|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 番号 | 見出し／本文 | ネパール語 |
| 13 | 地震　避難する際の注意点（３）  初期消火への対応 落ち着いて行動を | भूकम्प: सुरक्षित स्थानमा विस्थापित हुँदा ध्यान दिनुपर्ने कुरा (३)  पहिल्यै आगो निभाउने प्रयास गर्नुहोस्, नआत्तिएर कदम चाल्नुहोस् |
| もし身の回りに火の手が上がっている場所があったら、まず自分で消すことができるかどうか落ち着いて判断してください。 もし、火がまだ小さければ、消火器を使うか毛布を風呂の水などでぬらして上からかぶせると、燃え広がるのを防ぐ効果があります。 周りに人がいる場合は、消火器や風呂の水などを使って、一緒に火を消すことができないか声を掛けてみてください。 すでに火が燃え広がり、自分で消すことが難しい場合は、周囲の安全を確認しながら速やかに逃げてください。 周辺を広く見回して、火災が迫ってきていないかよく注意し、火災に巻き込まれないようにしてください。 余震で大きな揺れがあった場合などは、念のため、火災が起きていないかを一緒に避難している人たちで手分けして確認しておくと、より安全です。 | यदि आफ्नो वरिपरि आगो बलेको ठाउँ छ भने पहिला आफैले त्यो निभाउन सकिन्छ कि भनेर नआत्तिकन निर्णय गर्नुहोस्।  यदि आगो अझै सानै छ भने आगो निभाउने उपकरण प्रयोग गर्नु अथवा बाथटबको पानी आदिमा भिजाएको कम्बल त्यसमाथि ओढाउनु आगोलाई फैलिन नदिनको लागि प्रभावकारी हुन्छ।  वरिपरि मान्छेहरू छन् भने आगो निभाउनको लागि आगो निभाउने उपकरण र बाथटबको पानी आदि प्रयोग गरेर आफूसँगै प्रयास गरिदिनुहुन्छ कि भनेर सोध्नुहोस्।  सुरुमै आगो फैलिएको छ अनि आफैले त्यो निभाउन गाह्रो छ भने वरिपरिको सुरक्षालाई ध्यान दिँदै तुरुन्तै भाग्नुहोस्।  राम्रोसँग वरिपरि परसम्म हेरेर कतै आगो आइरहेको छ कि छैन भनेर होसियार हुनुहोस् र आगलागीमा नपर्नुहोस्।  पराकम्पले गर्दा ठूलो धक्का भयो भने आगलागी भएको छ कि छैन भनेर एक पटक त्यो सुरक्षित स्थानमा सँगै आएकाहरूसित निश्चित गर्नुहोस्। त्यसरी सँगै मिलेर अवस्था पक्का गर्दा झनै सुरक्षित हुन्छ। |