण भएको वषियवस्तु सुनुन सकिन्छ।

# कता आश्रय लनि जाने त?

Meiwa-machi मा पानीजन्य क्षति आइपरेको खण्डमा, यसपछिको पेजमा जस्तो टोल भित्रको समग्र क्षेत्रमा 3m वा सो माथिको गहराइमा (घरको दोस्रो तल्ला भन्दा माथिको उचाइ बराबर) डुबानमा पर्नुका साथै केही दिनदेखि एक हप्ता जति डुबान भइराख्ने हुनसक्छ। तसर्थ, सक्दो चाँडो समयमा **"टोल बाह्रिको वृहत्तर क्षेत्रमा (बासस्थान भन्दा टाढा) आश्रय" लनि सफारसि गरिन्छ।**

## Meiwa-machi को तर्फबाट यो दुई ओटा सफारसि



Gunma University  
वज्जिज्ञान तथा प्रवधि  
स्नातकोत्तर संकाय  
प्रोफेसर Kanai

### हावाहुरी तथा वर्षाजन्य क्षति भएको समयमा आश्रय लनि बारेमा

~हावाहुरी तथा वर्षाजन्य क्षति भएको समयको आश्रयमा वभिनिन सावधानीका पोइन्टहरू हुने गर्छन्~

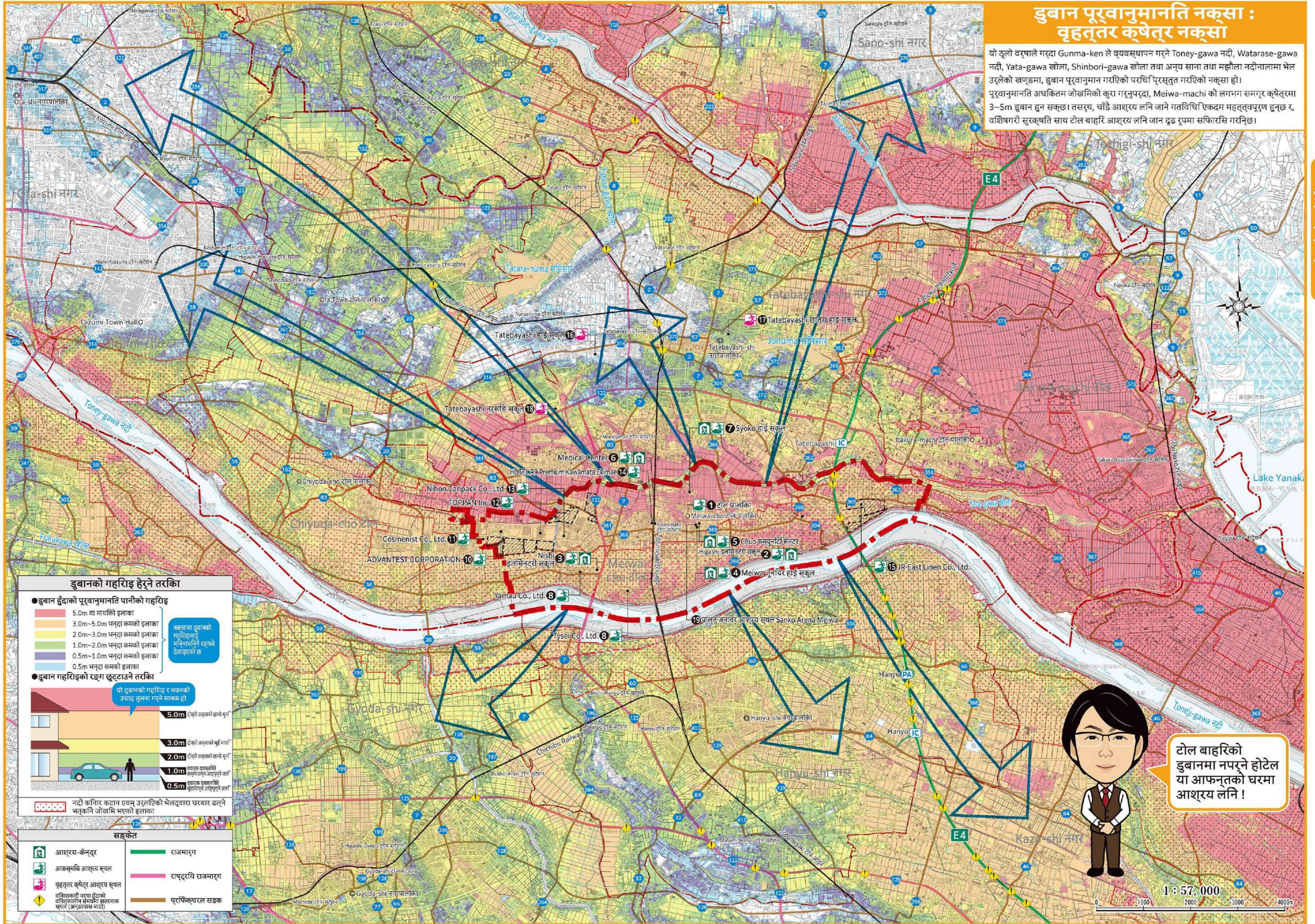
- 1 चाँडो मोटर मार्फत टोल बाह्रिको वृहत्तर क्षेत्रमा आश्रय लनि जाँदा ठिकि। आश्रय लनि जान सुरुवात गर्नु ठिला भएमा ठूलो वर्षाले गर्दा सडक जलमग्न हुने या ट्राफिकि जाम हुने भएर, सुरक्षति रूपमा स्थानान्तरण हुन नसकनि सम्भावना रहन्छ।
- 2 गाहुरो पर्ने भए टोल भित्रकै आश्रय स्थल तर्फ। तर आश्रय स्थलपनि डुबानमा परेर, बजिली या धाराको पानी, ग्याँस, टोइलेट समेत प्रयोग नगर्न नमलिने हुनसक्छ। पानी नसुक्दासम्म केही दिनको लागि जीवनयापन गर्न सक्ने गरी, आवश्यक पर्ने चजि अग्रमि रूपमा आफूसँग लिएर आश्रय स्थलमा आश्रय लनि जानुपर्छ।
- 3 पालतु जनावर लिएर आश्रय लनि जाने हो भने, टोल बाह्रिको आफन्त/ चनिजानका व्यक्तिको घर सबैभन्दा राम्रो हुन्छ।
- 4 आश्रय स्थल स्वरूपको वदियालयमा धेरै मानसिले आश्रय लनि हुँदा, प्यासेज या कक्षाकोठाहरूमा बस्नुपर्ने हुनाले, कदापि सहज हुने छैन।

# डुबान पूर्वानुमानति नक्सा : वृहत्तर क्षेत्र नक्सा

यो ठूलो वर्षाले गर्दा Gunma-ken ले व्यवस्थापन गर्ने Toney-gawa नदी, Watarase-gawa नदी, Yata-gawa खोला, Shinbori-gawa खोला तथा अन्य साना तथा मझौला नदीनालामा भेल उरलेको खण्डमा, डुबान पूर्वानुमान गरिएको परधिप्रस्तुत गरिएको नक्सा हो।  
पूर्वानुमानति अधिकतम जोखिमको कुरा गर्नुपर्दा, Meiwa-machi को लगभग समग्र क्षेत्रमा 3~5m डुबान हुन सक्छ। तसर्थ, चाँडै आश्रय लनि जाने गतविधि एकदम महत्त्वपूर्ण हुन्छ र, वशिषगरी सुरक्षित साथ टोल बाहिर आश्रय लनि जान दृढ रूपमा सफारसि गरिन्छ।

डुबान पूर्वानुमानति नक्सा:  
वृहत्तर क्षेत्र नक्सा

डुबान पूर्वानुमानति नक्सा:  
वृहत्तर क्षेत्र नक्सा



### डुबानको गहराइ हेर्ने तरिका

- डुबान हुँदाको पूर्वानुमानति पानीको गहराइ
  - 5.0m वा माथिको इलाका
  - 3.0m~5.0m भन्दा कमको इलाका
  - 2.0m~3.0m भन्दा कमको इलाका
  - 1.0m~2.0m भन्दा कमको इलाका
  - 0.5m~1.0m भन्दा कमको इलाका
  - 0.5m भन्दा कमको इलाका
- डुबान गहराइको रङ्ग छुट्टाउने तरिका

नक्सामा डुबानको गहराइलाई भनिभन्निने रङ्गले देखाइएको छ।

यो डुबानको गहराइ र भवनको उचाइ तुलना गर्ने मानक हो।

- 5.0m दोस्रो तलको छाने मुर्त
- 3.0m दोस्रो तलको भूँ मुर्त
- 2.0m दोस्रो तलको छाने मुर्त
- 1.0m घरको छतको कमरेलगायत आउनुने उचाइ
- 0.5m घरको छतको उचाइ

नदी कनार कटान एवम् उरलेको भेलद्वारा घरबार ढल्ने भत्कनि जोखिम भएको इलाका

### सङ्केत

- आश्रय-केन्द्र
- आकस्मिक आश्रय स्थल
- वृहत्तर क्षेत्र आश्रय स्थल
- वनिशकारी वर्षा हुँदाको विपत्कालीन समयमा श्रतनक स्थल (अनुदरमा बाँचे)
- राजमार्ग
- राष्ट्रिय राजमार्ग
- प्राफिकचरल सडक



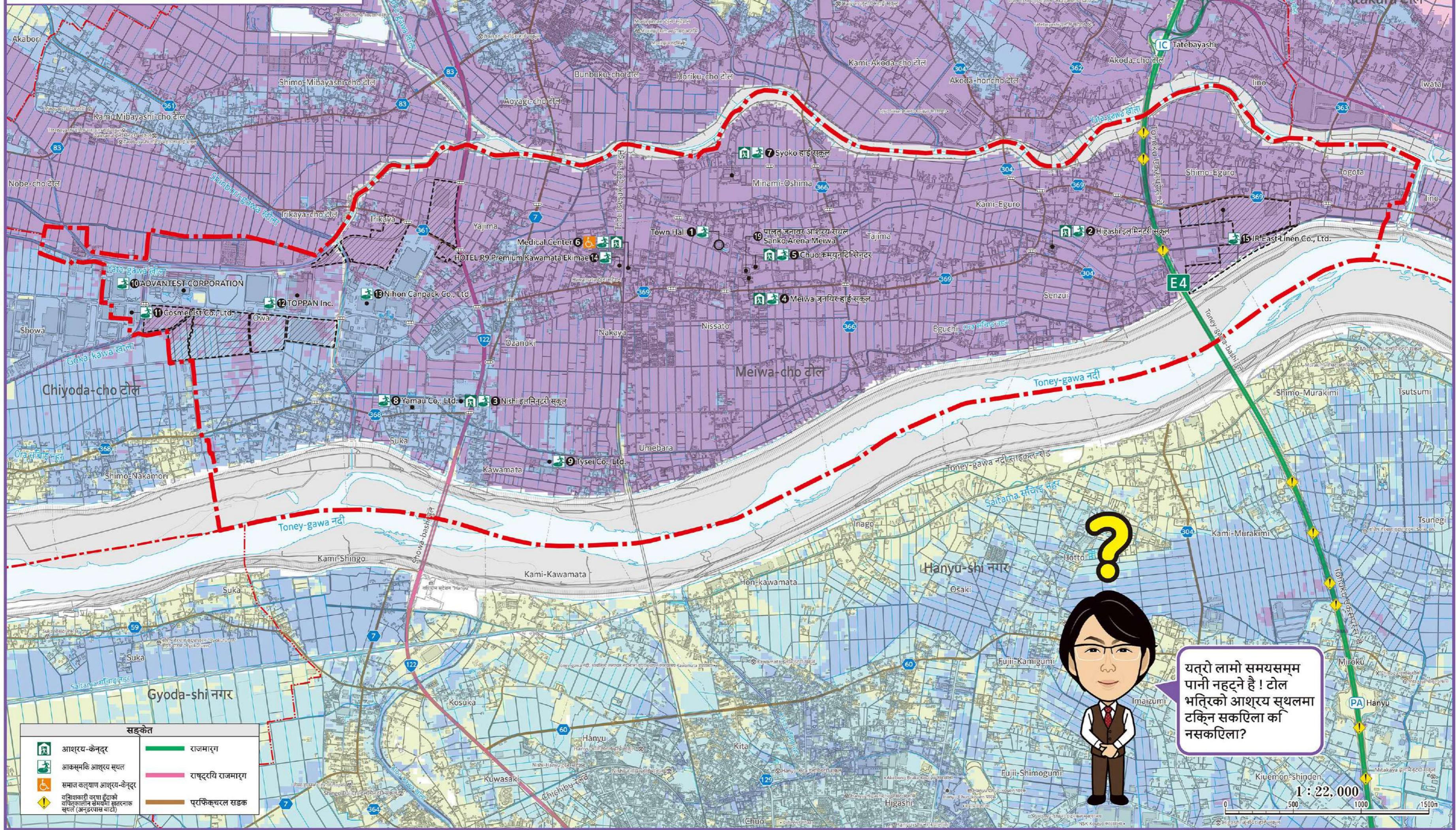
टोल बाहिरको डुबानमा नपर्ने होटेल या आफन्तको घरमा आश्रय लनि !

1:57,000

# डुबान पूर्वानुमानति नक्सा : डुबान नरिन्तरता समय

यो डुबान नरिन्तरता समय भन्नाले, बाढी आउँदाको समयमा आश्रय लिन जान गाहरो परने एक नशिचति डुबानको गहराइ (0.5m) भन्दा धेरै भइराख्ने मानक समयको प्रस्तुत गरिएको नक्सा हो। यसमा Toney-gawa नदीमा पूर्वानुमान गर्न सकिने सर्वाधिक ठूलो स्तरको वर्षा हुँदाको भेल उर्लापिरे आउँदाको समयलाई विचार गरिएको छ। अर्थात् डुबानको गहराइ 0.5m पुगेर त्यो भन्दा घट्ने बेलासम्मको समय प्रस्तुत गरिएको नक्सा हो।  
पुनश्च, पूर्वानुमानति समय वास्तविक अवस्था भन्दा फरक पर्न सक्ने, समय प्रस्तुत नगरिएका इलाकामा पर्ना डुबान हुन सक्ने हुन सक्छ।  
साथै, समय लम्बथियो भने लाइफलाइन (बत्तीपानी इत्यादी)को पुनर्स्थापना गर्नमा समय लाग्ने हुँदा, आश्रय जीवन बचाउँदा समस्या उत्पन्न हुन सक्छ।

	~12 घण्टा		72 घण्टा~168 घण्टा
	12 घण्टा~24 घण्टा		168 घण्टा~336 घण्टा
	24 घण्टा~72 घण्टा		



**सङ्केत**

	आश्रय-केन्द्र		राजमार्ग
	आकस्मिक आश्रय स्थल		राष्ट्रिय राजमार्ग
	समाज कल्याण आश्रय-केन्द्र		परफिकचरल सडक
	व्यक्तिगत वरिष्ठता हुँदाको वित्तीयकालीन समयमा श्रमदाक स्थल (अन्डरपास बाटो)		



यत्रो लामो समयसम्म पानी नहट्ने है ! टोल भत्तिरको आश्रय स्थलमा टकिन् सकिएला कि नसकिएला?

1 : 22,000  
0 500 1000 1500m

# कुन टाइमडिमा आश्रय लनि जाने त?

यस्ता खालका जानकारीहरू उद्घोषण गरिए तापनि उचित टाइमडिमा आश्रय लनि जान सक्ने व्यक्ति धेरै हुँदैनन्। तसर्थ आ-आफ्नो परस्थिति अनुसार आश्रय लनि जान सुरुवात गर्नुपर्दा, के गर्नु भन्ने चाहिँ जीवन रक्षा गर्न सकिन्छ, गम्भीर भएर सोच्नुहोला। सतर्कता लेभल बढ्यो भने, सडक जलमग्न हुने, ट्राफिक जाम हुने आदिल गर्दा, सधैंको झै गाडी चलन नसक्ने हुन्छ। आश्रय तर्फ जाँदै गर्दाको जोखिमलाई समेत मध्यनजर गरेर, उत्तम नमुनाको आश्रय लनि जाने वधि अपनाउने मात्र नभएर, भाग्न ढलियो भएको खण्डमा पनि पूर्वानुमान लगाएर वभिन्न आश्रय लनि जाने वधिबारे वचार गरिराख्नु होला।

## "हाम्रो परिवारको माइ टाइमलाइन" अनुसार परिवारको आश्रय लनि जाने गतविधि निश्चय गर्ने

टाइफुन-आँधीहरूले गर्दा नदीनालाको जलस्तर बढेर, हावाहुरी तथा वर्षाजन्य क्षति नमित्याउने सम्भावना बढेको बखतमा, आफु या परिवारले अपनाउनु पर्ने वपिद् नविवरणका गतविधि या आश्रय लनि जाने गतविधिलाई "माइ टाइमलाइन"मा टाइम सरिजि अनुसार समयोजति गरेर राख्ने। परिवारकै संरचना या आफ्नो जीवनयापन वातावरण अनुसार मिल्ने गरी, आश्रय लनि चाहिँ आवश्यक जानकारी लनि/ नरिणय गर्ने/ आफूले गर्ने गतविधि बुझ्ने र, परिवारका सबै सदस्यसँग साझा गर्ने गर्नुहोला।

आफ्नो ज्यानको खतरा महसुस भएको बखतमा सतर्कता लेभल जेसुकै होस् आश्रय लनि गई हालनुहोस्। साथै, चरणवद्ध रूपमा लेभल 1 बाट नै नरिदेशन जारी हुन्छ भन्ने अनविर्य छैन।

<b>सतर्कता लेभल / अवस्था</b> सतर्कता लेभल <b>1</b> आउँदा दनिमा मौसमको अवस्था बगिरने जोखिम		<b>सतर्कता लेभल 2</b> मौसमको अवस्था बगिरने		<b>सतर्कता लेभल 3</b> वपिद्को जोखिम भएको		<b>सतर्कता लेभल 4</b> वपिद्को जोखिम उच्च		<b>सतर्कता लेभल 5</b> वपिद् आएको अथवा सन्निकट भएको	
<b>आश्रय लनि जाने जानकारी</b> टोल प्रशासनद्वारा जारी		<b>वपिद् नविवरण मौसमी जानकारी</b> नदीनालाको भेल उर्लनि सम्बन्धी जानकारी बाढी, ठूलो वर्षा या डुबानजन्य क्षति सम्बन्धी जानकारी		<b>वृद्धवृद्धाहरूले आश्रय लनि जाने</b> ※1		<b>आश्रय लनि जान नरिदेशन</b>		<b>आकस्मिक सुरक्षा सुनिश्चितता</b> ※2	
<b>वपिद् नविवरण मौसमी जानकारी</b> जापान मौसम वजिजान वभिगद्वारा उद्घोषण <small>※लखिति नयाँ वपिद् नविवरण मौसमी जानकारी, सन् 2026 मे महिनाको उत्तरार्द्धबाट सञ्चालनमा आउने योजना।</small>		<b>भेल उर्लनि सावधानी सूचना</b> <b>ठूलो वर्षाको सावधानी सूचना</b>		<b>भेल उर्लनि चेतावनी सूचना</b> <b>ठूलो वर्षाको चेतावनी सूचना</b>		<b>भेल उर्लनि खतरा चेतावनी सूचना</b> <b>ठूलो वर्षाको खतरा चेतावनी सूचना</b>		<b>भेल उर्लनि वशिष चेतावनी सूचना</b> <b>ठूलो वर्षाको वशिष चेतावनी सूचना</b>	
<b>अपनाउनु पर्ने आश्रय लनि जाने गतविधि</b> वपिद्प्रतिको तत्परता उच्च राख्ने <input type="checkbox"/> मौसमी जानकारी नशिचय गर्ने <input type="checkbox"/> हजार्ड म्याप नशिचय गर्ने <input type="checkbox"/> मोटरमा फुल इन्धन हाल्ने		<b>आफूले गर्ने आश्रय लनि जाने गतविधिलाई चेक गर्ने</b> <input type="checkbox"/> टाइफुन-आँधी (ठूलो वर्षा) / मौसमी जानकारी नशिचय गर्ने <input type="checkbox"/> आफ्नो/ चनिजानका व्यक्तिको घर या आश्रय गन्तव्यको नशिचय गर्ने <input type="checkbox"/> झटपट लैजानु पर्ने सामानहरूको तयारी गर्ने <input type="checkbox"/> टोल बाहिर आश्रय लनिपर्ने भए, आश्रय सम्बन्धी कार्य सुरु गर्नुहोस्।		<b>जोखिमपूर्ण स्थानबाट वृद्धवृद्धाहरू चार्हा आश्रय लनि जाने</b> <input type="checkbox"/> ज्येष्ठ नागरिक तथा सहयोग आवश्यक व्यक्तहरूले आश्रय लनि सुरु गर्नुहोस्।		<b>जोखिमपूर्ण स्थानबाट सबैले आश्रय लनि</b> <input type="checkbox"/> तुरुन्त सबैजना आश्रय लनिहोस्। <input type="checkbox"/> डुबानका कारण सवारी प्रयोग गर्न नसकेमा, टोलभित्रको आश्रय स्थलमा जानुहोस्।		<b>ज्यानको खतरा छ। तत्काल सुरक्षा सुनिश्चितता अपनाउने</b> <input type="checkbox"/> भाग्न ढलियो भएमा आफ्नो घर या भवनको अग्लो स्थान (दोस्रो तल्ला वा सो भन्दा माथि)मा धुरी लक्ष्मि आश्रय लनि जाने <input type="checkbox"/> जीवन रक्षा गर्ने गतविधिगिर्ने	
<b>हाम्रो परिवारको माइ टाइमलाइन</b> ती हरेकको टाइमडिमा कस्तो गतविधिगिर्ने त? परिवारसँग सल्लाह गर्दै लेखेर हेर्नुहोला। तयसतो बखतमा के गर्ने? लेखेर हेर्ौ!									

※1: यो वृद्धवृद्धाहरू बाहेकले पनि आवश्यकता अनुसार आश्रयको तयारी गर्ने, स्वैच्छिक रूपमा आश्रय लनि जाने टाइमडि हो। ※2: टोल प्रशासनले वपिद्को अवस्था नशिचिति रूपमा वाहा पाउन नसक्ने जस्ता कारणहरूले गर्दा, यो अनविर्य रूपमा नरिदेशन जारी हुने जानकारी होइन।

<b>मति / टाइम</b>	<b>10/9 9:24</b>	<b>10/11 11:00</b>	<b>15:00</b>	<b>10/12 14:00</b>	<b>15:00</b>	<b>18:00</b>	<b>23:00</b>
<b>परघटना</b>	टाइफुन-आँधी प्रतिको सतर्कता	Meiwa-machi वपिद् सतर्कता मुख्यालयको स्थापना		Meiwa-machi वपिद् प्रतिकार्य मुख्यालयको स्थापना	"आश्रय लनि जाने तयारी गर्न/ वृद्धवृद्धाहरूको आश्रय लनि जाने सुरुवात गर्न" नरिदेशन जारी (टोल भित्र समग्र क्षेत्र)	"आश्रय लनि जान सुझाव" जारी (टोल भित्र समग्र क्षेत्र)	"आश्रय लनि जान नरिदेशन (आकस्मिक)" जारी (टोल भित्र समग्र क्षेत्र)
<b>टोलद्वारा प्रदान सेवा</b>	कर्मचारीलाई सतर्कता अपनाउन नरिदेशन	स्वैच्छिक आश्रय-केन्द्र एवं पुनर्निधारित आकस्मिक आश्रय स्थल खोल्ने तयारीको सुरुवात	स्वैच्छिक आश्रय-केन्द्र खुला गर्ने (4 ठाउँ)		पुनर्निधारित आकस्मिक आश्रय स्थल खुला (4 ठाउँ) *स्वैच्छिक आश्रय-केन्द्र बन्द वपिद् नविवरण प्रशासनिक वाचरलेस माइकिडि, टोलको वेबसाइट, आकस्मिक अलर्ट मेल आदी	पुनर्निधारित आकस्मिक आश्रय स्थल खुला (नयाँ 3 ठाउँ) वपिद् नविवरण प्रशासनिक वाचरलेस माइकिडि, टोलको वेबसाइट, आकस्मिक अलर्ट मेल आदी	पुनर्निधारित आकस्मिक आश्रय स्थल खुला (नयाँ 1 ठाउँ) वपिद् नविवरण प्रशासनिक वाचरलेस माइकिडि, टोलको वेबसाइट, आकस्मिक अलर्ट मेल आदी

उक्त समयमा, आश्रय लनि जाने जानकारी जारी गर्ने मापदण्ड पुनरावलोकन गर्न भन्दा पहिलिको सतर्कता लेभल अनुरूप, सेवा प्रदान गरिको छ।

### आफ्नो घरमा रोककुनि परेको अवस्थामा अपनाउने प्रतउपाय

**●आश्रय जीवन बत्ताउने तयारी**  
 वपिद् आएदेखि वपिद् सहायता सामग्री आइपुग्न 3 दिन वा बढी लाग्ने कुरा या, एक हप्ता वा सो भन्दा बढी लाइफ लाइन ठप्प हुने लगायत, वभिन्न परस्थिति आइपर्न सक्ने पूर्वानुमान गर्न सकिन्छ। अझै ढलमार्ग पुनर्स्थापना गर्न सकिने भन्ने, टोइलेट समेत प्रयोग गर्न मिल्दैन। तसर्थ, न्यूनतम 3 दनिदेखि 1 हप्ता × मानसि सङ्ख्या बराबरको खाद्यान्न, टोइलेट लगायतका दैनिक आवश्यकताका सामानको जगेडा राख्नु वाञ्छनीय हुन्छ भन्ने गरिन्छ।



**●पडिने पानीको तयारी**  
 पडिने पानी र जीवनयापन नमित्तिको पानी मिलाएर एक जनालाई एक दनिमा: अनुमानति 3 लटिर  
**3 लटिर × परिवारको सङ्ख्या जना × 7 दनि = आवश्यक परिणाम लटिर**

**●अस्थायी खान्-ई टोइलेटको तयारी**  
 आम वयस्क मानसि एक जनालाई एक दनिमा : अनुमानति 5 पटक  
**5 पटक × परिवारको सङ्ख्या जना × 7 दनि = आवश्यक सङ्ख्या पटक बराबर**

**●घरको डुबान रोकथाम**  
 घरको वरपर डुबान भयो भने ढलको पानी उल्टो बगेर, पानी नकिस हुने पवालहरूबाट पानीको फोहरा आउने हुन्छ। सरल पानीको पोका बनाएर डुबान वरिद्धको उपाय अपनाउनु होला।

**सरल पानीको पोका**  
 फोहर-फाल्ने-झोलालाई डबल गर्ने र भरिपेट्टा आधी जता पानी हाल्ने अर्ना झोलाको मुख बाध्ने गरेमा, सरल पानीको पोका बन्छ।  
 टोइलेट वा बाथटब स्वैच्छिक पानी नकिस हुने पवालबाट पानी उल्टो बगेर आउनुलाई रोक्छ।  
 पानी रोकने औजार स्वयंभू पर्ना उपयोग गर्न सकिन्छ। कार्टून-बक्स आदिमा हाल्नु भयो भने, वोकेर लैजान सजिलो पर्ने, सेट गर्न सरल हुने हुन्छ।

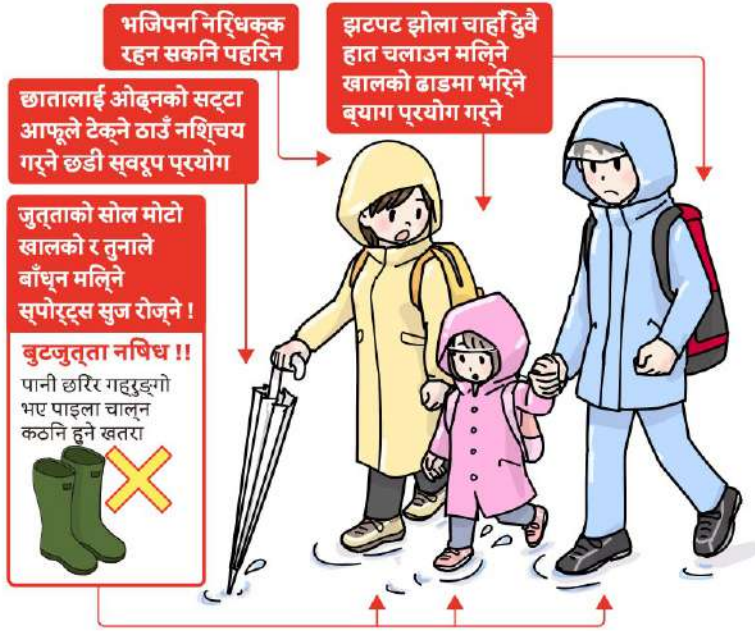


# आश्रय लडाको सावधानी

आश्रय लनि जाने टाइमडि अनुसार, हावाहुरी तथा वर्षाजन्य क्षतिको अवस्थामा ठूलो फरक आउन सक्छ। उद्घोषण गरिएको सतर्कता लेभल जानकारीको आधारमा, भाग्न ढलिा नहुने गरी राम्ररी नरिणय गरेर सुरक्षति रूपमा आश्रय लनिको लागजािऔं। साथै, वर्षा भइरहँदा हाँडेर आश्रय लनि जानुपर्ने बाध्यात्मक परस्थिति आइपरेको समयमा, नमिनलखिति शीर्षकमा सावधान हुँदै, चोटपटक नलाग्ने गरी ध्यान दनिहोला।

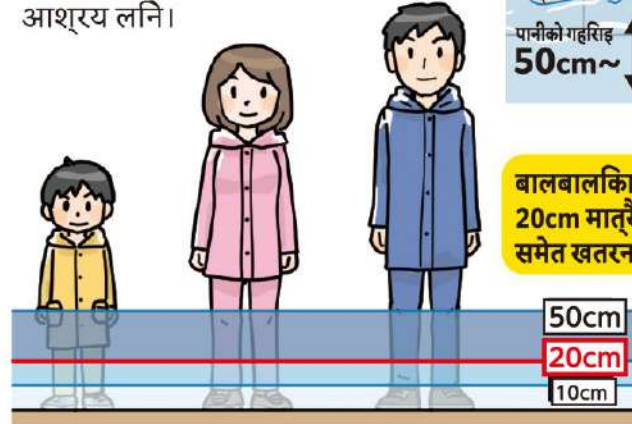
## आश्रय लडाको पहरिन

थोरै सामान, हलचल गर्न सजिलो हुने पहरिन लगाएर आश्रय लनि।



## हाँडिन मलिने गहराइ प्रतिसावधान !

हाँडिन मलिने पानीको गहराइको अन्दाजी मानक, घुँडासम्म (करबि 50cm)। पानीको गहराइ कमूमरसम्म आउने र, कम गहरि भएपनि पानीको बहाव तीव्र छ भने मरमिटी नगरी, अग्लो ठाउँ (दोस्रो तल्ला वा माथि)मा आश्रय लनि।



बालबालकिको लागि करबि 20cm मात्रैको गहराइ समेत खतरनाक

## आश्रय लनि अगाडि गर्नुपर्ने कार्य

घरबाट बाहरि नक्लिनु अगाडि सर्कटि-ब्रेकर झारेर, ग्याँसको मूल-भलभ बन्द गर्ने लगायत आगोको उद्गम चेक गर्ने। साथै, परिवार या चनिजानका व्यक्तहिरूलाई आश्रय लनि जाने कुरा बताउने।



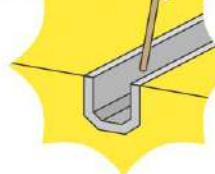
## पाईला पर्ने ठाउँमा सावधानी अपनाउने !

सडक डुबानमा परेको छ भने, धमलिएको पानीको सतह भन्दा तल खतरा लुकेको हुनसक्छ। लामो लट्ठी या छाताहरूलाई टेक्ने छडीको सट्टामा प्रयोग गरेर, सुरक्षा सुनश्चितता अपनाउँदै हाँडिने।

नालीको खालडो !

म्यानहोल !

भतिर तानेर लैजाने खतरा हुन्छ



## एकले अर्कालाई मददत गर्दै धेरैजना संगसँगै मलिने आश्रय लनि

राती स्थानान्तरण नगर्ने, सकेसम्म उज्यालो समयमा धेरैजना भएर आश्रय लनि जाने। साथै, छमिकमा कोही दुधेबालक, वृद्धवृद्धा या बरिामी जस्ता वशिष सेवाको अभलिषा राख्ने कोही छन् भने आश्रय लनि जान, सक्रयिताका साथ मददत गर्ने।



## जोखमिपूर्ण स्थानको नजकि नजाने!

नदीनाला या साँचाइ नहरहरूको दृष्य हेर्न जाने कार्य अत्याधिक खतरा हुन्छ। कदापि नजकि नजानुहोला।



## मोटर लएर आश्रय लनि जाँदा

### अन्डरपास बाटो नहाँडिने

सडकको तलबाट पास हुने (अन्डरपास या बक्स कल्भर्ट) जस्ता ठाउँ, संरचनागत रूपमै वर्षाको पानी जम्न सजिलो हुने ठाउँ भएको हुँदा, ठूलो वर्षा भएको समयमा त्यहाँबाट नहाँडिने।



### गाडीमा पानी पसेमा तुरुन्तै गाडी बाहरि

गाडी चढेको बेलामा गहराइ करबि 30cm भयो भने, मोटरको इन्जनि बन्द हुन्छ। पानीको गहराइ र बहाव बढ्यो भने, गाडीसुद्धै बगाउने जोखमि हुने हुँदा, तुरुन्तै मोटर बाहरि नक्लिने।



# चट्याड, हुरीबतासहरूमा सावधानी

हावाहुरी तथा वर्षाजन्य क्षति सँगसँगै आउने चट्याड, भुमरी लगायतका हुरीबतास भन्नाले, सर्जना भएको क्युमुलोनमिबस बादल सँगसँगै एक्कासि आइपर्ने उग्र रूपको मौसमी परघटनालाई बुझ्नुपर्छ। जापान मौसम वजिजान वभिगले भने "चट्याड सावधानी सूचना" स्वरूप चट्याड लगायत, हुरीबतास या असनिहरू पर्ने पूर्वानुमान भएको समयमा पन उद्घोषण गर्ने गर्छ।

यस्तो भएको समयमा क्युमुलोनमिबस बादल नजकिएको हुन्छ। यसले एक्कासि ठूलो वर्षा, चट्याड, हुरीबतासहरू ल्याउने खतरा हुने हुँदा सावधान!



कालो बादल (क्युमुलोनमिबस बादल) नजकिएर आएर, वरपर एक्कासि अँध्यारो भएर आउँछ।



नजकिँदै गरेको बादल भतिरबाट चट्याडको आवाज (गड्याड गडुड) सुनि वा प्रकाश देखिनु हुन्छ।



एक्कासि सरिसरि चसिो हावा चलन थाल्छ।



बडेमानको थोप्ला भएको पानी या असनि (साना-साना बरफका ढक्का) वर्षनि थाल्छ।

## चट्याडजन्य वपिद्

### चट्याड पर्नु

वरपर खुल्ला ठाउँ छ भने सधैं खसुछ

### छेउबाट लागेको चट्याड

रूखमा परेको चट्याड हाँगा हुँदै तल पर्छ



### चट्याड पर्न सक्ने जोखिमियुक्त स्थान

- गल्फ, फुटलब, बेसबल जस्ता छत नभएको ठाउँमा खेलनि खेल
- पार्क या समुद्र, पहाडी इलाका जस्ता छत नभएका ठाउँको पर्यटकीय स्थलहरू

## चट्याडबाट ज्यान जोगाउन

1 चट्याडको आवाज सुनियो भने तुरुन्तै आश्रय लनि अझै केही हुन्न भनेर नसोची, बाहिर हुनुहुन्छ भने तुरुन्तै आश्रय लनि।

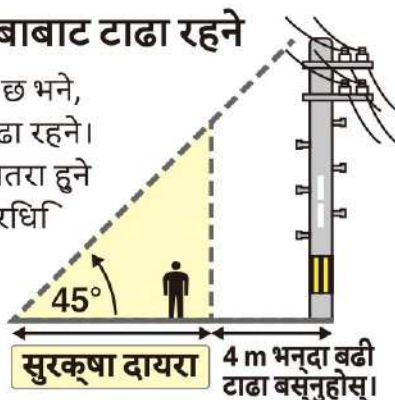
2 मजबुत भवन या गाडी भतिर आश्रय लनि

बाहिर हुनुहुन्छ भने घर भतिर (रड कङ्क्रेटि तथा फलामे भवनको सुरक्षा उच्च), अथवा गाडी भतिर आश्रय लनि।



3 रूख या बजिलीको खम्बाबाट टाढा रहने

रूख या बजिलीको खम्बा नजकि छ भने, अनविर्य रूपमा 4m वा बढी टाढा रहने। तथापि, धेरै टाढा गयो भनेपनि खतरा हुने हुँदा, दायाँ चतिरको सुरक्षति परधि भतिर रहने।



4 केही पन छैन भने "चट्याड नहिर्याइँ"

लुक्ने ठाउँ छैन भने, दायाँ चतिरमा जस्तो मुद्रामा रहेर चट्याड रोक्काँदासम्म पर्खनि। तथापि, यो अन्तमि उपाय हो, सबैभन्दा पहिला आश्रय लनि जाने कार्यलाई प्राथमकिता दनि।



## हुरीबतासजन्य वपिद्

छानोहरू उछट्टिनि

बजिलीको खम्बा, अग्ला रूखहरू ढल्ने

भवन ढल्ने भत्कनि

उडेर आउने वस्तुले ठोक्कनि



## हुरीबतासबाट ज्यान जोगाउनका नमित्ति

1 उडेर आउने वस्तुप्रति सावधान रहेर मजबुत भवन भतिर आश्रय लनि

ग्यारेज, सामान राख्ने ठाउँ, प्रि-फ्याब टहराहरूमा आश्रय लनि गए खतरनाक। अनविर्य रूपमा नजकिको मजबुत बनाएको भवन भतिर आश्रय लनि।



2 भवनमा छरि पाइएन भने

नहर या कुलो जस्ता खाल्डो परेका ठाउँमा शरीर झुकाएर, दुवै हातले टाउको या घाटी बचाउँदै, सानो परेर गुँडुल्किएर बस्ने र खतरा नटरेसम्म पर्खनि।

3 छत भएको ठाउँ भएपनि झ्याल भन्दा टाढा रहने

झ्याल या झ्यालको सटर, पर्दा बन्द गरेर, घरको केन्द्र भाग नजकि झ्याल नभएको कोठामा आश्रय लनि।



# एक जनापन बाँकी नछुट्ने गर्नका नमिति

आत्म-सहायता

वपिद् परतरीधी समुदाय नरिमाण

आपसी सहयोग

सरकारी सहायता

## स्थानीय क्षेत्रले पहल गर्ने वपिद् नविवरण

वपिद् बाट ज्यान जोगाउनका नमिति, प्रशासनले गर्ने "सरकारी भूमिका"को पहल तथा समन्वय, आफ्नो ज्यानको सुरक्षा आफैले "व्यक्तगत भूमिका" या, छमिकीहरूको मदत "सामूहिक भूमिका"द्वारा पहल गर्दै अगाडि बढाउने कार्य महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

### स्वैच्छिक वपिद् नविवरण सङ्गठन भन्नाले?

स्वैच्छिक वपिद् नविवरण सङ्गठन भनेको "आफ्नो स्थानीय क्षेत्रलाई आफूले रक्षा गर्ने" दर्शनबाट प्रेरति, ढुक्क भएर रहन सकिने टोल विकासका नमिति, छरछमिकीसँग "अनुहार देखेर चनिनि सम्बन्ध"लाई महत्त्व दिएका सबैजना मिलेर एकआपसमा सहकार्य गर्दै वपिद् नविवरण गतविधि गर्ने सङ्गठन हो। सबैजना भएर छलफल गरी, जे-जे सकिन्छ त्यसबाट सुरुवात गर्नुहोला।

### स्वैच्छिक वपिद् नविवरण सङ्गठनको कार्यक्रमका उदाहरण

~सामान्य समयमा वपिद् तयारी कार्यक्रम, वपित्कालीन समयमा स्थानीय क्षेत्रलाई टेवा दिने कार्यक्रम~

सामान्य समयमा	वपित्कालीन समय	सामान्य समयमा	वपित्कालीन समय
टोल पालिका, दमकल स्टेशनहरूसँग सम्पर्क तथा समन्वय गरेर, वपिद् नविवरण कार्यक्रमको तयारी गर्ने।	टोल पालिका या दमकल स्टेशनहरूसँग सम्पर्क तथा समन्वय गरी, साइटलाई व्यवस्थिति राख्ने।	उद्धार नमितिको साधन स्रोत प्रयोग बधि, घाइते बोकने बधि, प्राथमिक उपचार बधि सकिने पूर्वाभ्यास गरेर, चकितिसा उपचार सुबधि स्थल या राहत स्थल बस्ने ठाउँ हेरि राख्ने। उपयोगी साधन स्रोतको मर्मत-सम्भार तथा चेकजाँच।	साधन स्रोत प्रयोग गरेर उद्धार कार्य गर्ने। घाइतेको प्राथमिक उपचार गरेर, चकितिसा उपचार सुबधि स्थल या राहत स्थलमा लैजाने।
वपिद् नविवरण पूर्वाभ्यास या प्रशिक्षण भेला मार्फत वपिद् नविवरण सम्बन्धी ज्ञान फैलाउने कार्यक्रम। सरकुलेशन परिपत्र या पर्चाहरू मार्फत बासनिदाको नमितित वपिद् नविवरण सचेतना कार्यक्रम।	टोल पालिका या दमकल नकियाबाट जानकारी सङ्कलन गरी, बासनिदाको नमितित सही जानकारी सम्प्रेषण। स्थानीय क्षेत्रको क्षति अवस्था या आश्रय अवस्थाबारे टोल पालिकातर्फ रिपोर्ट।	स्थानीय क्षेत्र भित्तिको खतरनाक ठाउँ थाहापाई राख्ने। धेरैवटा आश्रय रूट, आश्रय स्थलहरू थाहापाई राखेर, मार्गनरिदेशन गर्ने पूर्वाभ्यास गरि राख्ने।	सङ्गठन स्वरूप सुरक्षित गतविधि गर्न सक्ने गरी, आश्रय स्थलसम्म सटीक रूपमा बासनिदालाई मार्गनरिदेशन।
स्थानीय क्षेत्र भित्तिए आगलागीजन्य क्षति हुँदा, वसितार हुन सक्ने कारक तत्त्व छ किचैक गर्ने। अग्निनिवृत्त यन्त्रको चेकजाँच या प्रभावकारी अग्निनिवृत्त टेक्निक हासलि।	वरपरका बासनिदासँग सहयोग मागेर प्रारम्भिक आगो नयिन्त्रण गरी, आगो फैलनबाट रोक्ने।	सामग्रीको सञ्चति, व्यवस्थापन। तातो खाना वतिरण तथा पानी आपूर्ति पूर्वाभ्यास हरू गर्ने।	तातो खाना वतिरण, पउने पानीको सुनिश्चितता। खाद्य सामग्री या राहत सामग्रीको ग्रहण तथा वतिरण।

## वशिष सेवा अभिलाषी प्रत उपकारको भावना राख्ने

वृद्धवृद्धा या अपाङ्गता भएका, घाइते, शशि, गर्भवती या सुत्केरी, वदिशी नागरकि आदि, आश्रय लाँदा समय लाग्ने, जानकारी या अवस्था द्रुत रूपमा थाहापाउन नसक्ने जस्ता वशिष ख्याल गरदिनि पर्ने व्यक्तिलाई वशिष सेवा अभिलाषी भनिन्छ। वगितको वपिदलाई फर्केर हेर्ने हो भनेपनि, यस्ता खालका व्यक्तहरू थुप्रैले वपिदमा ज्यान गुमाएका छन्। परआएको समयमा स्थानीय क्षेत्रको सबै मिलेर एकअर्कालाई बचाउनु होला।



### पहलि देखिनै सम्बन्ध स्थापना तथा सहायता

स्वैच्छिक वपिद् नविवरण सङ्गठनहरू मार्फत के कस्ता सहायता गर्न सकिन्छ एक अर्कासँग छलफल गरी हेर्नुहोला। स्थानीय क्षेत्र भित्तिका वशिष सेवा अभिलाषीको दैनिकि जीवनयापनको अवस्था थाहापाई राखी, वपित्कालीन समयमा जानकारी बताउने बधि या सहायता बधिहरू नरिधारण गरेर, बताई राख्नु होला। त्यसका नमितित पन पहिल्यैबाट संवाद गरि राखेर, वशिवासको सम्बन्ध बनाई राख्नु होला।



### सुरक्षित मार्गनरिदेशनको मेइन्-पोइन्ट



#### वृद्धवृद्धा, घाइते

- बुझ्न सजिलो हुने गरी अहलिको अवस्था बताउने
- चनिता हट्टने गरी कुरा गर्न जाने
- हात दिने, ढाडमा बोकने गरेर आश्रय लनि लैजाने



#### अपाङ्गता भएका व्यक्त

- सहायता आवश्यक पर्नेको लागी सहायता दिने
- आँखा नदेख्ने मानसिलाई के गतविधि गर्दै छ भनेर शब्दमा व्यक्त गर्दै डोर्याउने



#### गर्भवती या सुत्केरी, शशि

- हातको भारी बोकदिनि जस्ता मदद गरदिने
- बालबालिका बीचमा छुट्टने, घाउचोट लाग्न सक्ने कुरामा ध्यान दिने



#### वदिशी नागरकि

- भाषा बुझ्न बुझाउन सकिने भने हाउभाउ इशारा या चतिरे देखाएर, स्मार्टफोन छ भने अनुवाद App द्वारा अवस्था वर्णन गर्ने

# झटपट लैजानु पर्ने, सञ्चति राख्नुपर्ने सामानको तयारी

आश्रय गन्तव्यतर्फ आश्रय लनि जानको लागि "झटपट लैजानु पर्ने सामानहरू" या आफ्नो घरमै आश्रय जीवन बित्नाउनका लागि "सञ्चति राख्नुपर्ने सामान"हरू, नमिनलखिति लषिट हेरेर आफ्नो अवस्था अनुसारको तयारी गर्नुहोला। पहल्लिदेखि नै खान बानी परेको खाद्य सामग्री या प्रयोग गर्दा-गर्दा बानी परेको दैनिक उपभोग्य सामान भयो भने, आश्रय गन्तव्यमा पनढिक्क हुन सकन्छ।

कस्तो वपित्कालीन समयमा कता आश्रय लनि जाने हो त्यो अनुसार आवश्यक पर्ने वस्तु फरक पर्न जान्छ !



## झटपट लैजानु पर्ने सामानहरू आफ्नो लागि आवश्यक पर्ने न्यूनतम वस्तुहरू परिवार हरेकले तयार राख्ने

- वपिदु नविरण रेडियो (सानो खालको, बहुआयामकि क्षमतावाला)
- आफ्नो दीर्घकालीन रोगको औषधि (औषधिको हाते पुस्तकि लगायत)
- आपत्कालीन खाद्यान्न (नपकाइकन खान मलिने वस्तु)
- बहुमूल्य वस्तु (पासबुक या बमि कार्डको प्रतलिपि)
- नगद (सार्वजनिक टेलिफोन नमित्तिको सकिका समेत)
- वपिदु नविरण हुड, हेल्मेट
- वर्कडि ग्लोभ (पनजा)
- टर्च लाइट, हेड लाइट
- मोबाइल ब्याट्री

- फेरने लुगा (तातो चसिो मलिउन सकने)
- वर्षाका सामान (रेइन-कोट आदि)
- चप्पल (आश्रय स्थलको नमित्तित)
- पोलथिनि प्लास्टिकको झोला
- टावलहरू
- पउने पानी
- लेख्ने सामग्री



**● सङ्क्रामक रोग वरिद्धको उपाय**

- डिसिपोजेबल मास्क
- थर्मोमिटर
- डिसिइन्फेक्टडि वाइप्स

## सञ्चति राख्नुपर्ने सामान पुनर्स्थापना नहुनजेलसम्मको न्यूनतम 3 दनिदेखि 1 हप्ता बराबर अन्दाज गरेर, परिवार सबैको हसिसा तयारी

### ● खाद्य सामग्रीहरू

- खाद्य सामग्री (चामल, अल्फा चामल, कप-नुडल, क्यान-फुड, पाउच-फुड इत्यादि)
- र्यापडि पेपर, आल्मुनियम फोइल
- डिसिपोजेबल भाँडाकुँडा (कप, प्लेट इत्यादि)
- पउने पानी (एकजनालाई एकदनि: अन्दाजी मानक 3 लटिर)

### ● जीवनयापन नमित्तिको सामान

- फेरने लुगा (माथपिट्टलिगाउने वस्त्र, भतिरी वस्त्र इत्यादि)
- टेन्ट, त्रपिल आदि
- फोहर-फाल्ने-झोला, पोलथिनि झोला
- इमर्जेन्सी लाइट (आगो नबाल्ने खालको)
- इन्धन (डबिबावाला ग्याँसहरू)
- कम्मल, तौलियाजस्तो पातलो ओड्ने
- सबै प्रकारको जगोडा (ड्राइसेल ब्याट्रीहरू)
- टावलहरू (नुहाउने टावल इत्यादि)

### ● स्यानटिरी सामग्री

- अस्थायी खान्-ई टोइलेट (एकजनालाई एकदनि: अन्दाजी मानक 5 पटक)
- वेट टसियु
- पानी नचाहनि स्याम्पू
- घरमा नयिमति राखनि औषधीहरू
- टोइलेट पेपर
- डिसिपोजेबल मास्क
- अल्कोहलजन्य स्यानटिइजर
- दाँत माँझ्ने सेट (मुख कुल्ला गर्ने झोलहरू)

## दुधेबालक या वृद्धवृद्धा, स्याहार-सुसार गर्नुपर्ने व्यक्तहरू, परिवारकि संरचना या घरबारको परस्थिति अनुसार आवश्यक पर्ने चजि

### दुधेबालक, शशि



- मातृशशि स्वास्थ्य पुस्तकि
- धूलो दूध, तरल दूध
- दूधदानी बोटल
- डाइपर
- बेबी वाइप्स
- बेबीफूड

### वृद्धवृद्धा, वशिष सेवा अभलिषी

- नक्कली दाँत
- वयस्कको डाइपर
- नरम खानेकुरा
- अपाङ्ग हाते पुस्तकि
- घरमा नयिमति राखनि
- स्याहार-सुसार बमि कार्ड

### महलिा नमित्तिको तयारी

- महनिावारीका सामग्री
- स्कनि केयर सामग्री
- अपराध रोकथाम बजर
- Poncho गोपनयिता-सटि



## रोलडि स्टक प्रयोग गरेर दैनिक रूपमा भण्डारका सामग्री फेरि राख्नुहोस्।

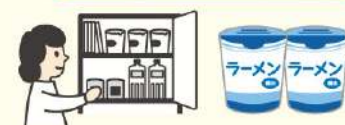
खाद्य सामग्री या दैनिक उपभोग्य सामान केही धेरै कनिर राख्ने र खाएको (प्रयोग गरेको) हसिसा बराबर नै कनिर थप्ने र सञ्चति गरेर राख्ने वधिलिाई रोलडि स्टक भनन्छ। खाँदै तयारी राख्दै जाने भएकोले, उपभोग्य म्याद कम हुने पाउच-फुडहरूलाई पन आपत्कालीन खाद्यान्न स्वरूप प्रयोग गर्न सकन्छ।

खाएको जत फेरि कनिर थप्नुहोस्।

पुराना वस्तुहरू पहलि खाउनुहोस् (प्रयोग गर्नुहोस्)।



कनिर थपएका सामग्री भण्डारण गर्नुहोस्।



# जीवनयापन पुनर्बहाली लक्षति

वपिदले गर्दा बासस्थानमा क्षतिपुगेमा, अत्याधिक आघात पर्ने हुँदा, के बाट काम गर्न सुरु गर्ने भन्ने थाहा नहुन सक्छ। घरको थन्कोमुन्को या मर्मत कार्यमा लाग्नु अगाडि, आउँदा दनिमा सहायता आदि लिनिका लागि गर्नुपर्ने गतविधि निश्चय गरिखनु होला।

## प्राकृतिक प्रकोप पीडति प्रमाणपत्र (Risai Shoumei-sho) र वपिद् प्रभावति प्रमाणपत्र (Hisai-shoumei-sho)

प्राकृतिक प्रकोप पीडति प्रमाणपत्र (Risai Shoumei-sho) या वपिद् प्रभावति प्रमाणपत्र (Hisai-shoumei-sho) भनेको, प्राकृतिक प्रकोप या आगलागीले गर्दा भएको भौतिक क्षतिको सम्बन्धमा, टोल प्रशासनहरू प्रमाणीकरण गरेर दनि प्रमाणपत्र हो। वपिद्हरू द्वारा क्षतिबिहोरनु परेका महानुभावका लागि, बिमा मागदाबी गर्दा या वपिद् प्रभावति सहायता प्रणाली प्रयोग गर्नुपर्दा आवश्यक पर्ने हुनसक्छ।

### प्राकृतिक प्रकोप पीडति प्रमाणपत्र (Risai Shoumei-sho)

मानसि बसोबास गर्ने नविस प्रतिको क्षति यसको दायरामा पर्छ। आवेदनमा आधारति रहेर, क्षतिगिरस्त स्थलको मुचुल्का उठाइन्छ र "पूर्ण क्षतिगिरस्त (Zenkai)" "अर्ध क्षतिगिरस्त (Hankai)" जस्ता क्षतिको वर्गीकरण स्वरूप प्रमाणीकरण गरिन्छ।



### प्रक्रिया अपनाउँदाको अनुक्रम

- 1 आवश्यक कागजात तयार पार्ने
- 2 Meiwa-machi टोल पालिका अथवा, आगलागीजन्य वपिद् को अवस्था छ भने दमकल स्टेशनमा आवेदन दनि

### प्रक्रिया अपनाउँदा आवश्यक पर्ने चजि

- 1 आवेदनपत्र
- 2 मूल व्यक्तपिहचान हुने कागजात (माइनम्बर कार्ड, ड्राइभिङ लाइसेन्स आदि)
- 3 क्षतिभएको ठाउँको फोटो (संग्रह गर्न नगर्ने ऐच्छिक हुन्छ तर, स्वेच्छाकृत मूल्याङ्कन पद्धतिको चाहना राख्नु भएको खण्डमा, क्षतिभएको भागको फोटो खचि पठाएको हुनुपर्छ।)\* स्वेच्छाकृत मूल्याङ्कन पद्धतिमा, खचि पठाएको क्षतिगिरस्त भागको फोटोलाई मुचुल्काको सट्टामा प्रयोग गरिने भएकोले, क्षतिगिरस्त स्थलको मुचुल्का उठाउन आउने कार्य हुँदैन। स्वेच्छाकृत मूल्याङ्कन पद्धति अन्तर्गत जारी भएको प्राकृतिक प्रकोप पीडति प्रमाणपत्र (Risai Shoumei-sho)मा, आवासको क्षति अनुसार "न्यून अर्ध-क्षतिगिरस्त सम्म हुन नपुगेको (एक अंशको क्षति)" अन्तर्गत परेको खण्डमा मात्र (क्षतिको अवस्था 10% वा कम) हुनेछ।

### वपिद् प्रभावति प्रमाणपत्र (Hisai-shoumei-sho)

नविस बाहेकको ठाउँ जस्तै, मानसि बास नबस्ने भवन (पसल, कार्यालय, कारखाना इत्यादी), भवन बाहिरको ठाउँ (गोदाम या परखाल आदि), गाडी, भवन भित्रको सामानहरू प्रतिको क्षति यसको दायरामा पर्छन्। यहाँ क्षतिगिरस्त स्थलको मुचुल्का उठाउने या क्षतिको वर्गीकरणका प्रमाणीकरण कार्य हुनेछैन।

### प्रक्रिया अपनाउँदाको अनुक्रम

- 1 थन्कोमुन्को लगाउनु या मर्मत गर्नु अगाडि क्षति अवस्थाको फोटो खचि राख्ने
- 2 Meiwa-machi टोल पालिकामा आवेदन दनि

### प्रक्रिया अपनाउँदा आवश्यक पर्ने चजि

- 1 आवेदनपत्र
- 2 मूल व्यक्तपिहचान हुने कागजात (माइनम्बर कार्ड, ड्राइभिङ लाइसेन्स आदि)
- 3 भत्किएको बगिरिएको ठाउँको फोटो (भत्केबगिरिएको अवस्था थाहा हुने)



## इन्चारज काउण्टर

Meiwa-machi कर डभिजिन TEL:0276-84-3111

### क्षतिको अवस्था फोटोमार्फत अभलिख राख्नुहोस्।

छत नभएको ठाउँ

क्यामेरा, स्मार्टफोनहरूले सकेसम्म चारवटै दशाको खचिने

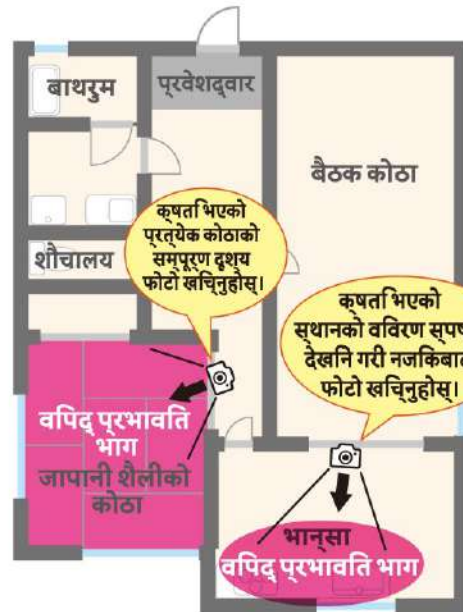


डुबान भएको छ भने डुबानको गहिराइ समेत थाहा हुने गरी खचिने

छत भएको ठाउँ

घरभित्रको फोटो खचिदा, समग्र अवस्था थाहा पाउन सकिने परबाट खचिको वाइड-सट र वस्तित्त वविरण थाहापाउन सकिने नजकिबाट खचिको क्लोज-सटका दुई किसिमको फोटो खचिने कोससि गर्ने

घरको थन्कोमुन्को लगाउनु अगाडि, क्षतिअवस्थाको फोटो खचि राख्नु होला। टोल प्रशासनबाट सहायता लनुपर्दा प्रमाणपत्र प्राप्त गर्न या हानिनिक्सानी बिमा मागदाबी गर्न आवश्यक पर्नेछ।



# आश्रय सुवधा स्थल सूची

टोल बाह्रिको वृहत्तर आश्रय क्षेत्रतरफ सफिरासि गर्ने गरिएको छ तर, परआएको समयको नमित्त नमिनलखिति आश्रय सुवधा स्थललाई तोकिएको छ। सुवधा स्थलको प्रकार अनुसार भूमिका फरक पर्ने भएकाले सावधानी अपनाउनुहोस्।

VACAN maps

आश्रय स्थलको  
खुल्ला अवस्था/  
भडिभाडको  
अवस्था थाहा हुने



बाढीको समयमा प्रयोग गर्न मलिन

भूकम्प आएको बेलामा प्रयोग गर्न मलिन



## पूर्वनरिधारति आकस्मकि आश्रय स्थल

सन्नकित आइरहेको खतरनाक वपिद् बाट ज्यान जोगाउनका नमित्त, आकस्मकि (अस्थायी) आश्रय लनि ठाउँ हो। सामान सञ्चति गरिराख्ने जस्ता तयारी आवश्यक पर्दैन। नजी सुवधा स्थलको हकमा, टोलले आश्रय प्रदान गर्न माग गरेर, सुवधा स्थलले ग्रहण गर्न सकेको खण्डमा मात्र उपयोग गर्न सकिन्छ।

नम्बर	नाम	अवस्थति ठेगाना
1	Meiwa-machi टोल पालकि	Nissato 250-1
2	Meiwa-Higashi इलमिन्टरी स्कूल	Senzui 293
3	Meiwa-Nishi इलमिन्टरी स्कूल	Kawamata 26
4	Meiwa जुनयिर हाई स्कूल	Nissato 298-1
5	Meiwa Chuo कम्युनटि सेन्टर	Nissato 303-1
6	Meiwa Medical Center Building	Nakaya 331-1
7	Tatebayashi Syoko हाई स्कूल	Minami-Oshima 660
8	Yama Co., Ltd.	Suka 275
9	Tysei Co., Ltd.	Kawamata 538
10	ADVANTEST CORPORATION	Owa 336-1
11	Cosmenist Co., Ltd.	Owa 446
12	TOPPAN Inc.	Owa 667-1
13	Nihon Canpack Co., Ltd.	Yajima 1111
14	HOTEL R9 Premium Kawamata ट्रेन-स्टेशन अगाडि	Nakaya 115-1
15	JR East Linen Co., Ltd.	Shimo-Eguro 560-3

नाम	अवस्थति ठेगाना
Meiwa-machi टोल पालकि	Nissato 250-1
Meiwa-Higashi इलमिन्टरी स्कूल	Senzui 293
Meiwa-Nishi इलमिन्टरी स्कूल	Kawamata 26
Meiwa जुनयिर हाई स्कूल	Nissato 298-1
Meiwa Chuo कम्युनटि सेन्टर	Nissato 303-1
Sanko Arena Meiwa	Nissato 299-1
Nihon Canpack Hall	Minami-Oshima 1073-1
Meiwa Medical Center Building	Nakaya 331-1
Fureai Center Suzukake	Senzui 314-1
Fureai Center Popura	Suka 249-1
HOTEL R9 Premium Kawamata ट्रेन-स्टेशन अगाडि	Nakaya 115-1
Suzukake-kouen पार्क	Kami-Eguro 635
Sakura Chuo-kouen पार्क	Minami-Oshima 1656-1
Furusatono-Hiroba खुलामञ्च	Nissato 317-1 तथा अन्य
Owa-kouen पार्क	Owa 236-10
Yajima-kouen पार्क	Yajima 900-4



## पूर्वनरिधारति आश्रय-केन्द्र

वपिद् आइपरेर आफ्नो घर क्षति हुने आदि भएर फर्कनि नसक्ने अवस्थामा, एक नशिचति अवधि बसोबास गर्ने उद्देश्य स्वूपको सुवधा स्थल हो।

नम्बर	नाम	अवस्थति ठेगाना
2	Meiwa-Higashi इलमिन्टरी स्कूल	Senzui 293
3	Meiwa-Nishi इलमिन्टरी स्कूल	Kawamata 26
4	Meiwa जुनयिर हाई स्कूल	Nissato 298-1
5	Meiwa Chuo कम्युनटि सेन्टर	Nissato 303-1
6	Meiwa Medical Center Building	Nakaya 331-1
7	Tatebayashi Syoko हाई स्कूल	Minami-Oshima 660

नाम	अवस्थति ठेगाना
Meiwa-Higashi इलमिन्टरी स्कूल	Senzui 293
Meiwa-Nishi इलमिन्टरी स्कूल	Kawamata 26
Meiwa जुनयिर हाई स्कूल	Nissato 298-1
Meiwa Chuo कम्युनटि सेन्टर	Nissato 303-1
Sanko Arena Meiwa	Nissato 299-1
Nihon Canpack Hall	Minami-Oshima 1073-1
Meiwa Medical Center Building	Nakaya 331-1
Fureai Center Suzukake	Senzui 314-1
Fureai Center Popura	Suka 249-1



## समाज कल्याण आश्रय-केन्द्र

वपित्कालीन समयमा पूर्वनरिधारति आकस्मकि आश्रय स्थलमा आश्रय लनि अप्ठ्यारो पर्ने वशिष सेवा अभिलाषी (वृद्धवृद्धा या अपाङ्गता भएका व्यक्तहरू) र तनिका परवारलाई प्राथमकिताका साथ ग्रहण गर्ने सुवधा स्थल हो।

नम्बर	नाम	अवस्थति ठेगाना
6	Meiwa Medical Center Building	Nakaya 331-1

नाम	अवस्थति ठेगाना
Meiwa Medical Center Building	Nakaya 331-1
Fureai Center Suzukake	Senzui 314-1
Fureai Center Popura	Suka 249-1



## वृहत्तर क्षेत्र आश्रय प्रदान गर्ने सुवधा स्थल

टोल बाह्रि आश्रय लदि आश्रय प्रदान गर्ने सुवधा स्थल

नम्बर	नाम	अवस्थति ठेगाना
16	Tatebayashi हाई स्कूल	Tatebayashi-shi Fujihara-cho 1241
17	Tatebayashi छात्रा हाई स्कूल	Tatebayashi-shi Obiki-cho 6-1
18	Tatebayashi पब्लिक सनियर नर्सडि स्कूल	Tatebayashi-shi Naegicho 2497-1



## पालतु जनावर लिएर आश्रय लनि बारेमा

पालतु जनावर पनपरिवारको महत्त्वपूर्ण सदस्य हुन्। आश्रय लनिपर्दाका लागि भनेर पन, नयिमति खोप लगाउने तथा टोइलेट गर्न सकिउने, क्यारीमा बस्न वा खोरमा बस्न बानी पारिखनु होला। नमिनलखिति सुवधा स्थल बाहेकमा, पालतु जनावर लिएर सँगै आश्रय लनि पाइँदैन। साथै, पालने मानसि र पालतु जनावर सँगै एकै ठाउँमा आश्रय लनि पाउँछन् नै भन्ने हुँदैन।

### 19 Sanko Arena Meiwa

ठेगाना: Meiwa-machi Nissato 299-1



अनविश्य रूपमा कुरुरलाई रजषिटर गर्ने र रेबजि वरिद्धको खोप एवम् भ्याक्सनि लगाउने कार्य सम्पन्न गरिखने।



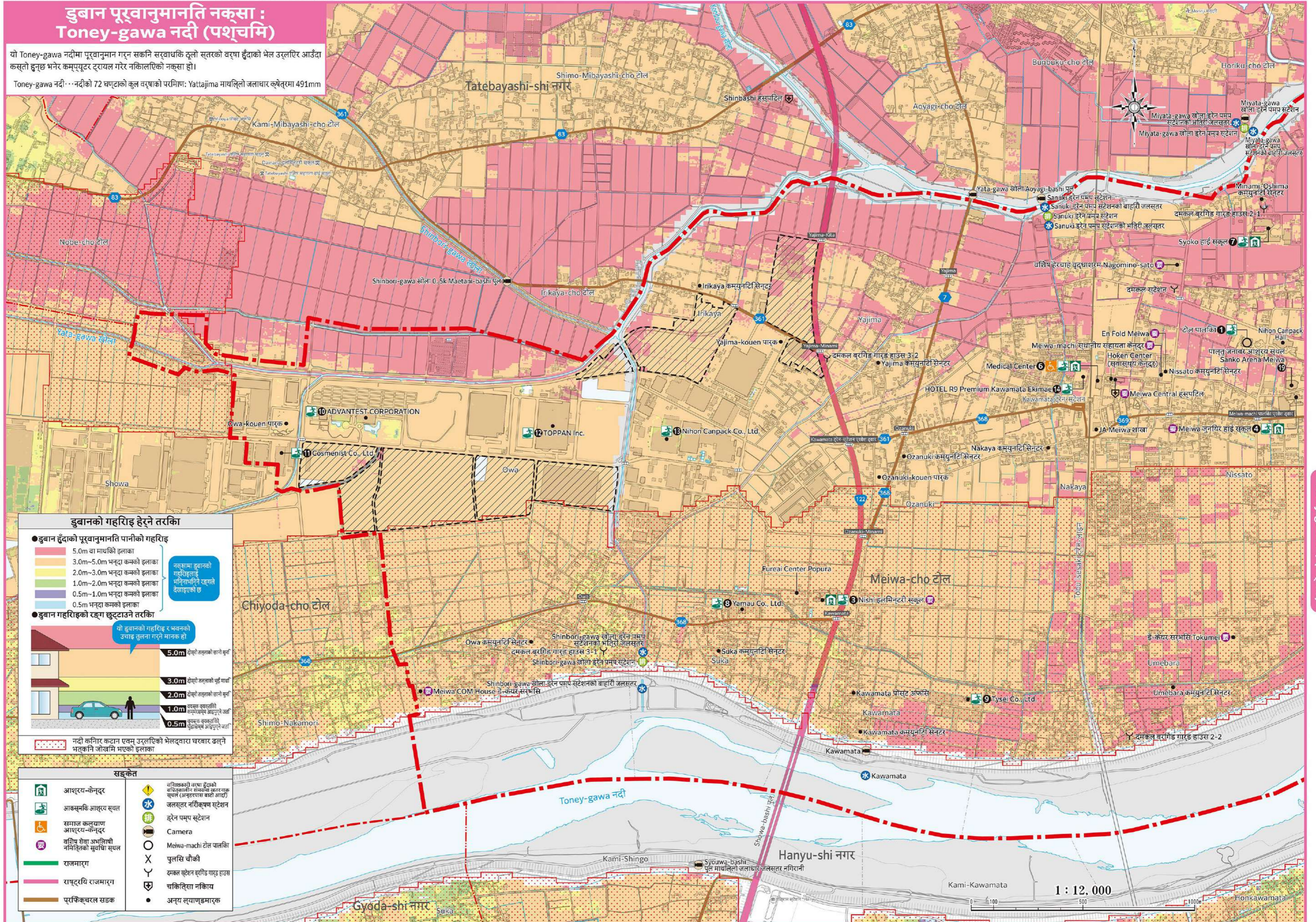
## पालतु जनावर नमित्त लिएर जाने सामान

- घाँटीको पट्टी, डोरी
- पालतु जनावर पहचान ट्याग (दस्ता ट्याग या पहचान जानकारी)
- पानी, पेट फुड
- क्यारि बि्याग, खोर
- पालतु जनावरको टोइलेट नमित्तको सामग्रीहरू

# डुबान पूर्वानुमानति नक्सा : Toney-gawa नदी (पश्चिम)

यो Toney-gawa नदीमा पूर्वानुमान गर्न सकिने सर्वाधिक ठूलो स्तरको वर्षा हुँदाको भेल उर्लरिएर आउँदा कस्तो हुन्छ भनेर कम्प्युटर ट्रायल गरेर नकालिएको नक्सा हो।

Toney-gawa नदी...नदीको 72 घण्टाको कुल वर्षाको परिमाण: Yattajima माथिल्लो जलाधार क्षेत्रमा 491mm



### डुबानको गहराइ हेर्ने तरिका

**डुबान हुँदाको पूर्वानुमानति पानीको गहराइ**

- 5.0m वा माथिको इलाका
- 3.0m~5.0m भन्दा कमको इलाका
- 2.0m~3.0m भन्दा कमको इलाका
- 1.0m~2.0m भन्दा कमको इलाका
- 0.5m~1.0m भन्दा कमको इलाका
- 0.5m भन्दा कमको इलाका

नक्सामा डुबानको गहराइलाई भिन्नभिन्न रङ्गले देखाइएको छ।

**डुबान गहराइको रङ्ग छुट्टाउने तरिका**

यो डुबानको गहराइ र भवनको उचाइ तुलना गर्ने मानक हो।

- 5.0m दोस्रो तलको छानो मुनि
- 3.0m दोस्रो तलको छानो मुनि
- 2.0m दोस्रो तलको छानो मुनि
- 1.0m घरको छतको अग्लोतले उचाइ
- 0.5m घरको छतको अग्लोतले उचाइ

नदी किनार कटान एवम् उर्लरिएको भेलद्वारा घरबार ढल्ने भत्कानि जोखिम भएको इलाका

### सङ्केत

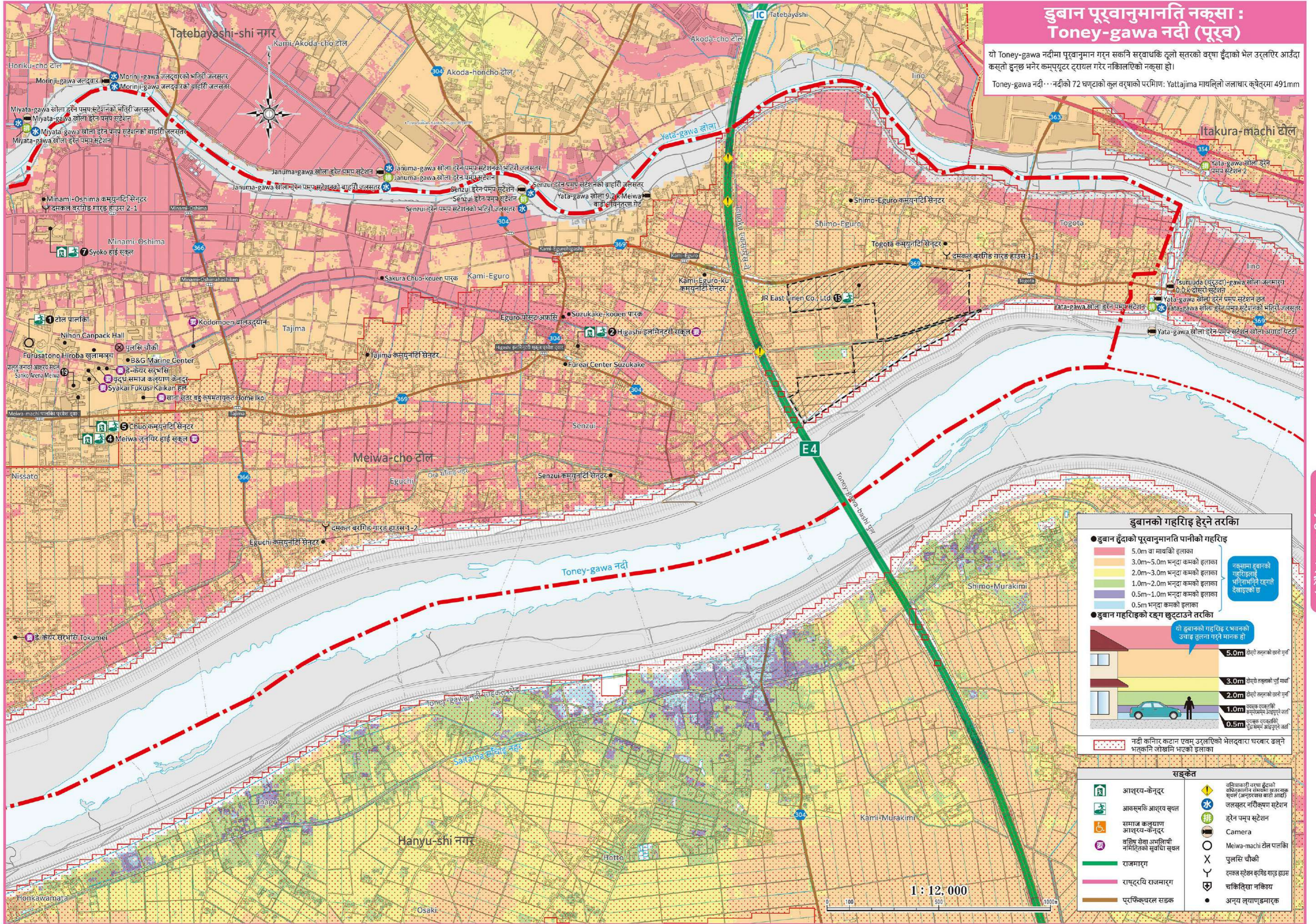
	आश्रय-केन्द्र		वित्तीयकारी वर्षा हुँदाको बाँधकालीन समयमा खतरनाक स्थल (अग्निपारक बाढी आदी)
	आकस्मिक आश्रय स्थल		जलस्तर नरीक्षण स्टेशन
	समाज कल्याण आश्रय-केन्द्र		इरेन पम्प स्टेशन
	वशिय सेवा अग्लिाषी नमितिाको सुवधि स्थल		Camera
	राजमार्ग		Meiwa-machi टोल पालिका
	राष्ट्रिय राजमार्ग		पुलिस चौकी
	प्रफिक्चरल सडक		दमकल स्टेशन बरगिड गाउँ हाउस
			चकितिसा नकिया
			अन्य ल्याण्डमार्क

डुबान पूर्वानुमानति नक्सा:  
Toney-gawa नदी (पश्चिम)

# डुबान पूर्वानुमानति नक्सा : Toney-gawa नदी (पूर्व)

यो Toney-gawa नदीमा पूर्वानुमान गर्न सकने सर्वाधिक ठूलो स्तरको वर्षा हुँदाको भेल उरलपिण्ड आउँदा कस्तो हुन्छ भनेर कम्प्युटर ट्रायल गरेर निकालिएको नक्सा हो।

Toney-gawa नदी... नदीको 72 घण्टाको कुल वर्षाको परिमाण: Yattajima माथिल्लो जलाधार क्षेत्रमा 491mm



### डुबानको गहिराइ हेर्ने तरिका

- डुबान हुँदाको पूर्वानुमानति पानीको गहिराइ
  - 5.0m वा माथिको इलाका
  - 3.0m~5.0m भन्दा कमको इलाका
  - 2.0m~3.0m भन्दा कमको इलाका
  - 1.0m~2.0m भन्दा कमको इलाका
  - 0.5m~1.0m भन्दा कमको इलाका
  - 0.5m भन्दा कमको इलाका
- डुबान गहिराइको रङ्ग छुट्टाउने तरिका
  - यो डुबानको गहिराइ र भवनको उचाइ तुलना गर्ने मानक हो।
  - 5.0m: योपै तलको छत्रो मुनी
  - 3.0m: योपै तलको मुँई गर्दा
  - 2.0m: योपै तलको छत्रो मुनी
  - 1.0m: त्यसै रङ्गको छत्रो मुनी
  - 0.5m: त्यसै रङ्गको छत्रो मुनी

नदी किनार कटान एवम् उरलपिण्डको भेलद्वारा घरबार ढल्ने भूतकानि जोखिम भएको इलाका

### सङ्केत

आश्रय-केन्द्र	वर्षाकारी वर्षा हुँदाको बहिर्वालीन सेभको अन्तरगत स्थल (अन्तरगत बाटो आदी)
आकस्मिक आश्रय स्थल	जलस्तर नगरीक्षण स्टेशन
समाज कल्याण आश्रय-केन्द्र	इरेन पम्प स्टेशन
वशिष्ट सेवा अमलिया नामितिको सुविधा स्थल	Camera
राजमार्ग	Meiwa-machi टोल पालिका
राष्ट्रिय राजमार्ग	पुलसि चौकी
परिष्कारल सडक	दमकल स्टेशन बगिडा गाइ हाउस
	चकितिसा नाकिया
	अन्य ल्याण्डमार्क

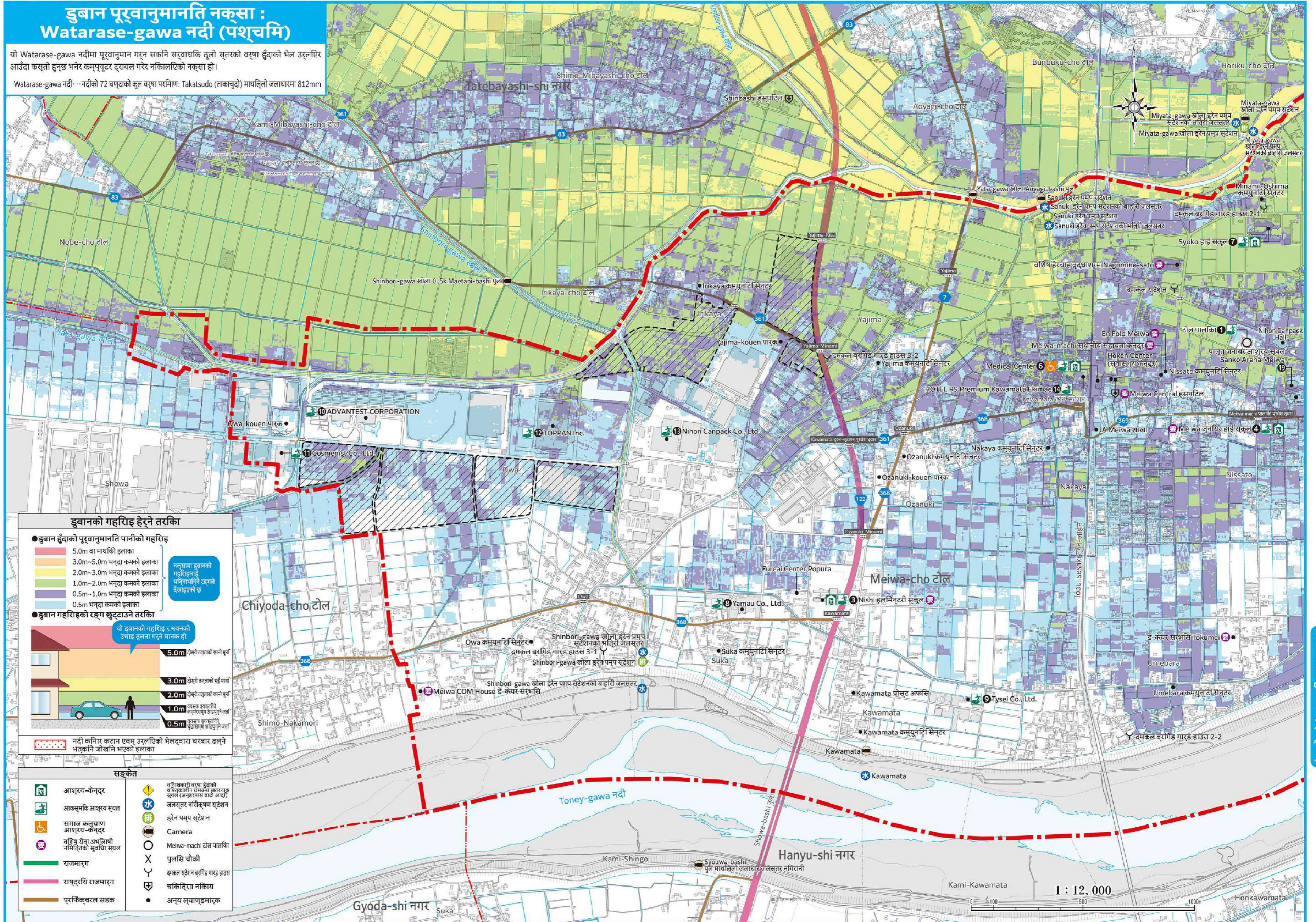
डुबान पूर्वानुमानति नक्सा:  
Toney-gawa नदी (पूर्व)

डुबान पूर्वानुमानति नक्सा:  
Toney-gawa नदी (पूर्व)

# डुबान पूर्वानुमानति नक्सा : Watarase-gawa नदी (पश्चिम)

यो Watarase-gawa नदीमा पूर्वानुमान गर्न सकिने सर्वाधिक ठूलो स्तरको वर्षा हुँदाको भेल उल्लरि आउँदा कस्तो हुन्छ भनेर कम्प्युटर ट्रायल गरेर निकालिएको नक्सा हो।

Watarase-gawa नदी... नदीको 72 घण्टाको कुल वर्षा परिमाण: Takatsudo (ताकाचुदो) माथिल्लो जलाधारमा 812mm



### डुबानको गहराइ हेर्ने तरिका

**डुबान हुँदाको पूर्वानुमानति पानीको गहराइ**

- 5.0m वा माथिको इलाका
- 3.0m~5.0m भन्दा कमको इलाका
- 2.0m~3.0m भन्दा कमको इलाका
- 1.0m~2.0m भन्दा कमको इलाका
- 0.5m~1.0m भन्दा कमको इलाका
- 0.5m भन्दा कमको इलाका

नक्सामा डुबानको गहराइलाई मरिनाभन्तिनै रङ्गले देखाइएको छ

**डुबान गहराइको रङ्ग छुट्टाउन तरिका**

यो डुबानको गहराइ र भवनको उचाइ तुलना गर्ने मानक हो

- 5.0m दोस्रो तल्लाको छानो मुनि
- 3.0m दोस्रो तल्लाको मुनि माथि
- 2.0m दोस्रो तल्लाको छानो मुनि
- 1.0m घरसक छतको किनारसम्म आइपुग्ने जति
- 0.5m घरसक छतको किनारसम्म आइपुग्ने जति

नदी किनार कटान एवम् उल्लरि भेलद्वारा घरबार ढल्ने भन्तकनि जोखिम भएको इलाका

### सङ्केत

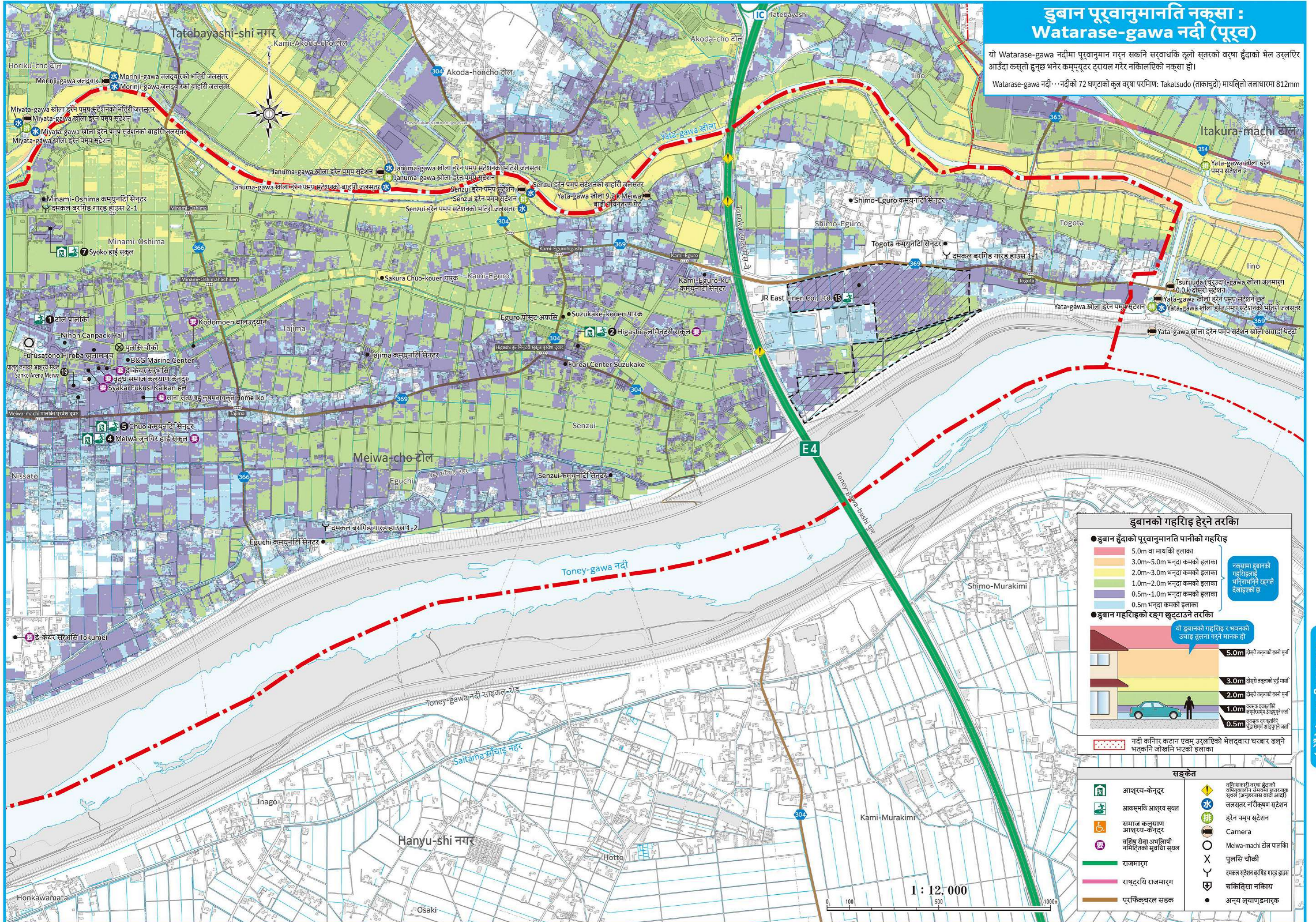
	आश्रय-केन्द्र		वनिष्कारी वर्षा हुँदाको बचिकालीन सामग्रि खननक स्थल (अन्धकार बाढो आदी)
	आकस्मिक आश्रय स्थल		जलस्तर नरीकरण स्टेशन
	समाज कल्याण आश्रय-केन्द्र		इरेन पम्प स्टेशन
	वशिष सेवा अमलाषी नमितिस्को सुविधा स्थल		Camera
	राजमार्ग		Meiwa-machi टोल पालिका
	राष्ट्रिय राजमार्ग		पुलसि चौकी
	परफिचरल सडक		दमकल स्टेशन बरिगिड गाउँ हाउस
			चकितिसा नकिय
			अन्य ल्याण्डमार्क

डुबान पूर्वानुमानति नक्सा :  
Watarase-gawa नदी (पश्चिम)

# डुबान पूर्वानुमानति नक्सा : Watarase-gawa नदी (पूर्व)

यो Watarase-gawa नदीमा पूर्वानुमान गर्नु सकिने सर्वाधिक ठूलो स्तरको वर्षा हुँदाको भेल उरलपेर आउँदा कस्तो हुन्छ भनेर कम्प्युटर ट्रयाल गरेर नकालिएको नक्सा हो।

Watarase-gawa नदी नदीको 72 घण्टाको कुल वर्षा परिमाण: Takatsudo (ताकानुदो) माथिल्लो जलाधारमा 812mm



### डुबानको गह्रिाइ हेर्ने तरिका

- डुबान हुँदाको पूर्वानुमानति पानीको गह्रिाइ
  - 5.0m वा माथिको इलाका
  - 3.0m~5.0m भन्दा कमको इलाका
  - 2.0m~3.0m भन्दा कमको इलाका
  - 1.0m~2.0m भन्दा कमको इलाका
  - 0.5m~1.0m भन्दा कमको इलाका
  - 0.5m भन्दा कमको इलाका
- डुबान गह्रिाइको रङ्ग छुट्टाउने तरिका

यो डुबानको गह्रिाइ र भवनको उचाइ तुलना गर्ने मानक हो।

5.0m	योपै तलको छत्रो मुनी
3.0m	योपै तलको पुई माथी
2.0m	योपै तलको छत्रो मुनी
1.0m	योपै तलको छत्रो मुनी
0.5m	योपै तलको छत्रो मुनी

नदी किनार कटान एवम् उरलपेरको भेलद्वारा घरबार ढल्ने भक्तनि जोखिम भएको इलाका

### सङ्केत

आश्रय-केन्द्र	वणिजकारी वर्षा हुँदाको बनिक्लानि सेभको अरुनक स्थल (अन्तरगत बाडी आदी)
आकस्मिक आश्रय स्थल	जलस्तर नरिक्षण स्टेसन
समाज कल्याण आश्रय-केन्द्र	इरेन पम्प स्टेसन
वशिष्ट सेवा अभिलिपी नामितिको सुविधा स्थल	Camera
राजमार्ग	Meiwa-machi टोल पालिका
राष्ट्रिय राजमार्ग	पुलसि चौकी
परिक्चरल सडक	दमकल स्टेसन बग्नेइ गाइड हाउस
	चकितिसा नकिया
	अन्य ल्याण्डमार्क

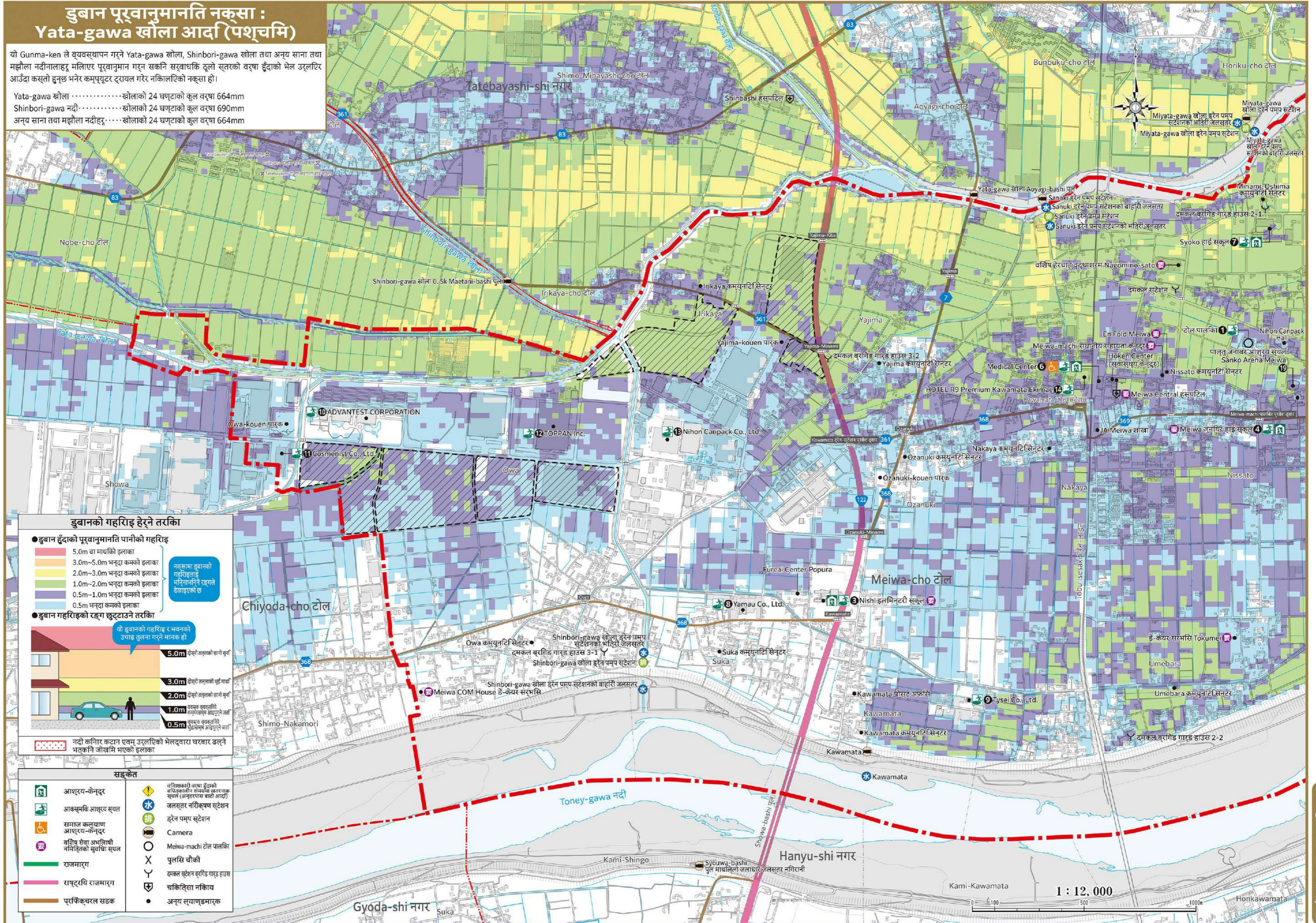
डुबान पूर्वानुमानति नक्सा: Watarase-gawa नदी (पूर्व)

डुबान पूर्वानुमानति नक्सा: Watarase-gawa नदी (पूर्व)

# डुबान पूर्वानुमानति नक्सा : Yata-gawa खोला आदि (पश्चिम)

यो Gunma-ken ले व्यवस्थापन गर्ने Yata-gawa खोला, Shinbori-gawa खोला तथा अन्य साना तथा मझौला नदीनालाहरू मिलाएर पूर्वानुमान गर्न सकिने सर्वाधिक ठूलो स्तरको वर्षा हुँदाको भेल उर्लएरि आउँदा कस्तो हुन्छ भनेर कम्प्युटर ट्रायल गरेर नकालिएको नक्सा हो।

- Yata-gawa खोला ..... खोलाको 24 घण्टाको कुल वर्षा 664mm
- Shinbori-gawa नदी ..... खोलाको 24 घण्टाको कुल वर्षा 690mm
- अन्य साना तथा मझौला नदीहरू ..... खोलाको 24 घण्टाको कुल वर्षा 664mm



### डुबानको गहराइ हेर्ने तरिका

#### ● डुबान हुँदाको पूर्वानुमानति पानीको गहराइ

- 5.0m वा माथिको इलाका
- 3.0m~5.0m भन्दा कमको इलाका
- 2.0m~3.0m भन्दा कमको इलाका
- 1.0m~2.0m भन्दा कमको इलाका
- 0.5m~1.0m भन्दा कमको इलाका
- 0.5m भन्दा कमको इलाका

नक्सामा डुबानको गहराइलाई मरिनाभित्ति रङ्गले देखाइएको छ

#### ● डुबान गहराइको रङ्ग छुट्टाउन तरिका

यो डुबानको गहराइ र भवनको उचाइ तुलना गर्ने मानक हो



नदी किनार कटान एवम् उर्लएरि भेलद्वारा घरबार ढल्ने भन्कति जोखिम भएको इलाका

### सङ्केत

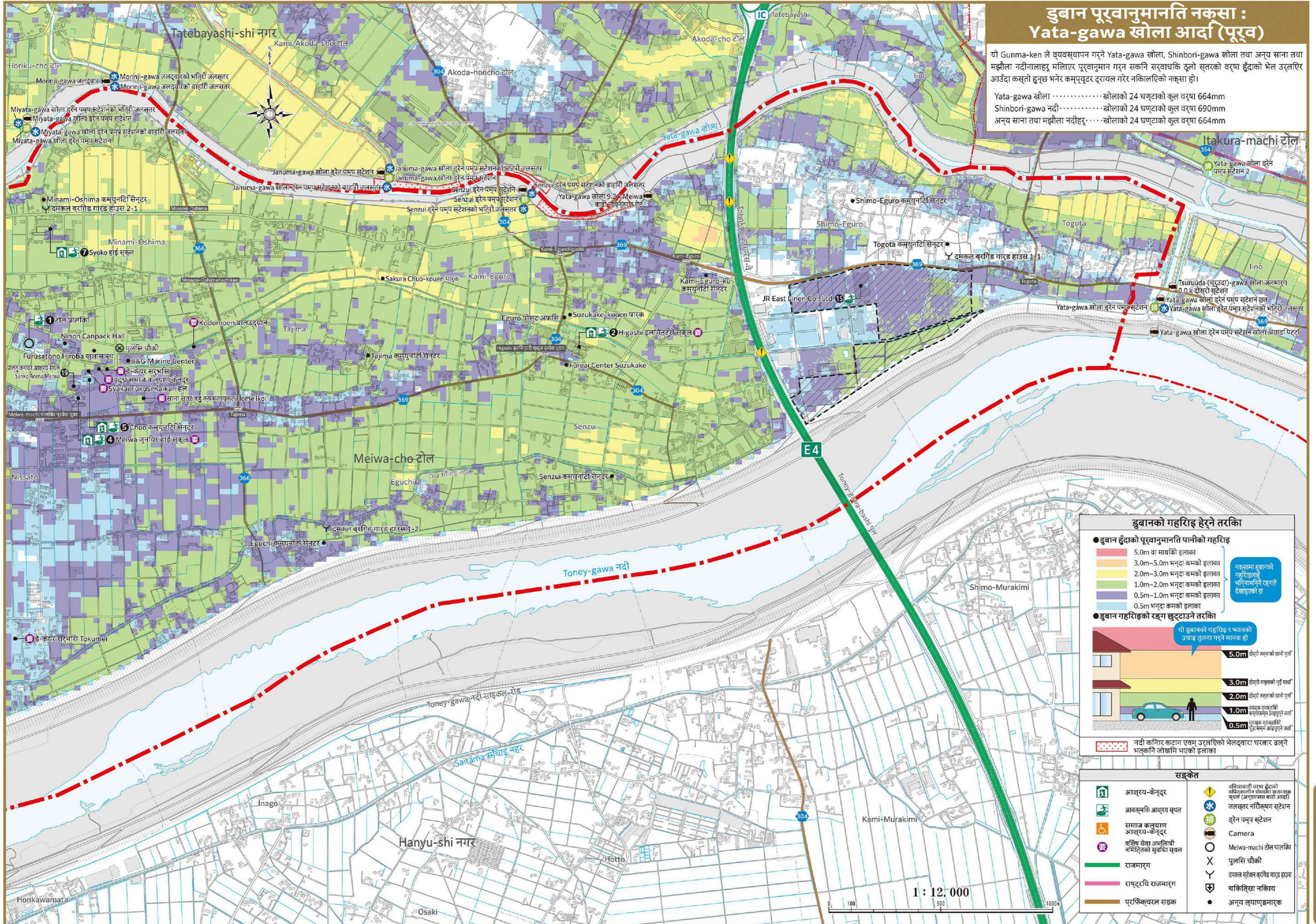
- |  |  |  |   |
|--|--|--|---|
|  | आश्रय-केन्द्र                          |  | वित्तीयकारी वर्षा हुँदाको बचिक्कालीन समयमा खतरनाक स्थल (अन्धकार बाढी आदी) |
|  | आकस्मिक आश्रय स्थल                     |  | जलस्तर नरीकरण स्टेशन  |
|  | समाज कल्याण आश्रय-केन्द्र              |  | इरेन पम्प स्टेशन  |
|  | वशिष सेवा अमलाषी नभित्तिको सुविधा स्थल |  | Camera  |
|  | राजमार्ग                               |  | Meiwa-machi टोल पालिका  |
|  | राष्ट्रिय राजमार्ग                     |  | पुलिस चौकी  |
|  | प्रफिक्चरल सडक                         |  | दमकल प्रेक्षन बरिगड गार्ड हाउस  |
|  |  |  | चकितिसा नकिय  |
|  |  |  | अन्य ल्याण्डमार्क   |

डुबान पूर्वानुमानति नक्सा :  
Yata-gawa खोला आदि (पश्चिम)

# डुबान पूर्वानुमानति नक्सा : Yata-gawa खोला आर्दा (पूर्व)

यो Gunma-ken ले व्यवस्थापन गर्ने Yata-gawa खोला, Shinbori-gawa खोला तथा अन्य साना तथा मझौला नदीनालाहरू मिलाएर पूर्वानुमान गर्न सकिने सर्वाधिक ठूलो स्तरको वर्षा हुँदाको भेल उर्लाएर आउँदा कस्तो हुन्छ भनेर कम्प्युटर द्वायल गरेर निकालिएको नक्सा हो।

- Yata-gawa खोला .....खोलाको 24 घण्टाको कुल वर्षा 664mm
- Shinbori-gawa नदी .....खोलाको 24 घण्टाको कुल वर्षा 690mm
- अन्य साना तथा मझौला नदीहरू .....खोलाको 24 घण्टाको कुल वर्षा 664mm



### डुबानको गह्रिइ हेर्ने तरिका

- डुबान हुँदाको पूर्वानुमानति पानीको गह्रिइ
  - 5.0m वा माथिको इलाका
  - 3.0m~5.0m भन्दा कमको इलाका
  - 2.0m~3.0m भन्दा कमको इलाका
  - 1.0m~2.0m भन्दा कमको इलाका
  - 0.5m~1.0m भन्दा कमको इलाका
  - 0.5m भन्दा कमको इलाका
- डुबान गह्रिइको रङ्ग छुट्टाउने तरिका
  - 5.0m योपे तलको छत्रो मुनी
  - 3.0m योपे तलको पुई गर्दा
  - 2.0m योपे तलको छत्रो मुनी
  - 1.0m यसको दलको कम्परेसन्स अङ्गुले जवा
  - 0.5m यसको लम्बाइको हुडसम्म अङ्गुले जवा

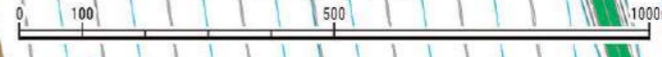
यो डुबानको गह्रिइ र भवनको उचाइ तुलना गर्ने मानक हो।

नदी किनार कटान एवम् उर्लाएको भेलद्वारा घरबार ढल्ने भतकनि जोखिम भएको इलाका

### सङ्केत

	आश्रय-केन्द्र		जलस्तर नरीक्षण स्टेशन
	आकस्मिक आश्रय स्थल		इरेन पम्प स्टेशन
	समाज कल्याण आश्रय-केन्द्र		Camera
	वशिष्ट सेवा अमलिया नामितिको सुविधा स्थल		Meiwa-machi टोल पालिका
	राजमार्ग		पुलसि चौकी
	राष्ट्रिय राजमार्ग		दमकल स्टेशन दण्डे गाड हाउस
	परफेक्चरल सडक		चकितिसा नाकिया
			अन्य ल्याण्डमार्क

1 : 12,000



डुबान पूर्वानुमानति नक्सा :  
Yata-gawa खोला आर्दा (पूर्व)

डुबान पूर्वानुमानति नक्सा :  
Yata-gawa खोला आर्दा (पूर्व)

# भूकम्पीय वपिद्का बारेमा

हालैका वर्षहरूमा जापान भतिरपनि थुप्रै ठूलो भूकम्पहरू गइरहेका छन्। हावाहुरी तथा वर्षाजन्य क्षति भन्दा भूकम्प फरक हुन्छ। यो पूर्वानुमान गर्न असम्भव प्राय हुने हुँदा, पहिलेदेखि नै उपाय सोच्ने र त्यसप्रति तत्पर भइराख्ने कुरा महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

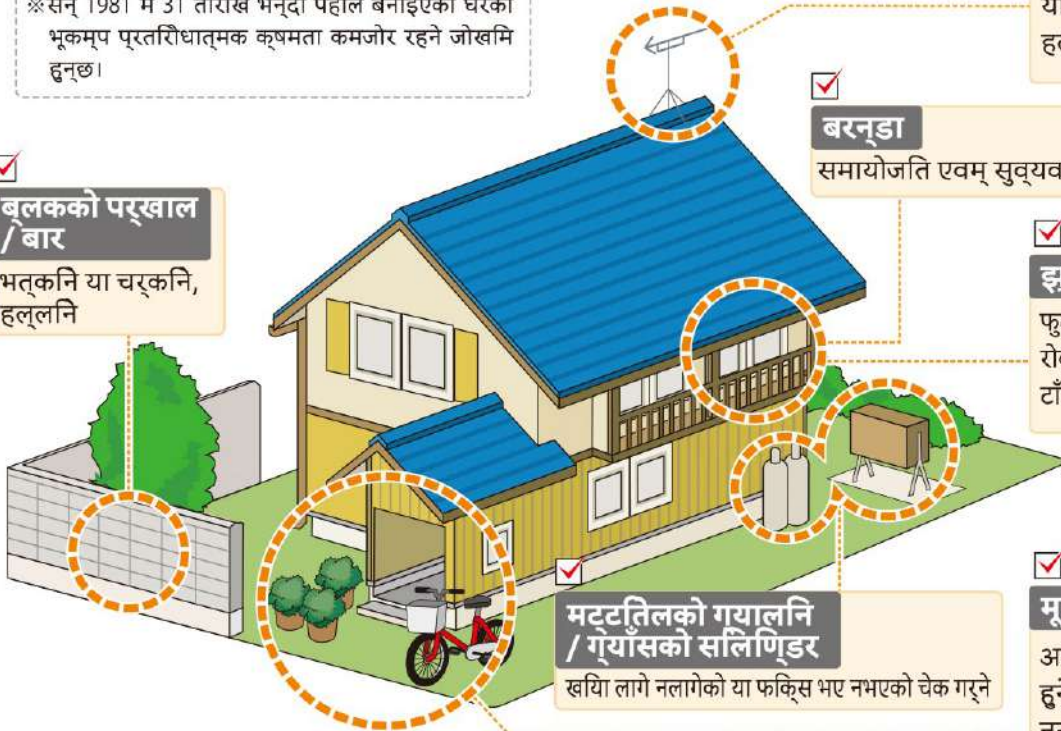
## हाम्रो परिवारको भूकम्प प्रतिकार्य चेक गर्ने

छत नभएको ठाउँ

भूकम्पबाट हुने क्षति न्यूनीकरण गर्नका लागि आफ्नो घरको सुरक्षा उपाय बारेमा चेकजाँच गर्नुहोला। भूकम्प प्रतारिधात्मक क्षमता सम्बन्धमा फकिरी लागेको छ भने भूकम्प थग्ने क्षमता चेक\* गराएर, सुदृढीकरण आदि गराउनु होला।

\*सन् 1981 मे 31 तारखि भन्दा पहिलि बनाइएका घरको भूकम्प प्रतारिधात्मक क्षमता कमजोर रहने जोखमि हुन्छ।

**बलकको परखाल / बार**  
भत्कनि या चर्कनि, हल्लनि



**बरन्डा**  
समायोजति एवम् सुव्यवस्थति

**छानो / एन्टेना**  
छानो टुटफुट हुने या एन्टेना हल्लनि



**झ्यालको ससि**  
फुटन तथा उछटिटनि रोकने प्लास्टकि-फलिम टाँसने



**मूल ढोका वरपर**  
आश्रय लनि जान बाधा हुने हुँदा फाल्तु वस्तु नराख्ने

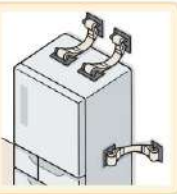


**मटतिलको ग्यालनि / ग्यासको सलिण्डर**  
खथि लागे नलागेको या फकिस भए नभएको चेक गर्ने

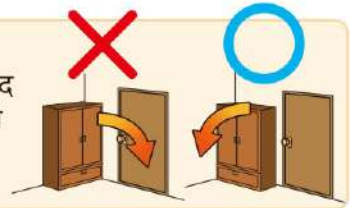
छत भएको ठाउँ

भूकम्पजन्य चोटपटकको कारक मध्ये, फर्नचिर ढलेर लाग्ने चोटपटक धेरै देखिन्छन् र कोठा भतिर छरपस्ट भएर भाग्न ढलिो पारदिनि कारक संगपन जिोडनि पुग्छ। फर्नचिर राख्ने पोजसिन या फकिस गर्ने औजार पुनरावलोकन गरी, सुरक्षा उपायका नमित्त प्रयास गर्नुहोला।

**फ्रजि**  
बेल्टवाला स्टपरहरूले फकिस गरेर राख्ने



दराजहरू ढलेर भाग्ने बाटो बन्द नहुने गरी राख्ने



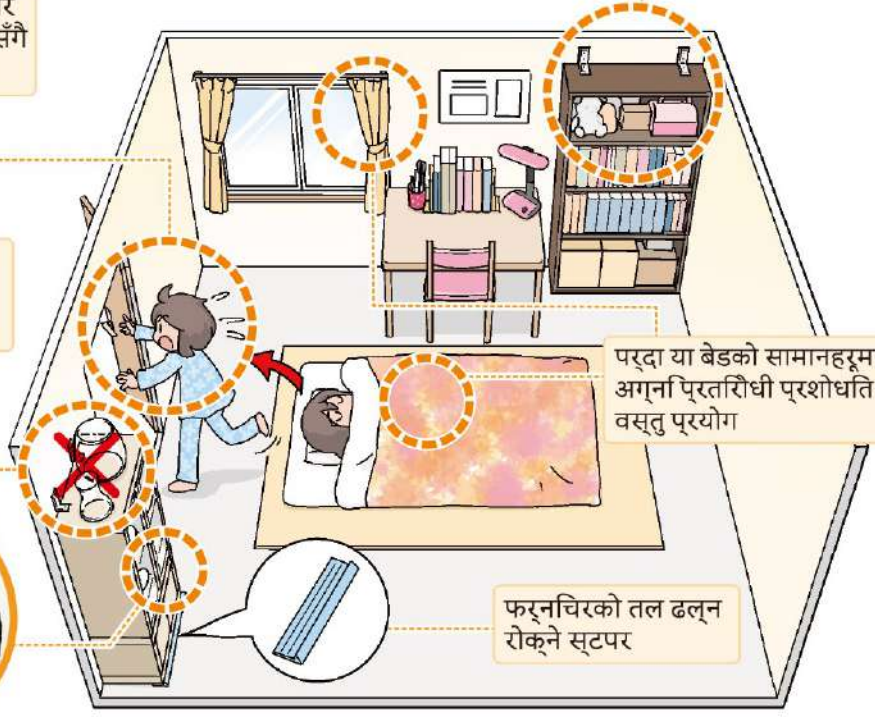
उचाई धेरै भएको फर्नचिर या बुक-शेल्वलाई L आकारको धातुको कब्जा या टेको लगाउने रडहरूले फकिस सामान राख्दा गहुरुङ्गो सामान तल, हलुङ्गो सामान माथिपिट्टा **टेको लगाउने रड**



**टि.भी., कम्प्युटर**  
होचो पोजसिनमा राखेर, कम्पन थग्ने टाँसनि म्याट आदि राखेर फकिस गर्ने



आउजाउ गर्ने द्वार या सुत्ने ठाउँ संगसँगै फर्नचिर नराख्ने



फर्नचिरको माथि सामान नराख्ने

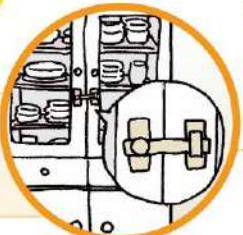
पर्दा या बेडको सामानहरूमा अग्नि प्रतारिधी प्रशोधति वस्तु प्रयोग

**अग्नि-नियन्त्रण सामान / ट्च लाइट**  
आगलागी हुँदा या बत्ती जाँदाको कुरा वचिार गरेर, तुडुन्तै प्रयोग गर्न मलिने ठाउँमा राख्ने



ब्याट्री या प्रयोग गर्न मलिने म्यादपनि नभुलकिन चेक!!

**डोर स्टपर**  
ढोकामा स्टपर लगाउने र, ससिमा उछटिटनि रोकथाम गर्ने प्लास्टकि-फलिम टाँसने



फर्नचिरको तल ढलून रोकने स्टपर

# Gunma-ken मा पूर्वानुमान गरिएको भूकम्प

Gunma-ken भूकम्पजन्य क्षति पूर्वानुमान सर्वेक्षणको नतजा बारेमा

Gunma-ken मा भूकम्प आएको बेलामा क्षतिको पूर्वानुमान लगायतका दस्तावेज, नमिनलखिति वेबसाइटमा हेर्न चकन्छि।

<https://www.pref.gunma.jp/page/8133.html>



## भूकम्प आउँदाको गतविधि

भूकम्प आएपछि सबैभन्दा पहिला ज्यान जोगाउने कार्य महत्त्वपूर्ण हुन्छ। ठाउँ अनुरूपको नरिणय गर्न मलिने या आवश्यक पर्ने गतविधि गर्न मलिने नशिचय गररिखनु होला। साथै, कम्पन साम्य भएपनि, आगलागी जस्ता द्वर्तीय क्षति प्रतिको सावधान आवश्यक पर्छ।



## जे सुकै होस् पहिला सुरुमा "ज्यान जोगाउने" !!

ठूलो कम्पन महसुस भयो र आकस्मिकि भूकम्प अलर्ट आयो भने, पहिला आफ्नो ज्यान जोगाउनु होला र वरपरको अवस्था अनुसार कम्पन साम्य नभएसम्म पर्खनु होला।



### घर भित्रि

- टेबुल या मेचको मुन छिरिने
- चकटी या पत्रपत्रकिहरूले टाउको जोगाउने
- फर्नचिर, सिसा भएको ठाउँबाट टाढा बस्ने



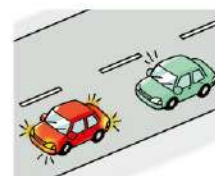
### बाहिर नकिलेको ठाउँ

- साइनबोर्ड, सिसा जस्ता झर्ने वस्तुबाट सावधान
- प्रभारी कर्मचारीको नरिदेशनको पालना गर्ने
- लफिटको भित्रि हुनुहुन्छ भने सबै तल्लामा ओर्लनि



### सवारीसाधन चलाइरहँदा

- हजारड ल्याम्प बालेर, थोरै-थोरै गर्दै स्पीड घटाएर बायाँपट्टा सवारी रोकने
- कारमा जडति रेडियोहरूबाट जानकारी सडकलन गर्ने
- गाडीबाट टाढनि परेको बखतमा, गाडीको साँचो घुसारेको अवस्थामै, डोर लक नगरी सम्पर्क ठेगाना छोडदिनि



## "सुरक्षा सुनशिचतिता" तथा "अवस्था चेक"!!

कम्पन साम्य भएपछि, नहडबडाइकन गतविधि गरिने। आफ्नो सेरोफेरोको सुरक्षा सुनशिचतिता एवम् अवस्था चेक गर्ने गरी, आश्रय लनि जान नरिदेशन या घरबार ढल्ने भत्कनि जस्ता खतरा छ भने, यथाशीघ्र आश्रय लनि जाने।



### आगोको उद्गम स्थल चेकजाँच

ग्याँसचुलो या ग्याँसजन्य सामान, मट्टीतेल-हटिर, चुरोट जस्ता आगोको उद्गम बन्ने ठाउँ नशिचय गरी आगलागी रोकथाम गर्नु

### बह्रिगमनद्वारको सुनशिचतिता

भवन ढल्केर ढोका नखुल्ने हुने हुँदा, त्यसबाट बचन ढोका तथा झ्याल खोल्ने

### अवस्था चेक

ससिका टुक्रा या ढलेर आउने फर्नचिरमा सावधानी अपनाउँदै, वरपरको सुरक्षा जाँच गर्ने

### जानकारी प्राप्त गर्नु

ट.भी., रेडियोहरूबाट सही वपिद तथा आश्रय लनि जाने जानकारी प्राप्त गर्ने

## "स्थानीय क्षेत्र मलिर सहयोग" गरौं!!

पराकम्पन प्रतिसितर्क हुँदै सुरक्षति रहे नरहेको नशिचय गर्ने र, क्षतिभएको छ भने, छरछमिकले एक अर्कालाई मददत गर्ने।

- हाते सहायता आवश्यक पर्ने महानुभावलाई सहयोग गर्ने (वृद्धवृद्धा, अपाङ्ग, बरामी, गर्भवतीहरू)
- खतरनाक ठाउँतरी नजकि नजाने
- बेपत्ता भएका मानसिको नशिचय
- घाउचोट लागेका व्यक्तिको उद्धार गर्ने/ राहत दनि
- आगलागी हुँदाको प्रारम्भिक अवस्थामै आगो नभिउने



### आगो नभिउने यन्त्र प्रयोग गर्ने तरकि

1 सुरक्षा-पनिलाई औँलले माथितानेर नकालने

2 होस-पाइप फुत्काएर आगो तर्फ सोझ्याउने (सकेसम्म टुप्पोमा समात्ने)

3 लभिर बलयिसँग च्याप्यो भने आगो नभिउने झोल स्प्रे हुने भएकोले, घुवा या ज्वाला तर्फ नभएर आगोको उद्गम तर्फ तेर्सयाउने

**सावधान!**

आगो नभिएपछि पनताप बाँकी रहेछ भने फेरि आगो बल्ने जोखमि हुने हुँदा सावधान

**सावधान!**

राख्दा घाम परने या धेरै ओसल्लो हुने ठाउँबाट जोगाउने

भूकम्प आएदेखि १-५मिनट

भूकम्प आएदेखि १-५मिनट

५मिनट ~ क्वीचपूरा

वपित्कालीन समय या आपत्कालनि समयको आश्रय गन्तव्य या सम्पर्क ठेगानालाई परिवार सबै मलैर कटान गरी लेखेर राख्नुहोला। साथै, वपित्कालीन समयमा फोन लाग्नु गाह्रो पर्ने हुँदा, नमिन "Disaster Emergency Message Dial (वपित्कालीन म्यासेज प्रवाह फोन)" प्रयोग गर्ने तरिका जानि राख्नुहोला।

हाम्रो परिवारको वपिद् नविवरण मेमो			
हाम्रो परिवारको आश्रय गन्तव्य			हाम्रो परिवारको भेला हुने ठाउँ
परिवारको सम्पर्क ठेगाना	परिवारको नाम	जन्म मिति	ब्लड ग्रुप
		T·S·H·R महनि साल तारखि	ग्रुप Rh factor (+/-)
		T·S·H·R महनि साल तारखि	ग्रुप Rh factor (+/-)
		T·S·H·R महनि साल तारखि	ग्रुप Rh factor (+/-)
	T·S·H·R महनि साल तारखि	ग्रुप Rh factor (+/-)	मेमो (रोगको लक्षण/ रोगको इतिहास, मोबाइल फोन नम्बर, डडिटा स्थल इत्यादी)

## अपठ्यारो पर्दाको सम्पर्क ठेगाना

आफन्त या चनिजानका व्यक्ति, टोल बाहिरको आश्रय गन्तव्यहरूको सम्पर्क ठेगाना लेखेर राख्नुहोला।

नाम	फोन	ठेगाना	अन्य
		पोस्टल कोड	
		पोस्टल कोड	

## सम्बन्धति नकिय सम्पर्क ठेगाना

### प्रशासनकि नकिय

Meiwa-machi टोल पालकिा .....0276-84-3111  
 Tatebayashi प्रशासनकि तथा प्रान्तीय कर कार्यालय ..0276-72-4415  
 Tatebayashi स्वास्थ्य तथा समाज कल्याण कार्यालय..0276-72-3230  
 Tatebayashi सभिलि इन्जिनियरिडि कार्यालय..0276-72-4355  
 Toney-gawa नदी; माथिल्लो जलाधार नदीनाला व्यवस्थापन कार्यालय..048-563-1992  
 Watarase-gawa नदी; नदीनाला व्यवस्थापन कार्यालय..0284-73-5551

### अन्य सम्बन्धति नकिय

दमकल.....119  
 प्रहरी.....110  
 TOBU Railway Kawamata ट्रेन-स्टेशन..0276-84-2154  
 Tatebayashi Kosei हस्पटिल.....0276-72-3140  
 Ota Kinen हस्पटिल.....0276-55-2200  
 Maebashi Red Cross हस्पटिल.....027-265-3333  
 Hanyu Sougou हस्पटिल.....048-562-3000

सधैँ जाने गरेको चकितिसा नकिय:

## सुरक्षति रहे नरहेको जानकारी आद परिवार या चनिजानका मानसिलाई थाहा दनि वधि

Disaster Emergency  
 Message Dial  
 (वपित्कालीन म्यासेज प्रवाह फोन)

171

दूलो स्तरको वपिद् आइपरेर, सुरक्षति रहे नरहेको नश्चिच्य गर्ने लगायतका कार्यले फोन लाइन व्यस्त हुन गई, फोन नलाग्ने अवस्था भएपनि भोइस म्यासेज रेकर्ड/ प्ले गर्ने गरी, वपिद् प्रभावति क्षेत्र भतिर परेका परिवार, आफन्त या चनिजानका व्यक्तिहरू सँग सम्पर्क गर्न मलिने बनाउने "भोइस म्यासेज सेवा" हो।

वसित्त वविवरणका  
 लागि NTT को  
 वेबसाइटमा हेर्ने



171 अथवा NTT खोज

भोइस रेकर्ड

1 7 1

→ 1

→ 0

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

भोइस म्यासेज रेकर्ड

प्ले

1 7 1

→ 2

→ 0

□ □ □ □ □ □ □ □ □ □

म्यासेज प्ले

अटोमेटकि म्यासेज प्रसारण हुने

सम्पर्क गर्न चाहेको वपिद् प्रभावति क्षेत्रका व्यक्तिको फोन नम्बर (एरथिया कोड सहति डायल गर्ने)

मोबाइल फोन

Disaster Message Board  
 (वपित्कालीन म्यासेज प्रवाह सेवा)



दूलो स्तरको वपिद् आइपरेको खण्डमा मोबाइल फोन कम्पनीद्वारा सेवा प्रदान गरनि वपित्कालीन म्यासेज प्रवाह सेवा हो। मोबाइल फोन या स्मार्टफोनबाट सुरक्षति रहे नरहेको जानकारी रजिष्टर गर्ने र नश्चिच्य गर्ने गर्न सकनिछ।

※ वसित्त वविवरणको लागि ति मोबाइल फोन कम्पनीको वेबसाइटहरू हेर्नुहोला

Meiwa-machi

सामान्य प्रशासन डभिजिन  
 जोखमि व्यवस्थापन प्रभारी

पोस्टल कोड: 370-0795  
 Gunma-ken Ora-gun  
 Meiwa-machi Nissato 250-1  
 TEL: 0276-84-3111 (मुख्य लाइन)  
 FAX: 0276-84-3114

वेबसाइट



LINE



आधिकारिक X



वपिद् नविवरण हजारड म्याप  
 वदिशी भाषा संस्करण

