

Hãy cẩn thận với các tai nạn trên biển, núi và tai nạn xe đạp!

Mỗi năm, tại Nhật Bản có rất nhiều người gặp tai nạn trên biển, sông, núi...

Nếu hành động mà không có kiến thức và kế hoạch đúng đắn, có thể dẫn đến tai nạn và thậm chí đe dọa tính mạng. Vì vậy, khi vui chơi trên biển, sông, núi... hãy lưu ý những nội dung sau:

◆Hãy cẩn thận với tai nạn dưới nước! ~Những điều cần lưu ý khi vui chơi ở biển và sông~

- Khi không khỏe, không nên bơi.
- Sau khi uống rượu, tuyệt đối không được bơi.
- Khi vui chơi ở biển và sông, nhất định phải mặc áo phao.
- Hãy kiểm tra các biển báo cấm bơi và các khu vực nguy hiểm, không được vui chơi hoặc bơi ở những nơi đó.
- Biển có những nơi đột ngột sâu hoặc nhiệt độ nước giảm, vì vậy hãy cẩn thận.
- Sông có nhiều nơi dòng chảy nhanh hoặc đột ngột sâu, vì vậy hãy cẩn thận.
- Sông ở Nhật Bản có thể đột ngột tăng lượng nước ngay cả khi thời tiết tốt, vì vậy hãy cẩn thận.
- Khi có sấm sét hoặc trời đột ngột tối, lượng nước sông có thể tăng, vì vậy hãy cẩn thận.
- Khi thời tiết xấu, không nên chơi đùa hoặc câu cá ở biển hoặc sông.
- Đáy biển và sông rất trơn trượt, vì vậy hãy cẩn thận.
- Khi câu cá hoặc bắt cá, có nguy cơ rơi xuống vùng nước sâu của biển hoặc sông, vì vậy hãy cẩn thận.

◆Phòng ngừa tai nạn trên núi! ~Những điều cần lưu ý khi leo núi~

- Hãy chọn núi phù hợp với thể lực và tình trạng sức khỏe của mình để leo.
- Hãy lập kế hoạch lộ trình và lịch trình leo núi với thời gian dư dả.
- Hãy thông báo lịch trình leo núi cho gia đình, bạn bè, đồng nghiệp...
- Hãy mang theo thực phẩm, nước uống, điện thoại di động, pin sạc cần thiết cho việc leo núi.
- Hãy chuẩn bị quần áo giữ ấm để đề phòng sự thay đổi của thời tiết và nhiệt độ.
- Hãy cố gắng leo núi cùng nhiều người và hành động cùng những người có kinh nghiệm leo núi.
- Thời tiết trên núi có thể thay đổi đột ngột, vì vậy nếu thời tiết xấu đi, hãy dừng leo núi và quay trở lại.
- Nếu gặp nạn, hãy gọi 110 hoặc 119 từ điện thoại di động để cầu cứu cảnh sát hoặc sở cứu hỏa. Sau khi cầu cứu, đừng di chuyển lung tung.

◆Hãy phòng ngừa tai nạn xe đạp! ~Những điều cần lưu ý khi đi xe đạp~

- Khi đi xe đạp, hãy đội mũ bảo hiểm và đi bên trái đường. Đừng đi song song. Hãy tuân thủ đèn giao thông.
- Không được đi xe đạp sau khi uống rượu. Không được lái xe trong khi nhìn điện thoại thông minh hoặc sử dụng tai nghe. Không được chở hai người.
- Khi trời tối, hãy nhớ bật đèn. Ngoài ra, hãy cẩn thận không đi quá nhanh.
- Khi thời tiết xấu, hãy hạn chế đi xe đạp. Ngoài ra, không được đi xe đạp trong khi cầm ô.
- Hãy đỗ xe đạp ở bãi đỗ xe quy định. Hãy nhớ khóa xe.