

# Khi xảy ra thảm họa do nước gây ra

Tài liệu hướng dẫn tái thiết cuộc sống từ thiệt hại ngập lụt

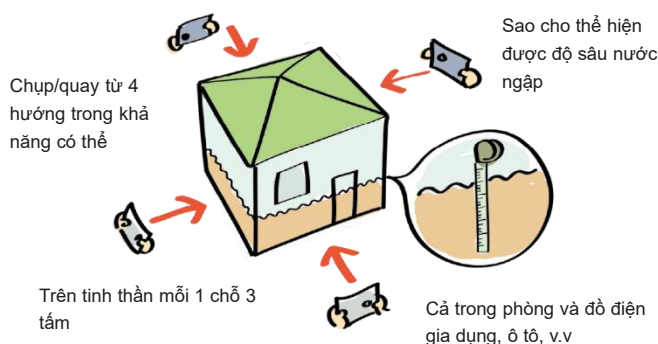
Tờ rơi này là tài liệu tổng hợp trình tự thông thường về những việc cần làm khi xảy ra thảm họa do nước gây ra.

Xin đừng cố gắng quá sức, mà hãy bắt đầu từ những việc có thể làm.

## 1 Ghi lại thiệt hại trước khi dọn dẹp

- Chụp ảnh hay quay phim thể hiện tình hình thiệt hại
- Chụp/quay sao cho thể hiện được độ sâu nước ngập từ nhiều hướng bên ngoài ngôi nhà
- Chụp/quay cả về tình hình thiệt hại trong nhà và ô tô bên ngoài, v.v

Hình ảnh sẽ có ích trong việc truyền đạt về tình hình gánh chịu thiệt hại khi tiến hành các thủ tục hoặc yêu cầu chi trả tiền bảo hiểm về sau.



## 2 Truyền đạt về việc đã bị thiệt hại

- Liên hệ đến người phụ trách của bảo hiểm hỏa hoạn, bảo hiểm ô tô hay bảo hiểm tương hỗ
- Khi đánh mất giấy chứng nhận bảo hiểm hoặc không biết về nội dung bồi thường, hãy liên hệ theo thông tin liên lạc ghi bên dưới

Bảo hiểm thiệt hại	Trung tâm tra cứu hợp đồng bảo hiểm thiệt hại bởi thảm họa tự nhiên, v.v (Bên trong Hiệp hội bảo hiểm thiệt hại Nhật Bản)
	<b>Điện thoại: 0120-501331</b> (miễn phí) 9:15 - 17:00 Trừ thứ Bảy, Chủ nhật, ngày lễ, kỳ nghỉ cuối năm đầu năm
Bảo hiểm tương hỗ	Hiệp hội bảo hiểm tương hỗ Nhật Bản
	<b>Điện thoại: 0570-023140</b> (tốn phí cước gọi) 9:00 - 17:00 Trừ thứ Bảy, Chủ nhật, ngày lễ, kỳ nghỉ cuối năm đầu năm

\* Cả hai cơ sở đều hỗ trợ cho đối tượng là người thuộc khu vực được áp dụng Luật cứu trợ thảm họa.

## 3 Nhận Giấy chứng nhận thiệt hại do thảm họa (Risai Shomeisho)

- Xin Giấy chứng nhận thiệt hại do thảm họa tại trụ sở chính quyền thành phố (quận), trụ sở hành chính thị trấn/làng xã
- Được tiến hành kiểm tra chứng nhận thiệt hại
- Kiểm tra gồm kiểm tra sơ cấp với việc tiến hành bằng cách quan sát từ bên ngoài nhà ở, và kiểm tra thứ cấp tiến hành với việc xem cả mức độ hư hỏng bên trong

Giấy chứng nhận thiệt hại do thảm họa là giấy tờ chứng minh mức độ thiệt hại của nhà ở gây ra do thảm họa. Nếu đăng ký xin thì chính quyền thành phố/thị trấn/làng xã sẽ tiến hành kiểm tra để đưa ra đánh giá.

Mối quan hệ giữa phân loại đánh giá và mức độ thiệt hại như sau. Tỷ lệ hư hại được quyết định dựa vào các tiêu chuẩn đa dạng như phân loại tòa nhà hay phân loại thiệt hại như thiệt hại ngập lụt, thảm họa sạt lở đất, v.v, dựa theo hướng dẫn của nhà nước.

Nếu không đồng ý với đánh giá của kiểm tra sơ cấp, bạn có thể yêu cầu tiến hành kiểm tra thứ cấp hoặc kiểm tra lại.

Phân loại đánh giá Cách đọc	Tỷ lệ hư hại
Hư hại hoàn toàn <i>Zenkai</i>	Từ 50% trở lên
Hư hại mức độ nặng <i>Daikibo Hankai</i>	Từ 40% đến dưới 50%
Hư hại mức độ trung bình <i>Chukibo Hankai</i>	Từ 30% đến dưới 40%
Hư hại vừa phải <i>Hankai</i>	Từ 20% đến dưới 30%
Hư hại nhẹ <i>Jun Hankai</i>	Từ 10% đến dưới 20%
Hư hại một phần <i>Ichibu Sonkai</i>	Dưới 10%

Nội dung hỗ trợ chi tiết tại từng phân loại đánh giá vui lòng xem “Khi xảy ra thảm họa do nước gây ra (phiên bản sổ tay)” (chỉ có tiếng Nhật).



# 4

## Dọn dẹp đồ nội thất và đồ điện gia dụng bị ướm

- Tiến hành dọn dẹp với trang phục không để lộ da ra bên ngoài
- Trong lúc thực hiện công việc, phải nghỉ ngơi thường xuyên và uống đủ nước
- Cần chú ý vì trẻ nhỏ dễ hít phải các vật chất độc hại

Phân loại đồ nội thất và đồ điện gia dụng bị ướm thành “Đồ có thể để nguyên để dùng”, “Đồ rửa lại để dùng” và “Đồ vứt đi”, v.v. Phân loại sẵn cả “Đồ còn đang lưỡng lự” để có thể quyết định thông thả về sau.

Khi vứt rác thì việc tiến hành phân loại rác là điều cơ bản, nên hãy tuân theo chỉ thị được hướng dẫn bởi chính quyền thành phố/thị trấn/làng xã.

### Khi tiến hành công việc, chú ý đừng để bị sốc nhiệt hay thương tích



Kính bảo hộ  
Đặc biệt nên có khi sử dụng được phẩm

Chú ý đừng để bị sốc nhiệt!

Túi chườm lạnh  
Khăn

\* Dù nhiệt độ thấp, nhưng nếu đổ mồ hôi thì cũng cần phải lưu ý.

Nếu đeo găng tay bên trong thì sẽ khó bị hăm

Áo mưa hoặc áo gió để di chuyển

Sẽ an tâm nếu có tấm lót giày chống đập phải vật nhọn như đinh, v.v

Đảm bảo thường xuyên bổ sung nước, súc miệng, rửa tay.

Nghỉ giải lao thường xuyên

Mùa Hè

Mùa Đông

10-15 phút 1 lần

30 phút 1 lần

### Cách sử dụng dung dịch sát khuẩn

- Sử dụng đúng cách dung dịch sát khuẩn khi rửa chén bát, v.v

Đối với các dung dịch sát khuẩn như nước tẩy trắng gốc Clo (Kitchen Haiter, v.v) hay xà phòng cation (chất hoạt động bề mặt ion dương như Benzalkonium Chloride “OSVAN S”, v.v), phải đọc kỹ cách sử dụng và đeo bao tay vào rồi mới sử dụng.

Vòi toilet có nguy cơ gây bùng, v.v, nên không khuyến khích sử dụng.



Dung dịch sát khuẩn	Đối tượng và cách sử dụng
Natri Hypochlorite (nước tẩy trắng gốc Clo dùng trong gia đình cũng dùng được)	Các loại chén bát, bồn rửa, bồn tắm
	<p><b>Pha loãng thành 0,02%</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Rửa bằng nước rửa bát và nước</li> <li>2) Ngâm 5 phút trong dung dịch sát khuẩn đã pha loãng hoặc lau bằng vải có thấm dung dịch sát khuẩn, sau đó rửa nước hoặc lau ướm</li> <li>3) Làm khô kỹ</li> </ol>
Cồn sát khuẩn	Các loại đồ nội thất, sàn
	<p><b>Pha loãng thành 0,1%</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Rửa trôi chất bẩn như bùn, v.v hoặc lau ướm bằng giẻ lau, v.v rồi làm khô thật kỹ</li> <li>2) Lau kỹ bằng vải, v.v có nhúng dung dịch đã pha chế</li> <li>3) Những chỗ sợ bị phai màu như bề mặt kim loại hay bề mặt gỗ, v.v thì lau hai lần bằng nước</li> </ol>
Benzalkonium Chloride 10% (xà phòng cation)	<p><b>Không pha loãng mà để nguyên dung dịch nguyên chất khi sử dụng</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Rửa bằng chất tẩy rửa và nước</li> <li>2) Lau bằng vải có thấm cồn</li> </ol> <p>*Sử dụng dung dịch có nồng độ cồn từ 70% trở lên *Không sử dụng lửa</p>
	<p><b>Pha loãng thành 0,1%</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Rửa trôi chất bẩn như bùn, v.v hoặc lau ướm bằng giẻ lau, v.v rồi làm khô thật kỹ</li> <li>2) Lau kỹ bằng vải, v.v có nhúng dung dịch đã pha chế</li> </ol>

Tham khảo: Biện pháp vệ sinh và phương pháp sát khuẩn khi xảy ra thảm họa do nước gây ra như lũ lụt, ngập lụt, v.v tại nhà ở thông thường, Hiệp hội phòng ngừa và kiểm soát nhiễm khuẩn Nhật Bản

### Rửa nước có hiệu quả nhất trong việc loại bỏ bùn

- Khi rửa bùn, chỉ cần dùng vòi xịt rửa trôi bằng nước, v.v thì cũng tạo được hiệu quả tốt

Việc rửa trôi bùn bằng nước cũng giúp hạn chế phát sinh nấm mốc về sau. Máy phun rửa áp lực cao cũng có khi làm hư hỏng đồ dùng trong gia đình, nên hãy lưu ý.





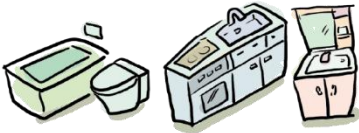
## Đồ đạc bị ngâm trong nước thì nên xử lý thế nào?

### Ô tô, máy móc nông nghiệp

- Tuyệt đối không được khởi động động cơ, mà phải liên hệ đến xưởng sửa chữa
- Khi không sử dụng phương tiện trong một khoảng thời gian, hãy tháo giấy chứng nhận đăng kiểm và biển số (nhằm ngăn ngừa trộm cắp)
- Lưu ý đối với các cơ sở kinh doanh lừa đảo bảo rằng sẽ "Xử lý miễn phí"



### Thiết bị nhà bếp, nhà vệ sinh, bồn tắm, bồn rửa mặt



- Nếu hệ thống điện không bị ướt, thì cũng có trường hợp sử dụng được
- Dù không có vấn đề về chức năng, nhưng mặt sau tiếp xúc với tường khô, nên dễ sinh sôi nấm mốc

### Chiếu, thảm, chăn nệm, ghế sofa



- Nếu thấm nước thì không thể sử dụng

- Chiếu bị ướt có nguy cơ tỏa nhiệt. Phải tách riêng khỏi các loại rác thải khác

### Điện thoại thông minh, điện thoại di động

- Không bật nguồn, tháo pin, thẻ SIM, thẻ SD ra để bảo quản
- Nếu bị nhúng vào nước bùn thì dù là kiểu chống thấm nước, cũng tạm tắt nguồn để làm khô
- Trao đổi với cửa hàng điện thoại di động ở gần nhất



Được lắp ở phía bên hông hoặc ở mặt sau

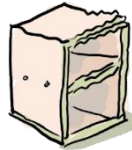
### Máy điều hòa, thiết bị cung cấp nước nóng



- Nếu đã không bật nguồn điện thì có khả năng phục hồi
- Yêu cầu cửa hàng điện máy kiểm tra

### Tủ, kệ

- Tủ gỗ cây hồng hay các đồ nội thất bằng gỗ nguyên khối nếu rửa rồi làm khô thì cũng có khi sử dụng được
- Đồ làm bằng ván ép hay gỗ dán nhiều lớp được tạo thành bằng cách dán ghép nhiều tấm gỗ lại với nhau chắc hẳn không thể sử dụng. Chúng sẽ bị biến dạng, hoặc cho dù có khô đi thì về sau cũng dễ sinh sôi nấm mốc



### Các loại cửa (cửa lùa fusuma, cửa trượt shoji, cửa ra vào)



- Nếu là gỗ nguyên khối thì có thể sử dụng các thanh ngang và khung sau khi rửa và làm khô

### Album, các loại ảnh

- Dù có bị thấm nước cũng không cần phải vứt đi
- Rửa ảnh bằng nước rồi phơi khô
- Trường hợp không thể rửa ngay được thì mở rộng album ra để làm khô
- Những tấm ảnh bị dính chồng lên nhau thì gỡ ra từng tấm một
- Nếu bị dính thì ngâm nước rồi gỡ ra
- Chụp lại ảnh để lưu lại thành dữ liệu cũng là một cách



Phương pháp rửa sạch ảnh Fujifilm (Tiếng Nhật)



### Năng lượng mặt trời (phát điện năng lượng mặt trời)



- Nếu sửa chữa các thiết bị liên quan thì có khả năng sử dụng được

\* Nếu được áp dụng Luật cứu trợ thảm họa thì cũng có nhà sản xuất sửa hộ miễn phí, nên trước tiên hãy thử trao đổi với họ.

### Đồ điện gia dụng

(tủ lạnh, máy giặt, tivi, nồi cơm điện, v.v)



Dù tạm thời chạy được thì cũng có khả năng bị chập điện

- Nếu trót bị ướt thì nhiều trường hợp không thể sử dụng được
- Dù trường hợp hiếm hoi có thể sử dụng được, nhưng về sau cũng có khi sẽ bị hư hỏng

\* Sau khi xảy ra thảm họa do nước gây ra, cũng có khi được miễn phí chi phí xử lý "Hạng mục thuộc đối tượng tái chế đồ điện gia dụng".

### Tiền mặt, sổ tài khoản ngân hàng, v.v

- Tiền mặt bị bẩn có thể được đổi với tiền mới nếu đáp ứng một số điều kiện nhất định
- Vì khi xảy ra thảm họa thì cho dù không có sổ tài khoản ngân hàng hay con dấu, cũng có khi bạn sẽ được hỗ trợ một cách thuận lợi, nên hãy trao đổi với ngân hàng giao dịch hay tổ chức tài chính

### Nếu lưỡng lự thì hãy giữ lại

Để không luyến tiếc về sau với suy nghĩ "Phải chi lúc đó đừng vứt đi mà giữ lại thì tốt biết mấy", những thứ cảm thấy lưỡng lự thì hãy tạm giữ lại.

Vi đã mệt còn đã vội vàng do "Phải dọn dẹp!", nên đã vứt đi...



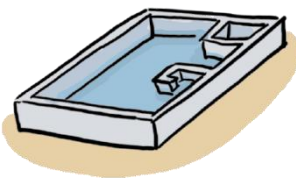
Nhưng việc mua bổ sung cũng vất vả, và có thứ cũng không thể mua được...

# 5

## Kiểm tra dưới sàn nhà và mặt sau tường

- Kiểm tra xem nước và bùn có chảy vào dưới sàn nhà và mặt sau tường không
- Dù nhìn thoáng qua không thấy bị thiệt hại, nhưng cũng có khi nấm mốc đang sinh sôi ở phía sau
- Nhanh chóng lấy ra ngoài vật liệu cách nhiệt bị ướt

Nước và bùn là nguồn gốc của việc phát sinh mùi hôi, nên nếu để nguyên thì cũng có khi phát sinh nấm mốc và gây hại cho sức khỏe. Hãy kiểm tra dưới sàn nhà bằng cách nâng chiếu lên nếu là phòng kiểu Nhật, còn phòng kiểu phương Tây với sàn gỗ hoặc trải thảm thì kiểm tra từ lỗ kiểm tra hoặc lỗ thông hơi của móng nhà. Như thể hiện ở hình bên phải, khi nhìn từ bên ngoài và thấy nước đang rỉ ra từ móng nhà thì có nguy cơ nước đang bị đọng lại.



<Móng bê>

Vì bao bọc bởi bê tông, nên nếu nước chảy vào thì chắc hẳn sẽ không thoát ra được.



Không xong rồi!

Àm thấp, lầy lội



Không có mưa nhưng nước lại đang rỉ ra



Bùn đang đọng lại dưới sàn nhà đang rỉ ra



Tình trạng để nguyên vật liệu cách nhiệt bị ướt ở mặt sau tường



Nấm mốc sinh sôi ở mặt sau tường là tấm thạch cao hoặc gỗ dán nhiều lớp

# 6

## Trao đổi về việc tu sửa nhà ở

- Việc dọn dẹp hay làm vệ sinh đơn thuần cũng có khi có thể nhờ tình nguyện viên giúp
- Trong số các tình nguyện viên hay các NPO hỗ trợ thảm họa, cũng có những người có kinh nghiệm phong phú trong việc xử lý nhà ở bị hư hại do thảm họa gây ra bởi nước
- Việc sửa nhà có thể trao đổi với công ty thi công hoặc nhà thầu xây dựng tại địa phương

Đối với việc dọn dẹp được thực hiện bởi tình nguyện viên, hãy liên hệ đến Hội đồng phúc lợi xã hội ở gần nhất (Trung tâm tình nguyện viên thảm họa).

Việc sửa nhà cũng có khi có thể sử dụng các hỗ trợ từ nhà nước. Hãy hỏi trụ sở chính quyền thành phố, trụ sở hành chính thị trấn/làng xã, hoặc thu thập thông tin đáng tin cậy từ các buổi tư vấn miễn phí của Đoàn luật sư.



Dọn dẹp thực hiện bởi tình nguyện viên



Kiểm tra tiến hành bởi NPO hỗ trợ thảm họa

Nếu sửa chữa toàn bộ thì sẽ tốn số tiền rất lớn...!



Có một phòng tôi chỉ lát sàn và lấy đó làm kho chứa đồ đấy



Không dán giấy dán tường

“Khi xảy ra thảm họa do nước gây ra (phiên bản số tay – chỉ có tiếng Nhật)”

Có cả phiên bản số tay trong đó giải thích chi tiết hơn những nội dung này. Vui lòng liên hệ hỏi trên trang Web ghi bên phải hoặc liên hệ đến văn phòng.

Mạng lưới kết nối hỗ trợ thảm họa động đất toàn quốc (Shintsuna)



〒461-0001  
Tầng 2, Hiệp hội Ngành xây dựng Nagoya, 1-13-34  
Izumi, Higashi-ku, Nagoya-shi, Aichi  
TEL: 052-253-7550 FAX: 052-253-7552  
E-mail: office@shintsuna.org  
WEB: https://shintsuna.org/

\*Tài liệu hướng dẫn này được biên soạn nhờ vào tiền tài trợ của Quỹ Nippon.

Supported by THE NIPPON FOUNDATION

Phiên bản thứ 1 Phát hành: Tháng 3 năm 2017  
Phiên bản thứ 1 sửa đổi Phát hành: Tháng 7 năm 2025  
Việc biên dịch tài liệu đã được thực hiện với sự hỗ trợ của Quỹ “TSUNAGARI” Tokyo Metropolitan.

