★ኢንፎርሜሽን

Center for Multilingual Multicultural Education and Research

http://www.tufs.ac.jp/blog/ts/g/cemmer/2011/03/post_172.html

Google Crisis　Response

http://www.google.com/intl/en/crisisresponse/japanquake2011.html#resources

ቶክዮ ኤሌክትሪክ ሃይል (TEPCO) http://www.tepco.co.jp/en/index-e.html

ኤሌክትሪክ የሚጠፋበት ሰዓትና ቦታ ለማወቅ　http://inferno.soutan.net/power/search

NHK　ሬዲዮ

(እንግሊዝኛ)　http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/english/radio/program/index.html

（16ቋንቋ）　http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/english/radio/program/16lang.html

The Japan Times　http://www.japantimes.co.jp/news/quake.html

NPO አገር አቀፍ አማካሪ የተለያየ ባህል አብሮ ለመኖር　http://eqinfojp.net/

መሬት መንቀጥቀጥ ለተፈጠረበት ወቅት አስቸኳይ ማኑአል(ቶክዮ የውጭ ቋንቋዎች ዩኒቨርሲቲ)

http://nip0.wordpress.com/

FM ዋይዋይ（ለተጐዱ ውጭ ዜጐች）　http://www.tcc117.org/fmyy/index.php

★ስለኒኩሊየር ሃይል ማመንጫ ጣቢያ

በ11 ቀን የጃፓን መንግስት መልቀቅ ያለበት ሠፈር የሚለውን አስተካከለ:: ከፉኩሺማ አንደኛ ኒኩሊየር ሃይል ማመንጫ ጣቢያ እንደተለካው ርቀት ከዚህ በታች እንደተጻፈው ባስቸኳይ አደጋ ጊዜ ማድረግ ያለብዎ ነገር ይለያያል::

■ከጣቢያው 20km ውስጥ

የመልቀቅ ትእዛዝ（避難指示 hinan shiji）／ወዲያውኑ መልቀቅ አለብዎ::

■ከጣቢያው 20km እስከ 30km ውስጥ ሆኖ ብዙ radioactive material የሚገኝበት ሠፈር

እንዲለቀቅ የታቀደው ሠፈር（計画的避難区域 keikakuteki hinan kuiki）／ባንድ ወር ውስጥ መልቀቅ እንዲችሉ ያዘጋጁ:: ካንድ ወር በኋላ መልቀቅ ያለብዎ ሠፈሩ ፉኩሺማ-ኬን ጹታኦ-ሙራ፤ ናሚኤ-ማቺ፤ ኢይታቴ-ሙራ፤ የካዋማታ-ማቺ ግማሽ፤ የሚናሚሶውማ-ሺ ግማሽ ናቸው::

■ከላይ ያልተጠቀሰ ሆኖ ከጣቢያው 20km እስከ 30km ውስጥ

ላስቸኳይ ጊዜ የመልቀቅ ዝግጅት የሚደረግበት ሠፈር（緊急時避難準備区域 kinkyuuji hinan jumbi kuiki）／አሁን ወዲያውኑ መልቀቅ ባያስፈልግዎም ባስቸኳይ አደጋ ጊዜ መቼም ወዲያውኑ መልቀቅ እንዲችሉ ያዘጋጁ::

＊ከኒኩሊየር ሃይል ማመንጫ ጣቢያው ምን ያህል ርቀት እንዳለ የሚያሳይ ካርታ

＊ማጣቀሻ መረጃ／ኒሆንኬይዛይ ጋዜጣ

«ከ Radioactive material ራስዎን ለመጠበቅ ቢደረግ የሚገባ ጥንቃቄ» የሚለው ኪዚህ በታች ስለሚገኝ ያንብቡ:: በተረፈ ከማመንጫው ጣቢያ ቢርቁ ይበልጥ የ Radioactive material ተጽእኖ ያንሳል ይባላል:: ባሁን ወቅት «በተለያዩ ካንቶ አካባቢዎች ከተለመደው ብዙ የሆነ ጨረር ታይቶዋል» ተብሎ በዜና እየተነገረ ሲሆን በየትኛውም ቦታ ቢሆን ብዛቱ ጥቂት ስለሆነ ጤና አይጐዳም ተብሎ ይነገራል::

ከ Radioactive material (ጨረር የሚያወጣ ንጥረ ነገር) ራስዎን ለመጠበቅ ቢደረግ የሚገባ ጥንቃቄ (ከዮሚኡሪ ጋዜጣ የተጠቀሰው)

①ጨረርን መከልከል ②ከጨረሩ ምንጭ መራቅ ③በጨረር የሚጋለጡበት ሰዓት ማሳነስ፤ እነዚህ ሶስት ነገሮች ናቸው ወሳኝ የሆኑት::

«ቤት ውስጥ መሆን አለብዎ» ከተባሉ፤ Radioactive material ያለው የውጭ ነፋስ እቤት ውስጥ እንዳይገባ በርንና መስኮትን በደንብ ይዝጉ:: በኤር ኮንዲሽነርና በንፋስ ማራገቢያ እንዳይጠቀሙበት::

ቤትን ለመልቀቅ ወደ ውጭ ሲወጡ፤ Radioactive material ካፍንጫና ካፍ ሰውነት ውስጥ እንዳይገባ ቢያደርጉ ይገባል:: በውሃ በረጠበ ፎጣ አፍንጫዎንና አፍዎን ቢሸፍኑ ጥሩ ነው::

ሌላው ደግሞ ለንፋስ አቅጣጫ ጥንቃቄ ያስፈልጋል:: በተቻለ መጠን ከጨረሩ ምንጭ በሚመጣ ንፋስ እንዳይጋለጡ ይጠንቀቁ::

ከውጭ ቤት ውስጥ ሲገቡም ጥንቃቄ ለማድረግ ያስፈልጋል:: ልብስዎ በ Radioactive material ሊበከል ይችላል:: እቤት ውስጥ የተበከለ ልብስ ሳያስገቡ ከበር ፊት (ውጭ) አውልቀው ወዲያውኑ ፌስታ ውስጥ በማድረግ ይሰሩት:: ሰውነትዎ ደግሞ ወዲያውኑ ሻወር ቢታጠቡ ጥሩ ነው::

ስለ Radioactivity አዲስ መረጃ አንድ ላይ የባለሥልጣን መንግስታዊ ዌብ ሳይት (ጃፓንኛ፤ እንግሊዝኛ፤ ኮሪያኛ፤ ቻይንኛ፤ ፖርቱጊዝኛ፤ ታይኛ፤ ቬትናምኛ፤ ኢንድነይዝያኛ) http://eq.wide.ad.jp/index.html

Center for Multilingual Multicultural Education and Research

http://www.tufs.ac.jp/blog/ts/g/cemmer/2011/03/post_172.html

★ስለውሃ ብክለት

በ3ኛ ወር 23 ቀን ቶክዮ ከተማ የ Radioactive material ተጽእኖ ስላለ «እድሜው 1 ዓመት የማይሞላ ሕጻን ልጅ የቧንቧ ውሃ አይጠጣ» ብሎ ተናገረ:: ነገር ግን የጃፓን ህጻናት ህክምና ማሕበሮች እንደሚሉት ባሁን ወቅት (በ3ኛ ወር 24 ቀን) «የቧንቧ ውሃ ቢጠጣም በጤንነት ላይ ተጽእኖ የማኖር አጋጣሚ በጣም ጥቂት ነው:: ይልቁንም ድርቀት እንዳይኖርበት በደንብ ውሃ መውሰድ አለበት:: » ብለው ያሳስባሉ::

እርግዝ ላይ ያለች እና ልጅን የምታጠባ ሴት ጥንቃቄ ማድረግ ያለባት ነገር

(1) ልጅን በማጥባት የምታሳድጊ ከሆነ የምትበይን ምግብ ምንም ሳትከለክይ ማጥባትን እንድትቀጥይ::

(2) ለዱቄት ወተት በማእድን ውሃ (ሃይላንድ ውሃ) የምትጠቀሚበት ከሆነ አፍለሽ ከቀዘቀዘ በኋላ እንድትጠቀሚበት:: ለምሳሌ ከውጭ የገባ ብዙ ማእድን ያለው ውሃ (hard water) ለህጻናት ሊከብድባቸውም ስለሚችል የቧንቧ ውሃ ይሻላል::

(3) ምግብ (baby food) መብላት የሚችል ህጻን ልጅ ከምግቡም ውሃ መውሰድ ስለሚቻል የዱቄት ወተት ብዛት

ቢቀንስም ችግር የለም::

(4) በዱቄት ወተት ብቻ የምታሳድጊ ከሆነ እና ሌላ ውሃ ማግኘት የማትችይ ከሆነ በቧንቧ ውሃ ተጠቀሚበት::

የጃፓን ሕጻናት ህክምና ማህበር http://www.jpeds.or.jp/tohoku-j.html

★ስለኤሌክትሪክ መጥፋት

የኤልክትሪክ ሃይል እጥረት እንዳለ ስለሚገመት ለተወሰነ ጊዜ በፕሮግራም ኤሌክትሪክ እንዲጠፋ ታቅዷል::
ሆኖም እቅድ ሊለወጥም ስለሚችል ዜና እና የሰፈርዎ ማስተዋቂያ አስተውለው ያዳምጡ::
ሰፈርዎ በየትኛው ግሩፕ እንደሆነ ማዘጋጃ ቤትን ወይም ጎረቤቶችዎን ይጠይቁ::
አጠያየቅ «መብራት እንደሚጠፋ ሰምቼያለሁ:: ሰፈራችን በየትኛው ግሩፕ ነው? መቼ ነው የሚጠፋው?»
ሌላው ደግሞ ብዙም በአሌክትሪክ እንዳይጠቀሙበት እናሳስባለን::

Tokyo-Electric Power (TEPCO) http://www.tepco.co.jp/en/index-e.html
ኤሌክትሪክ የሚጠፋበት ሰዓትና ቦታ ለማወቅ http://inferno.soutan.net/power/search
The Japan Times "Rolling blackouts set for nine prefectures"
http://search.japantimes.co.jp/cgi-bin/nn20110314a2.html

★ስለሚቀጥል መንቀጥቀጥ

ካሁን በኋላም ይንቀጠቀጣል:: ሊወድቅ ወደሚችል ቦታ ወይም ወደሌላ አዳገኛ ቦታ እንዳይቀርቡ::