

ဘေးအန္တရာယ် ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု စစ်ဆေးစာရင်း

စစ်ဆေးသည့်ရက် : / /

စက်တင်ဘာလ ၁ ရက်နေ့သည် ဂျပန်နိုင်ငံ၏ "ဘေးအန္တရာယ် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရေးဥပဒေ" ဖြစ်သည် / အိကိုးမား နိုင်ငံတကာ
ဖလှယ်ရေးအသင်း (Ikoryu)

အမည် :

အသုံးပြုပုံ ဤစာရင်းဖြင့် အရာရှိတို့ကို တစ်ပြိုင်နက် စစ်ဆေးနိုင်သည်။ - (၁) မိသားစုနှင့် တိုင်ပင်ထားရမည့်အရာများ၊ (၂) ပြင်ဆင်ထားရမည့် ပစ္စည်းများ။
ပြီးစီးပြီးသောအရာများတွင် ☒ ခြစ်ပါ။ မရှိသေးသောအရာများကို ဤအတွင်း စုဆောင်းပါ။
တစ်နှစ်လျှင် တစ်ကြိမ် ပြန်လည်စစ်ဆေးပါ။ မိသားစုဝင်များ၊ အသက်အရွယ်နှင့် ရာသီအလိုက် လိုအပ်သည့်အရာများ ပြောင်းလဲသည်။ တစ်ကြိမ်စစ်ဆေးရုံဖြင့်
စိတ်ချ၍မရပါ။

၁။ မိသားစုအစည်းအဝေးတွင် တိုင်ပင်ထားရမည့်အရာများ

- ☐ ① ဘေးအန္တရာယ်မြေပုံ (hazard map) နှင့် ထိခိုက်မှုခန့်မှန်းချက်မှ မိမိနေထိုင်ရာဒေသ၏ ဘေးအန္တရာယ်အခြေအနေကို စစ်ဆေးပြီးဖြစ်သည်
- ☐ ② ငလျင်ကြီးအတွက် မိမိအိမ်၏ လုံခြုံမှုကို စစ်ဆေးပြီးဖြစ်သည် (အိမ်ထဲတွင် အန္တရာယ်ရှိသောနေရာနှင့် လုံခြုံသောနေရာ)
- ☐ ③ ဘေးလွတ်ရာနေရာနှင့် ကယ်ဆယ်ရေးစခန်းသို့ သွားရာလမ်းကို နေရာညီပါ တကယ်လမ်းလျှောက်ကြည့်ပြီးဖြစ်သည်
- ☐ ④ အိမ်တွင်စုဆောင်းထားသည့် ပစ္စည်းများ (သက်တမ်းကုန်သော အစားအစာ၊ ဆေးရုံမရှိ) နှင့် သိမ်းဆည်းရာနေရာကို စစ်ဆေးပြီးဖြစ်သည်
- ☐ ⑤ အရေးပေါ်သယ်ဆောင်ရန် အိတ်ကို ပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည် (ရာသီနှင့် မိသားစုဝင်အလိုက် ပါဝင်ပစ္စည်း ပြောင်းလဲကြောင်း သတိပြုပါ)
- ☐ ⑥ မီးသတ်ပစ္စည်းများနှင့် ဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်ရေး ကိရိယာများကို ပြင်ဆင်ပြီးဖြစ်သည်
- ☐ ⑦ ဘေးအန္တရာယ်ကျရောက်ချိန် လုပ်ဆောင်ရမည့်အရာကို သဘောတူထားပြီးဖြစ်သည် (သက်ကြီးရွယ်အိုများကို မည်သို့ရွှေ့မည်၊ ဓာတ်ငွေ့ဘုံပိတ်ခြင်း၊
လျှပ်စစ်မီးလတ်ချခြင်း စသည်)
- ☐ ⑧ မိသားစုအချင်းချင်း ဆက်သွယ်မည့်နည်းလမ်းကို သဘောတူထားပြီးဖြစ်သည် (အရေးပေါ်စကားပါးဖုန်း ၁၇၁၊ အရေးပေါ်သတင်းဘုတ်၊ ဆိုရှယ်မီဒီယာ /
ဘေးဒဏ်ခံဒေသနှင့် ဝေးရာတွင်နေသော ဆွေမျိုးအိမ်ကို ဆက်သွယ်ရေးဗဟိုအဖြစ် အသုံးပြုခြင်း)

ကျွန်ုပ်တို့မိသားစု၏ သဘောတူညီချက် (တိုင်ပင်ရရှိသည့် အဖြေကို ရေးပါ)

ဘေးလွတ်ရာနေရာ..... ကယ်ဆယ်ရေးစခန်း.....

မိသားစု စုဆုံမည့်နေရာ..... ဆက်သွယ်မည့်နည်းလမ်း.....

မိသားစုဝင်များ၏ ဖုန်းနံပါတ် / ဝေးရာတွင်နေသောဆွေမျိုး (ဆက်သွယ်ရေးဗဟို).....

အကူအညီလိုအပ်သောမိသားစုဝင် (သက်ကြီးရွယ်အို၊ ကလေး၊ ရောဂါရှိသူ၊ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်) နှင့် ၎င်းတို့ကို ရွှေ့ပြောင်းမည့်နည်း.....

၂။ ဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်ရေး ပစ္စည်းများ

* (၁) ဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်ရေးကိရိယာများသည် "အပြန်အလှန်ကူညီမှု" ဖြစ်ပြီး ရပ်ကွက်အသင်း / စေတနာ့ဝန်ထမ်း ဘေးကာကွယ်ရေးအဖွဲ့က ဒေသတစ်ခုလုံးအတွက်
ပြင်ဆင်သည်။ (၂) အရေးပေါ်သယ်ဆောင်အိတ် နှင့် (၃) အိမ်တွင်စုဆောင်းထားသည့်ပစ္စည်းများသည် "မိမိကိုယ်တိုင် ပြင်ဆင်မှု" ဖြစ်ပြီး မိသားစုတစ်ခုချင်းစီက ပြင်ဆင်ရမည်။
ဦးစွာ အိမ်တွင် (၂) နှင့် (၃) ကို ပြည့်စုံအောင်လုပ်ပါ။ (၁) အတွက် မိမိဒေသရှိ ဘေးကာကွယ်ရေးရုံးဒေါင်းတွင် ဘာများရှိသည်ကို စစ်ဆေးပါ။

(၁) ဘေးအန္တရာယ်ကာကွယ်ရေးကိရိယာ (ရပ်ကွက်အသင်းက ပြင်ဆင်သည်)

ကယ်ဆယ်ရေးနှင့် ရှေးဦးသူနာပြု	☐ သံချောင်း ☐ ဂျက်ခ် ☐ လွှနှင့် အခြားလက်သမားကိရိယာ ☐ ဦးထုပ် ☐ လှေကား ☐ ကြိုး ☐ မီးစက် ☐ မီးမောင်း ☐ ရှေးဦးသူနာပြုပစ္စည်း ☐ လူနာထမ်းစင် ☐ စောင် ☐ တံ ☐ ဘီးတပ်ကုလားထိုင် ☐ ကလေးထမ်းကြိုး
မီးငြိမ်းသတ်ရေး	☐ မီးသတ်ဆေးဘူး ☐ ရေပုံး ☐ သယ်ဆောင်နိုင်သော ရေစုပ်စက် ☐ မီးသတ်ချိတ်ရှည် ☐ ရေဖြန့်ပိုက်
ရွှေ့ပြောင်းရေး လမ်းညွှန်	☐ အသံချစ်စက် ☐ ကြိုး ☐ အလင်းပြင်းမီးအိမ် ☐ ဘီးတပ်ကုလားထိုင် ☐ အလံ
အစားအစာနှင့် ရေ ထောက်ပံ့ရေး	☐ ချက်ပြုတ်ရန်မီးဖို ☐ ဓာတ်ငွေ့မီးဖို ☐ အိုးကြီး ☐ အိုး ☐ လောင်စာ ☐ ရေသန့်စင်စက် ☐ တံ ☐ မီးခြစ် ☐ မီးခြစ်ဆံ ☐ ပလတ်စတစ်အခင်း ☐ ပလတ်စတစ်အိတ် အကြီးအသေး
သတင်း အချက်အလက်	☐ သယ်ဆောင်ရေးဒီယို ☐ အသံလွှင့်စက် ☐ အသံချစ်စက် ☐ ကြေညာဘုတ် ☐ စာရေးကိရိယာ ☐ မှတ်စုစာရွက် ☐ စာရွက်ကြီး ☐ သယ်ဆောင်လျှပ်စစ်ဓာတ်အား
အိမ်ရှင်းလင်းရေး	☐ တံမြက်စည်း ☐ အမှိုက်ခံ ☐ တိပ် ☐ ကတ်ထူပုံးများ

ဒေသ၏ ဘေးအန္တရာယ်ရေးရာဒေါင်း တည်နေရာ..... သော့ကိုင်ဆောင်သူ.....

ဘေးအန္တရာယ် လေ့ကျင့်ခန်းသို့ တက်ရောက်ခဲ့သည်..... ကျွန်ုပ်တို့ဒေသတွင် လိုအပ်နေသည့်အရာ.....

(၂) အရေးပေါ်သယ်ဆောင်အိတ် (ရွှေ့ပြောင်းချိန်တွင် ယူသွားရမည့်ပစ္စည်း)

တန်ဖိုးရှိပစ္စည်း	☐ ငွေသား ☐ ငွေထုတ်ကတ် ☐ ဘဏ်စာအုပ် ☐ တံဆိပ်တုံး (hanko) ☐ ယာဉ်မောင်းလိုင်စင် ☐ ပိုင်ဆိုင်မှုစာချုပ် ☐ ကျန်းမာရေးအာမခံကတ် ☐ My Number ကတ်
အရေးပေါ်အစားအစာ စသည်	☐ အသားဘူး/အစားအစာဘူး ☐ အာဟာရဖြည့်စွက်စာ ☐ ရေသန့်ဘူး ☐ ရေပူး ☐ တစ်ခါသုံးတူ ☐ ပလတ်စတစ်/စက္ကူ ပန်းကန်နှင့်ခွက် ☐ ဘူးဖောက် ☐ ပုလင်းဖောက် ☐ စွယ်စုံစား ☐ အစားအစာထုပ်ဖလင် ☐ နို့စို့ကလေး၊ သက်ကြီးရွယ်အို၊ လူနာအတွက် အစားအစာ
ရေဦးသူနာပြုဆေးဝါး	☐ ပလာစတာ ☐ ဂွမ်းစ ☐ ပတ်တီး ☐ ကြိတ်ပတ်တီး ☐ ပိုးသတ်ဆေး ☐ အစာအိမ်ဆေး ☐ အကိုက်အခဲပျောက်ဆေး ☐ အပူချိန်တိုင်းကိရိယာ ☐ ဖျားနည်းဆေး ☐ မျက်စည်း ☐ ပုံမှန်သောက်နေကျဆေး
နေ့စဉ်သုံးပစ္စည်း	☐ အဝတ်အထည် (အတွင်းခံ၊ အပြင်အင်္ကျီ၊ ခြေအိတ်) ☐ မျက်နှာသုတ်ပဝါ ☐ တစ်ရှူး ☐ အစိုသုတ်တစ်ရှူး ☐ နှာခေါင်းစည်း ☐ လက်အိတ် ☐ မိုးကာ ☐ မီးခြစ် ☐ ပလတ်စတစ်အိတ် ☐ ဈေးခြင်းအိတ် ☐ အမျိုးသမီးသုံးပစ္စည်း ☐ ကလေးသုံးခိုင်ပါ ☐ သယ်ဆောင်အိမ်သာ ☐ ခေါက်သိမ်းရေကန် ☐ ပလတ်စတစ်လက်အိတ် ☐ ရေမလိုခေါင်းလျှော်ရည် ☐ သွားတိုက်ပစ္စည်းစုံ
ကူးစက်ရောဂါကာကွယ်ရေး	☐ နှာခေါင်းစည်း ☐ ဆပ်ပြာ ☐ ပိုးသတ်ဆေးရည် ☐ အပူချိန်တိုင်းကိရိယာ ☐ ပလတ်စတစ်လက်အိတ် ☐ မျက်နှာသုတ်ပဝါ ☐ အိမ်တွင်းစီးဖိနပ် ☐ ပလတ်စတစ်အိတ် (အပြင်ဖိနပ်ထည့်ရန်) ☐ တစ်ရှူး ☐ အစိုသုတ်တစ်ရှူး (ပိုးသတ်)
အခြား	☐ ဘီးတပ်အိတ် ☐ အပြာရောင် တာပေါလင် ☐ သယ်ဆောင်ရေးဒီယို ☐ မိုဘိုင်းဖုန်း ☐ အားသွင်းကိရိယာ (ဓာတ်ခံ၊ နေရောင်ခြည်၊ လက်လှည့်) ☐ ဓာတ်မီး / LED မီးအိမ် ☐ ဓာတ်ခဲ ☐ မျက်မှန် ☐ စာရေးကိရိယာ ☐ မျက်စိဖုံးအဝတ် ☐ အဖိုးတန်အမှတ်တရပစ္စည်း ☐ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်သုံးပစ္စည်း

* သယ်ဆောင်အိတ်ကို ချက်ချင်းယူနိုင်သောနေရာတွင် ထားပါ။ ပါဝင်ပစ္စည်းများသည် ရာသီနှင့် မိသားစုအလိုက် ပြောင်းလဲသည် (ဓန = အပူကာကွယ်ရန်၊ ဆောင်း = အအေးကာကွယ်ရန်)။ တစ်နှစ်လျှင် တစ်ကြိမ် အထဲမှပစ္စည်းများကို လဲလှယ်ပါ။

(၃) အိမ်တွင်စုဆောင်းထားရမည့်ပစ္စည်း (အိမ်တွင်ဆက်နေရန်အတွက်)

အရေးပေါ်အစားအစာ	☐ သောက်ရေ (တစ်ဦးလျှင် တစ်ရက် ၃ လီတာ) ☐ ဘူးသွင်း သို့မဟုတ် ထုပ်ပိုးထားသော ထမင်းနှင့်ဟင်း ☐ အလျင်အမြန်ချက်နိုင်သော အခြောက်ထမင်း ☐ အာဟာရဖြည့်စွက်စာ ☐ အခြောက်လှန်းအစားအစာ ☐ အသင့်စားအစားအစာ ☐ ဆားနယ်ဇီးသီး (umeboshi) ☐ ဟင်းခတ်အမွှေးအကြိုင် ☐ မုန့်များ
လောင်စာ	☐ စားပွဲတင် ဓာတ်ငွေ့မီးဖို ☐ သယ်ဆောင်မီးဖို ☐ အခဲလောင်စာ ☐ ဓာတ်ငွေ့ဘူး
နေ့စဉ်သုံးပစ္စည်း	☐ စောင် ☐ အိပ်အိတ် ☐ မျက်နှာသစ်ပစ္စည်း ☐ ရေမလိုခေါင်းလျှော်ရည် ☐ သွားတိုက်ပစ္စည်းစုံ ☐ အိမ်သာသုံးစက္ကူ ☐ အိုး ☐ ရေဓနွေးအိုး ☐ ပလတ်စတစ်ပူး ☐ ရေပုံး
သုံးရေ	☐ ရေချိုးကန်တွင် ရေသိုလှောင်ထားခြင်း ☐ မိုးရေသိုလှောင်ကန်
အခြား	☐ အစားအစာထုပ်ဖလင် ☐ တစ်ခါသုံး အနွေးဓာတ်ပြား ☐ ပလတ်စတစ်အခင်း ☐ ပလတ်စတစ်အိတ် ☐ သတင်းစာဟောင်း ☐ ဖယောင်းတိုင် ☐ ခွန်အားပြင်းတိပ် ☐ ခရာ ☐ ကြိုး ☐ သံချောင်း ☐ ပေါက်ပြားနှင့် အခြားကိရိယာ ☐ စက်ဘီး ☐ အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်အစာ

မည်မျှသိုလှောင်မည်နှင့် မည်သို့လှည့်ပတ်သုံးမည်

- အနည်းဆုံး "၃ ရက်စာ" သိုလှောင်ပါ။ နန်ကိုင်ချောက်ကြီး ငလျင်ကြီးနှင့် မြို့တော်အောက် ငလျင်အတွက် "၁ ပတ်စာ သို့မဟုတ် ထို့ထက်ပို" ထားရှိရန် သင့်တော်သည်။
- Rolling stock နည်းလမ်း – အရေးပေါ်အစားအစာကို နေ့စဉ်ဘဝတွင် စားပါ။ စားပြီးတိုင်း ပြန်ဝယ်ဖြည့်ပါ။ ဤသို့လုပ်ခြင်းဖြင့် အိမ်တွင် အမြဲတမ်း လတ်ဆတ်သော အရေးပေါ်အစားအစာ ရှိနေမည်။

ယခုစစ်ဆေးမှုတွင် လိုအပ်နေသည့်အရာ / ဤလအတွင်း ဝယ်ရမည့်အရာ

.....

.....

.....

အိုကိုးမား နိုင်ငံတကာ ဖလှယ်ရေးအသင်း (Ikoryu) ဘေးအန္တရာယ် ကြိုတင်ပြင်ဆင်မှု စစ်ဆေးစာရင်း / "ငလျင်နှင့် ဆူနာမီအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း" အခန်း ၄ မိမိကိုယ်တိုင် ကူညီမှု (ဇယား ၁ ကိရိယာ၊ ဇယား ၂ အရေးပေါ်အိတ်၊ ဇယား ၃ အိမ်တွင်းသိုလှောင်မှု) အပေါ်အခြေခံ၍ ပြုစုထားသည်