|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 番号 | 見出し／本文 | ネパール語 |
| 4 | 余震について | पराकम्पहरूको बारेमा |
| 大地震から１か月が経ちましたが、まだまだ余震が続いて不安に思う人も多いと思います。 最初の大きな地震を本震、その後に引き続き起こる地震を余震といいます。  余震の数は時間が経つほど減ってきていますが、今後も時々大きな余震が発生することがあります。また離れた地域でも余震が起きることがあります。  本震や余震によって強い揺れとなった地域では、今後発生する余震によって家屋の倒壊や土砂崩れなど、さらに被害が拡大するおそれがありますので、壊れかけた家や崖などには近づかないようにしてください。 また大きな余震で津波が起こることもありますので、津波警報や津波注意報にも注意してください。 | ठूलो भूकम्प गएको १ महिना भइसक्यो, तर अझै पराकम्पहरू आइरहेकोले चिन्ता मान्नेहरू पनि धेरै हुनुहुन्छ होला।  पहिलाको ठूलो भूकम्पलाई मुख्य कम्पन, त्यसपछि फेरि–फेरि हुने भूकम्पलाई पराकम्प भनिन्छ।  समयसँगै पराकम्पहरू कम हुँदै जान्छन तर यसपछि पनि कहिलेकाहीं ठूलो पराकम्प आउन सक्छ। अनि टाढाका क्षेत्रहरूमा पनि पराकम्पहरू आउन सक्छन्।  मुख्य कम्पन र पराकम्पले गर्दा ठूलो धक्का भएका ठाउँहरूमा यसपछि आउने पराकम्पले घरहरू ढल्न र पहिरो आउन सक्ने जस्ता क्षति बढ्ने खतरा भएकोले भत्किन लागेको घर अथवा भीरको नजिकमा नजानुहोस्।  अनि ठूलो पराकम्पले गर्दा सुनामी आउन सक्छ, त्यसैले सुनामी चेतावनी र सुनामी सावधानीलाई ध्यान दिनुहोस्। |