

~Dành cho tất cả nhân viên~

Cầm nang bỏ túi về Quản lý phòng cháy



Sở cứu hỏa Tokyo

Mục lục



Lời nói đầu P1
Hãy xác nhận P2



Để ngăn chặn hỏa hoạn P3-4

(Kiểm soát hút thuốc/biện pháp phòng chống phóng hỏa, v.v...)

Chuẩn bị khi xảy ra hỏa hoạn P5-7

(Thiết bị phòng cháy chữa cháy, lối thoát hiểm, huấn luyện phòng cháy chữa cháy tự vệ)

Khi xảy ra hỏa hoạn P8-17

(Phát hiện, thông báo, liên lạc, chữa cháy ban đầu, hướng dẫn sơ tán)



Chuẩn bị khi xảy ra động đất P18-22

(Đề phòng đồ đạc trong nhà đổ ngã/rơi xuống/dịch chuyển, phương pháp xác nhận an toàn)

Khi xảy ra động đất P23-28

(10 điểm lưu ý sau khi xảy ra động đất, biện pháp tránh bị nhốt trong thang máy, các bước ứng phó khi xảy ra động đất, 10 nguyên tắc cần ghi nhớ dành cho người gặp nạn không thể trở về nhà)



Ví dụ thảm họa P29

(Thông báo chậm trễ, hỏa hoạn trong lúc nấu ăn, các hoạt động chữa cháy tự vệ chính xác và phù hợp)

Thông tin liên hệ khi khẩn cấp P30

(Ghi chú thông tin liên hệ của người quản lý phòng cháy, v.v... và để ở nơi có thể lấy ra ngay trong lúc làm việc.)

Lời nói đầu

Để phòng chống nguy cơ xảy ra hỏa hoạn và giảm thiểu thiệt hại gây ra bởi các thảm họa như động đất, v.v..., tất cả mọi người cần phải thường xuyên chuẩn bị và nhanh chóng hành động khi hỏa hoạn xảy ra.

Hãy kiểm tra ☒ đối với các mục trong cuốn cẩm nang này để nắm rõ vai trò của bản thân và chuẩn bị đề cho những lúc xảy ra thảm họa khẩn cấp.





Hãy xác nhận



Hãy xác nhận

1. Nhiệm vụ của bạn trong Đội cứu hỏa tự vệ là gì? _____

2. Bạn có nắm được tổng quan tòa nhà không?

Tên _____

Địa chỉ _____

TEL _____

Các đối tượng gần đó

Thiết bị phòng cháy chữa cháy,

v.v... _____

Để ngăn chặn hỏa hoạn



Hỏa hoạn

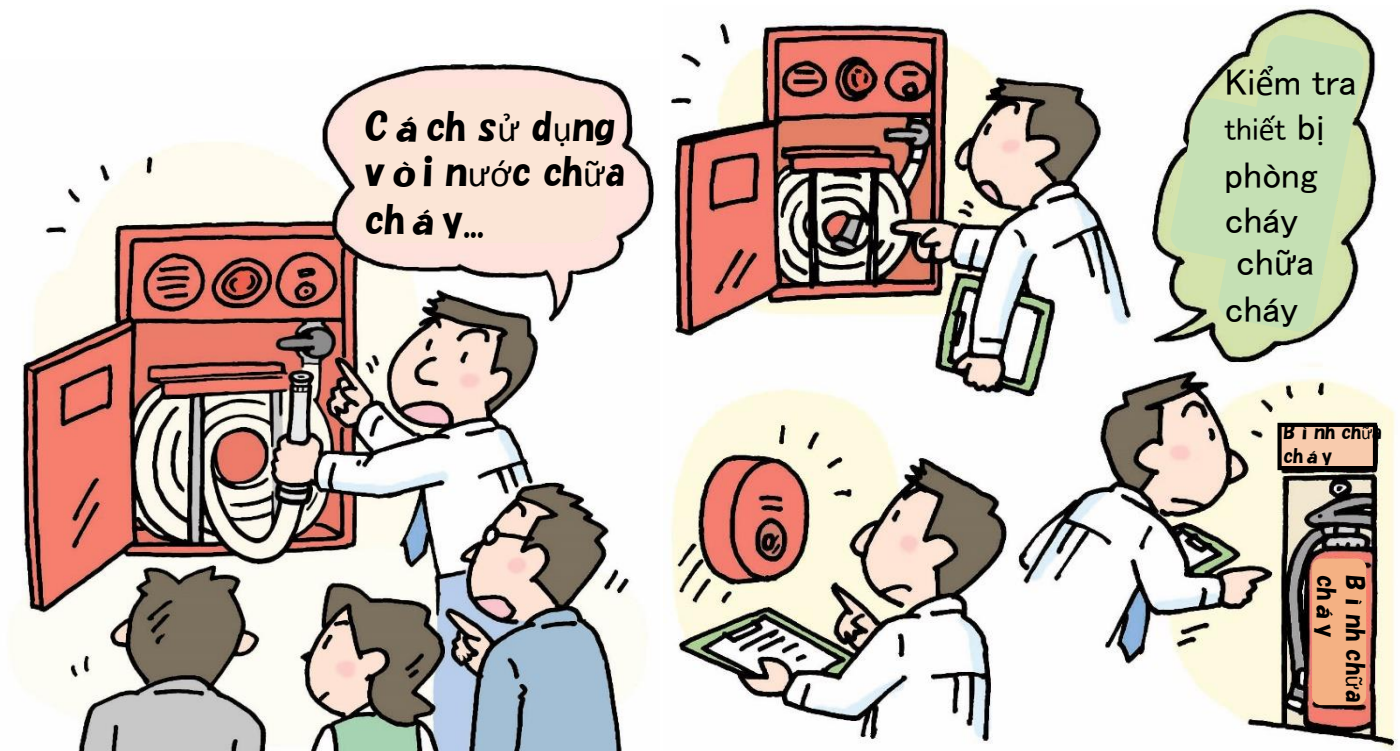
- ☐ Hút thuốc ở nơi có gạt tàn.
- ☐ Cần nhúng tàn thuốc vào nước trước khi vứt đi.
- ☐ Không để ổ cắm điện bị quá tải.
- ☐ Không rời khỏi nơi đã được bật lửa.



- ☐ Thu dọn và sắp xếp gọn gàng các vật dụng của khu vực xung quanh tòa nhà.
- ☐ Không đặt những vật dễ bắt lửa.
- ☐ Khi thực hiện công trình có sử dụng hàn điện, v.v..., cần loại bỏ các vật dễ cháy ở xung quanh và chuẩn bị bình chữa cháy, v.v..., sau đó tiến hành công việc dưới sự chỉ thị, giám sát của người quản lý phòng cháy và người chịu trách nhiệm phòng cháy.

Chuẩn bị khi xảy ra hỏa hoạn

Thiết bị phòng cháy chữa cháy, v.v...



Hỏa hoạn

- ☐ Xác nhận vị trí và cách sử dụng thiết bị phòng cháy chữa cháy, v.v...
- ☐ Nếu phát hiện bất thường ở thiết bị phòng cháy chữa cháy, v.v..., hãy liên hệ với người quản lý phòng cháy.

Lối thoát hiểm

Hỏa hoạn



- ☐ Không để đồ đạc ở cầu thang và hành lang.
- ☐ Không để đồ đạc gây cản trở hoạt động của cửa chống cháy và cửa chớp chống cháy.
- ☐ Không để đồ đạc gây cản trở thao tác dụng cụ thoát hiểm.

Huấn luyện phòng cháy
chữa cháy tự vệ



Hỏa hoạn

- ☐ Xác nhận nhiệm vụ của bản thân và tổ chức Đội cứu hỏa tự vệ.
- ☐ Huấn luyện để không chỉ thực hiện nhiệm vụ của bản thân, mà còn có thể thực hiện tất cả các hành động “Thông báo, chữa cháy ban đầu, hướng dẫn sơ tán”.

Khi xảy ra hỏa hoạn

Khi phát hiện hỏa hoạn



- ☐ Thông báo thật lớn cho mọi người xung quanh.
- ☐ Hành động theo chỉ thị của Đội trưởng Đội cứu hỏa tự vệ, hoặc hành động theo nhiệm vụ được giao.

Thông báo, liên lạc

Thông
báo



- ☐ Thông báo đến số **119** → **P.10**
 - Địa chỉ ▪ Tên ▪ Số tầng
 - Vật gì đang cháy?
 - Thông tin về những người đã thoát khỏi, v.v...

- ☐ Liên hệ Trung tâm phòng chống thảm họa

- ☐ Phát thanh trong
tòa nhà

Trường hợp không có Trung tâm phòng chống thiên tai, hãy thông báo hỏa hoạn cho mọi người trong tòa nhà và những người thuê khác, v.v...

Hỏa hoạn

【Các mẫu câu khi phát thanh】

“Thiết bị báo cháy tự động ở tầng ____ vừa hoạt động. Chúng tôi hiện đang kiểm tra, mọi người vui lòng chú ý lần phát thanh tiếp theo.”

“Tầng ____ vừa xảy ra hỏa hoạn. Mọi người hãy bình tĩnh và sơ tán theo chỉ thị của người phụ trách. Vui lòng không sử dụng thang máy.”

*Hãy đặt các mẫu câu này ở nơi có thiết bị phát thanh.

Hướng dẫn khi thông báo đến số 119

- ☐ Hãy chuẩn bị sẵn giấy ghi chú có ghi “Địa chỉ, tên, đối tượng, số điện thoại” ở cạnh điện thoại.
- ☐ Bình tĩnh và nói rõ địa chỉ, tên và tình hình sự việc.

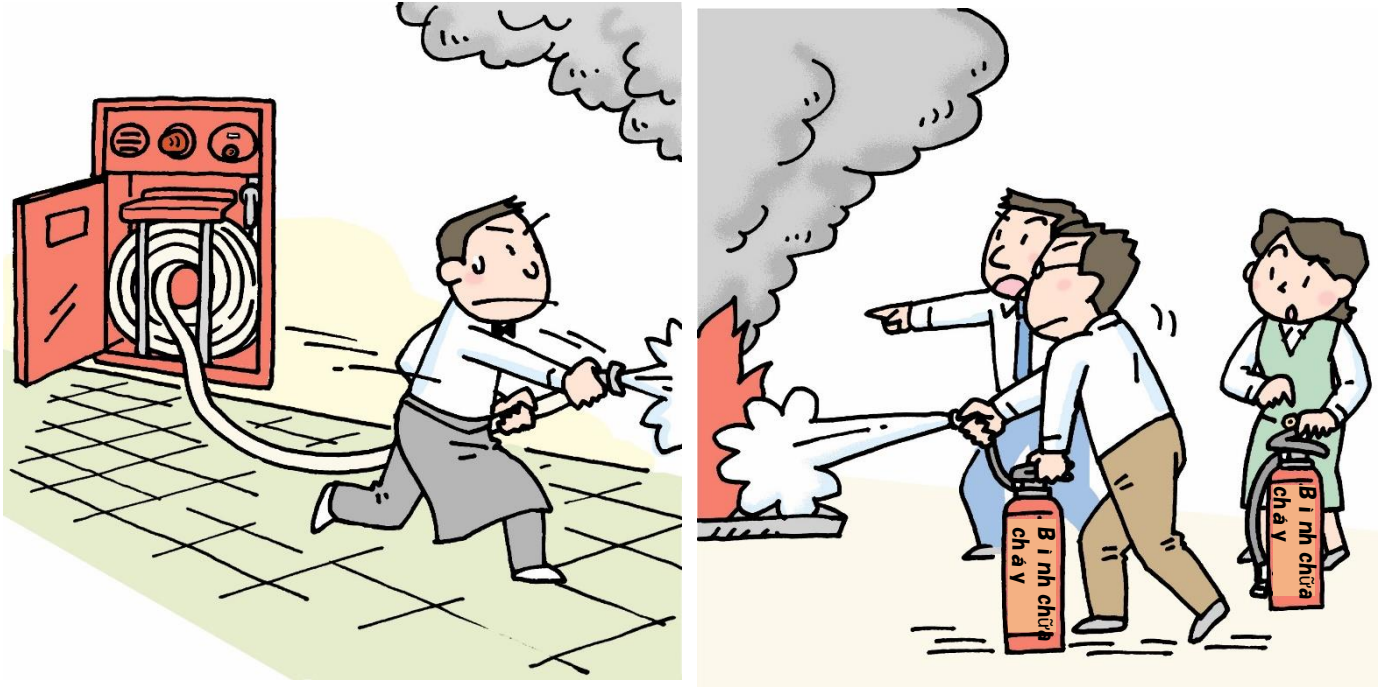


【Hướng dẫn khi thông báo trong trường hợp hỏa hoạn】

Sở cứu hỏa Tokyo	Người thông báo
Đây là sở cứu hỏa, bạn cần thông báo về hỏa hoạn, hay cấp cứu?	Hỏa hoạn ạ.
Vui lòng cho chúng tôi biết địa chỉ mà xe cấp cứu (cứu hỏa) sẽ tới.	Số Đường Phường Quận Thành phố *Hãy ghi chú địa chỉ văn phòng và tên tòa nhà của công ty làm việc.
Xin hỏi vật gì đang cháy ạ?	(Ví dụ) Thùng rác trong văn phòng ở tầng 3 đang cháy. Phòng bếp của nhà hàng ở tầng 2 đang cháy. Ổ cắm của cửa hàng ở tầng 1 đang cháy. *Trình bày cụ thể vật gì cháy, cháy ở đâu.

*Hãy để các mẫu câu này ở nơi có bố trí điện thoại.

Chữa cháy ban đầu



Hỏa hoạn

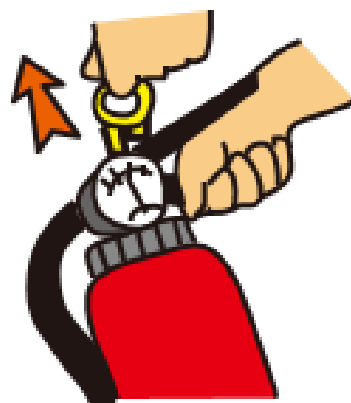
- ☐ Mang bình chữa cháy gần nhất đến nơi phát cháy. → P.12
- ☐ Trường hợp không thể chữa cháy bằng bình chữa cháy, hãy sử dụng cuộn vòi chữa cháy. → P.13~P.14
- ☐ Nếu cảm thấy nguy hiểm do đám cháy đang lan rộng, v.v..., không nên cố sức chữa cháy mà hãy sơ tán ngay.

Hướng dẫn sử dụng bình chữa cháy

Bình chữa cháy chủ yếu bao gồm loại bình chữa cháy dạng bột và bình chữa cháy hóa chất ướt.



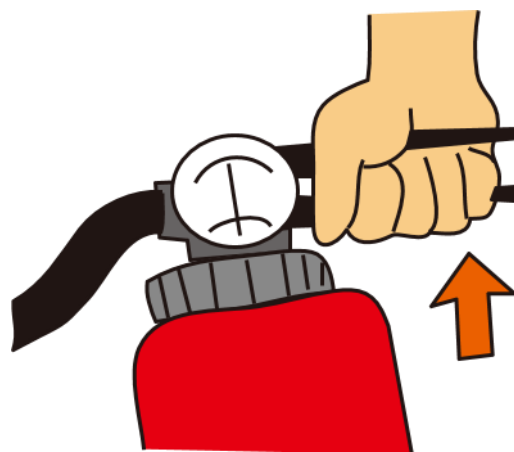
① Di chuyển đến nguồn lửa.



② Giật chốt an toàn.



③ Hướng vòi chữa cháy vào điểm cháy.



④ Nắm chặt cần gạt.



⑤ Phun trực tiếp vào vật đang cháy.

Hướng dẫn thao tác sử dụng cuộn vòi chữa cháy①

(Loại đường ống được cuộn lại khi cất giữ)

***Thực hiện bởi 2-3 người.**

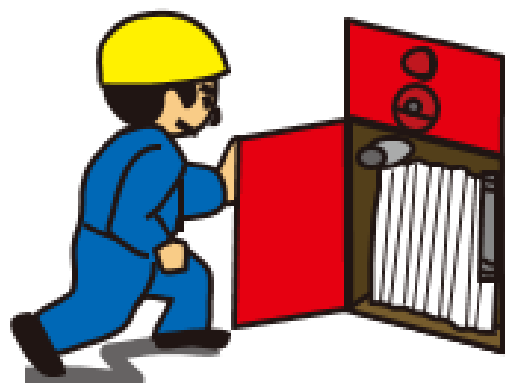


- ① Chọn cuộn vòi chữa cháy sẽ sử dụng.



- ② Nhấn nút kích hoạt.

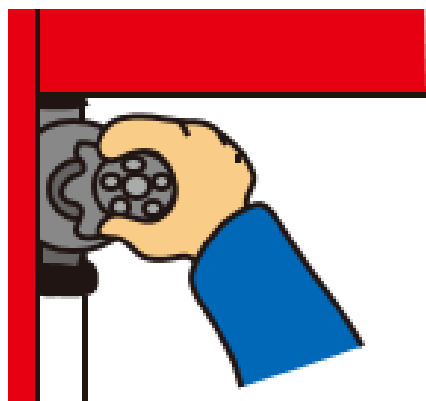
(Cũng có loại có nút kích hoạt nằm bên trong tủ đựng cuộn vòi chữa cháy.)



- ③ Mở cửa tủ đựng cuộn vòi chữa cháy.



- ④ Kéo dài ống dẫn.



- ⑤ Mở van đóng mở.



- ⑥ Phun nước.

Hướng dẫn thao tác sử dụng cuộn vòi chữa cháy^②

(Loại có van đóng mở ở đầu phun, và có thể dễ dàng kéo dài ống dẫn)

*Đây là ký hiệu có thể thực hiện bởi 1 người. →



- ① Chọn cuộn vòi chữa cháy sẽ sử dụng, sau đó mở cửa tủ đựng cuộn vòi chữa cháy.



- ② Lấy đầu phun ra.



- ③ Mở van đóng mở cuộn vòi chữa cháy.

(Cũng có trường hợp không thực hiện thao tác này.)



- ④ Kéo dài ống dẫn.



- ⑤ Mở van đóng mở đầu phun.



- ⑥ Phun nước.

Các mục cần lưu ý khi chữa cháy ban đầu

Mỗi vụ hỏa hoạn đều có đặc điểm riêng, tùy theo nơi và vật bị cháy. Phạm vi mục tiêu có thể thực hiện chữa cháy đối với bình chữa cháy là đến khi lửa lan đến trần nhà, và đối với cuộn vòi chữa cháy là đến khi nhận thấy mức độ nguy hiểm trở nên nghiêm trọng hơn bởi ảnh hưởng của nhiệt và khói.

- ☐ Đối với bình chữa cháy dạng bột, hãy tiếp tục chữa cháy bằng nước ngay sau khi lửa đã được dập tắt.
- ☐ Tiếp cận nguồn lửa, cúi thấp người, và phun bình chữa cháy vào vật thể đang cháy ở phạm vi an toàn*.

*Khoảng cách phun của bình chữa cháy loại thông thường là 3~5 m

- ☐ Đối với việc phun nước bằng cuộn vòi chữa cháy, vì lượng nước phun ra rất nhiều nên cần chú ý đến thiệt hại do nước gây ra.
- ☐ Để dừng bơm nước cho cuộn vòi chữa cháy, hãy trả nút kích hoạt về trạng thái ban đầu và nhấn nút dừng trên bảng điều khiển bơm*.

*Được bố trí ở phòng thiết bị máy móc, v.v...

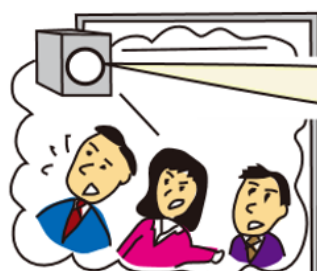
- ☐ Phải đảm bảo đường rút lui, nếu tình hình đám cháy vượt quá phạm vi có thể chữa cháy, không cần cố sức chữa cháy mà phải sơ tán ngay.

Hướng dẫn sơ tán



- ☐ Sử dụng loa cầm tay và loa phóng thanh để chỉ dẫn hướng sơ tán thật rõ ràng.
- ☐ Cần nắm rõ nhiều tuyến đường sơ tán, xem xét tình hình cháy và khói để lựa chọn tuyến đường sơ tán an toàn.
- ☐ Ưu tiên sử dụng cầu thang thoát hiểm đặc biệt, v.v... và biện pháp cuối cùng sẽ là thang dây thoát hiểm, v.v...
- ☐ Không được sử dụng thang máy.

Sơ lược về Hướng dẫn sơ tán

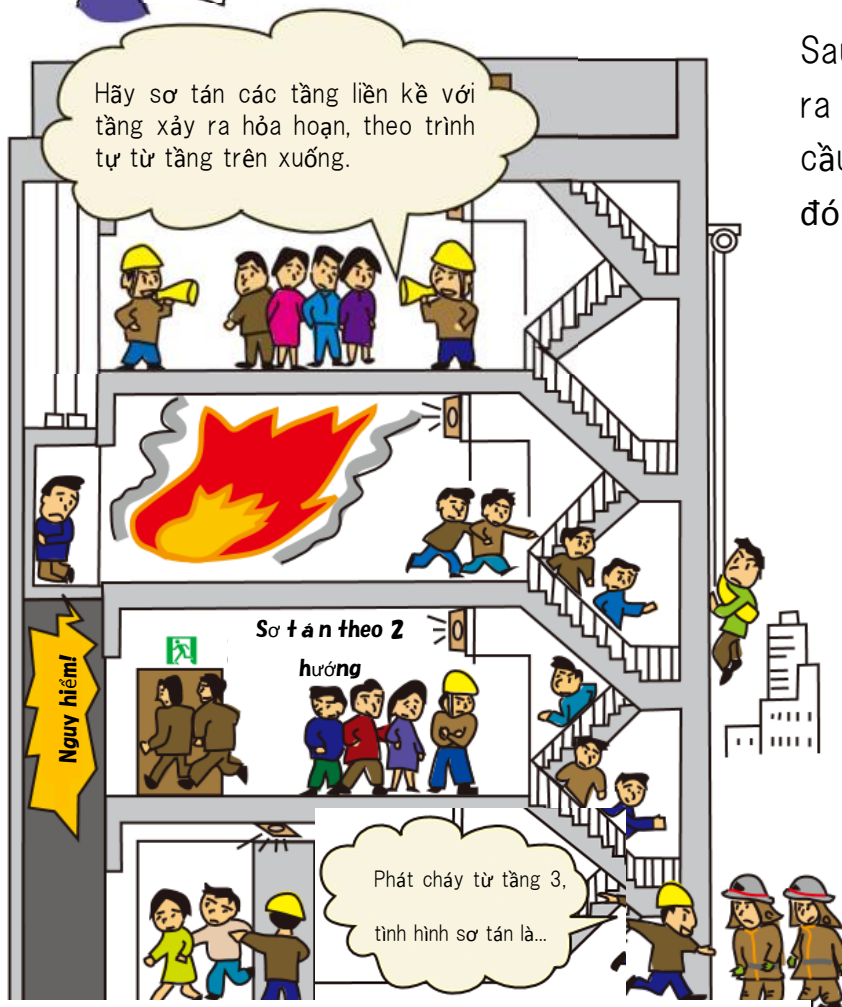


Tầng 3 vừa xảy ra hỏa hoạn.
Mọi người hãy bình tĩnh và sơ tán theo chỉ thị của người phụ trách.
Vui lòng không sử dụng thang máy.



Sử dụng thiết bị phát thanh khẩn cấp để thông báo tình hình thảm họa và hướng dẫn sơ tán trong tòa nhà.

Hãy sơ tán các tầng liền kề với tầng xảy ra hỏa hoạn, theo trình tự từ tầng trên xuống.



Sau khi tất cả mọi người ở tầng xảy ra hỏa hoạn được sơ tán đến phòng cầu thang dành cho nhân viên, hãy đóng cửa chống cháy lại.



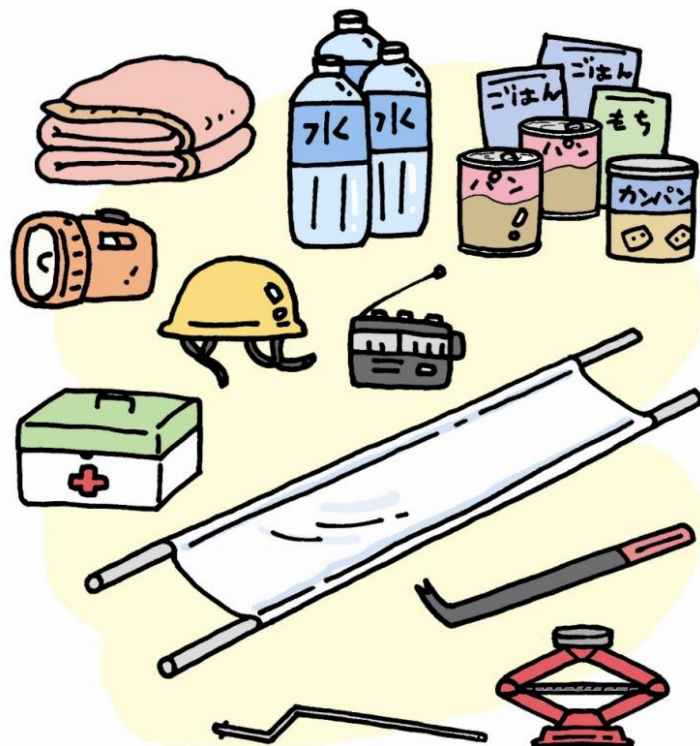
Chỉ được dùng dụng cụ thoát hiểm trong trường hợp không thể sử dụng cầu thang.

Bố trí người phụ trách đến các góc và cửa ra vào của lối thoát hiểm để hướng dẫn.

Bố trí người phụ trách đứng phía trước cầu thang và cửa thoát hiểm, đồng thời sử dụng loa phóng thanh, v.v... để hướng dẫn.

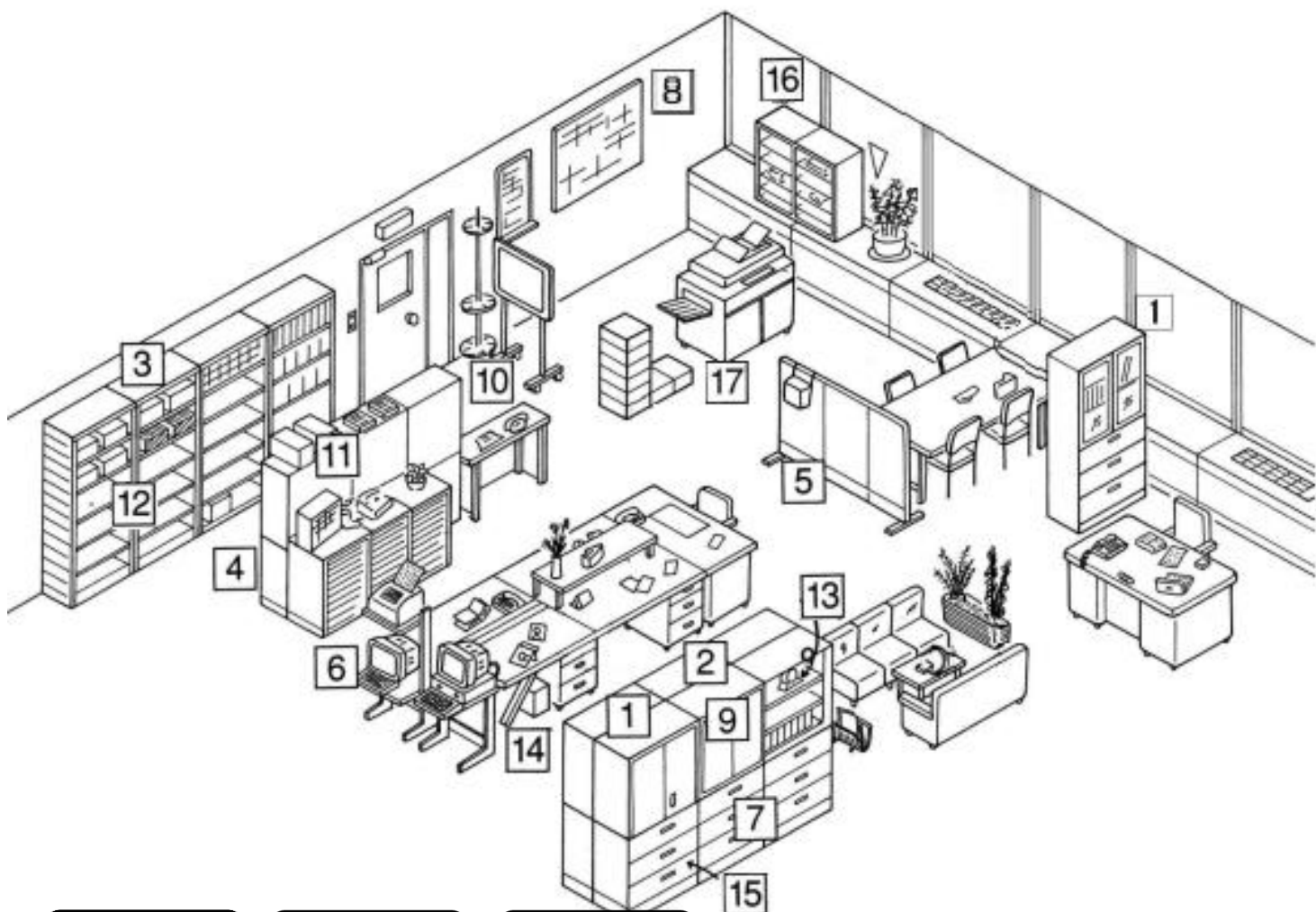


Chuẩn bị khi xảy ra động đất



- ☐ Cố định đồ nội thất văn phòng như tủ chứa đồ, v.v...
- ☐ Xác nhận nơi cất giữ, cách sử dụng đồ dự phòng và dụng cụ cứu hộ.

Danh sách kiểm tra các biện pháp đề phòng đồ nội thất đổ ngã/ rơi xuống/ dịch chuyển



Động đất



*Ví dụ minh họa cách làm không chính xác



Sử dụng bảng kiểm tra để đánh giá và cải thiện các biện pháp đề phòng đồ nội thất văn phòng đổ ngã/ rơi xuống/ dịch chuyển.

Mục		 Kiểm tra
1	Không đặt đồ nội thất có chiều cao tới vai ở nơi không điểm tựa.	
2	Dán chặt mặt sau của đồ nội thất dễ ngã đổ.	
3	Các kệ, tủ kê ở bề mặt tường phải được cố định với tường và sàn nhà.	
4	Dán dính chặt đồ nội thất có 2 tầng ở cả hai phía trên, dưới.	
5	Cố định các vách ngăn văn phòng với sàn nhà và sắp xếp theo bố cục "kiểu chữ 𠂇", "kiểu H" để tránh ngã đổ.	
6	Đề phòng các thiết bị tự động hóa văn phòng (thiết bị OA – Office Automation) rơi xuống.	
7	Thực hiện các biện pháp đề phòng cửa bị kéo và mở ra.	
8	Cố định đồng hồ, khung hình, bảng thông báo, v.v... để tránh rơi xuống.	
9	Dán phim bảo vệ chống vỡ cho cửa kính.	
10	Không có các đồ vật dễ ngã đổ ở lối thoát hiểm.	

11	Không đặt đồ đạc trên nóc đồ nội thất.	
12	Đồ cất giữ trên kệ bị nhô ra và có độ cân bằng kém.	
13	Không có vật chứa nguy hiểm (thuốc, vật dễ cháy, v.v...).	
14	Không để đồ đạc dưới bàn.	
15	Đảm bảo đóng cửa sau khi kéo ra.	
16	Không để các đồ vật dễ rơi ngã ở phía trước cửa sổ bằng kính.	
17	Thực hiện biện pháp đề phòng máy photocopy bị lật ngã và dịch chuyển theo cách thích hợp.	

Đảm bảo thực hiện các phương pháp xác nhận an toàn

Thông tin quan trọng nhất vào thời điểm xảy ra động đất chính là thông tin về sự an toàn của gia đình. Hãy chọn trước một số phương pháp xác nhận an toàn sau đây để kham khảo.



- ☐ Quay số để lại lời nhắn khi xảy ra thảm họa (**171**)
- ☐ Dịch vụ lời nhắn khi xảy ra thảm họa
- ☐ SNS (**Twitter** và **Facebook**)
- ☐ Công cụ tìm kiếm người thân của **Google** (**Google person finder**)
- ☐ **J—anpi** (Trang tổng hợp và tra cứu về thông tin an toàn)
- ☐ Khác ()

Khi xảy ra động đất



- ☐ Đảm bảo sự an toàn của bản thân.
- ☐ Ngắt công tắc của bếp gas, v.v... và dập tắt lửa.
- ☐ Đừng vội vàng chạy ra ngoài.
- ☐ Hành động theo chỉ thị của Đội trưởng Đội cứu hỏa tự vệ, hoặc hành động theo nhiệm vụ được giao.

Động đất

10 điều cần lưu ý khi xảy ra động đất

Hành động khi xảy ra động đất

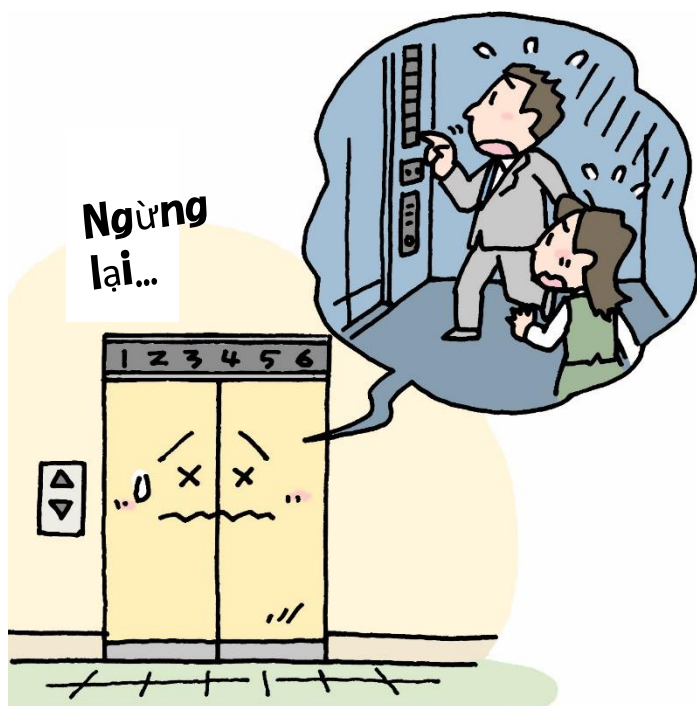
Hành động ngay sau khi xảy ra động đất

Hành động sau khi xảy ra động đất

1	Động đất rồi! Trước hết phải đảm bảo an toàn của bản thân
2	Bình tĩnh Xác nhận nguồn lửa Chữa cháy ban đầu
3	Hành động gấp rút Nguyên nhân gây thương tích
4	Mở cửa sổ và cửa ra vào Đảm bảo lối ra
5	Không đến gần cổng và tường
6	Hỏa hoạn và sóng thần Sơ tán an toàn
7	Thông tin chính xác Hành động đúng đắn
8	Kiểm tra lẫn nhau Sự an toàn của gia đình Sự an toàn của người bên cạnh
9	Hợp tác và cùng nhau cứu hộ, cứu nạn
10	Xác nhận an toàn trước khi sơ tán Điện/Gas



Biện pháp tránh bị nhốt trong thang máy



- ☐ Không được sử dụng thang máy vào lúc sơ tán khi xảy ra động đất (hỏa hoạn).
- ☐ Nếu cảm thấy có động đất khi đang dùng thang máy, hãy nhấn tất cả các nút, và thoát ra ở tầng mà thang dừng lại để lánh nạn.
- ☐ Nếu bị nhốt trong thang máy, hãy liên lạc với bên ngoài bằng điện thoại nội bộ, và bình tĩnh chờ đợi sự giải cứu.

Các bước ứng phó khi xảy ra động đất

Xảy ra động đất

Bảo vệ cơ thể
(Giảm thiểu thiệt hại do cơn rung lắc gây ra)

Hoạt động chữa cháy tự vệ
(Chữa cháy ban đầu, giải cứu người bị thương, v.v...)

- Lo sợ tòa nhà bị sập
- Các thiệt hại xung quanh tòa nhà

Có

**Sơ tán đến nơi
lánh nạn**

Không

**Chờ đợi trong
tòa nhà**

**Chờ đợi đến khi phương tiện giao thông
được khôi phục**

Thông thường là khoảng 3 ngày kể từ khi xảy ra sự cố
(Biện pháp ứng phó dành cho người gặp nạn không thể trở về nhà)

**Sau khi phương tiện giao thông được khôi
phục, phải nghỉ làm việc do chênh lệch giờ
(trở về nhà)**

**Để tôi
giúp
nào**

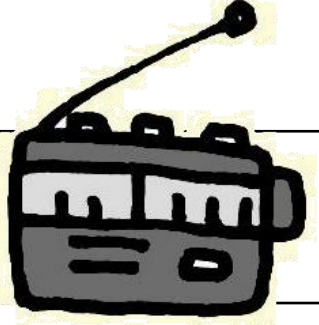
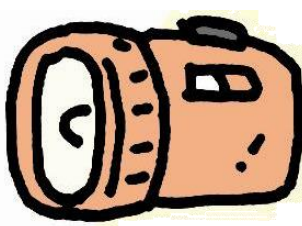
**Phải
là m sao
đây...**

Biện pháp ứng phó dành cho người gặp nạn không thể trở về nhà



- ☐ Thu thập thông tin về tình hình vận hành của phương tiện giao thông qua tivi, radio và internet, v.v...
- ☐ Tránh dồn dập kéo đến các phương tiện giao thông như khi nghỉ việc do chênh lệch giờ theo kế hoạch công ty đưa ra, v.v...
- ☐ Vui lòng tham khảo trang tiếp theo để chuẩn bị cho việc đi bộ về nhà.

10 nguyên tắc dành cho người gặp nạn không thể trở về nhà

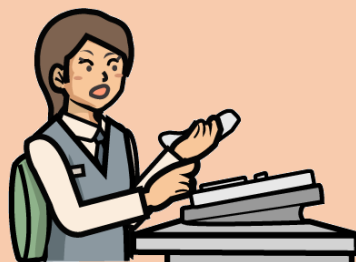
1	Không vội vàng và gây mất trật tự, hãy kiểm tra tình hình	
2	Mang theo radio di động trong túi áo	
3	Chuẩn bị sẵn bản đồ về nhà	
4	Mở tủ đựng đồ và chọn mang giày thể thao (Các sản phẩm chống cháy)	
5	Trữ chocolate và caramel trong hộp bàn (Thức ăn đơn giản)	
6	Thảo luận trước với gia đình (Cách liên lạc, nơi tập hợp)	
7	Xác nhận an toàn (quay số để lại lời nhắn khi xảy ra thảm họa), thư thoại và họ hàng ở xa	
8	Tập luyện đi bộ về nhà	
9	Chuẩn bị vật dụng làm mát hoặc giữ ấm tùy theo mùa (Máy sưởi tay di động, khăn lau, v.v...)	
10	Hãy kêu gọi và hỗ trợ lẫn nhau	

Ví dụ thảm họa

① Trường hợp thông báo chậm trễ

Nhân viên ngửi thấy mùi khét ở dưới bàn, khi kiểm tra thì thấy dây điện của ổ cắm điện bị cháy, nhưng vì lửa đã được dập tắt hoàn toàn nên nhân viên này không cho rằng đó là sự cố hỏa hoạn và không thực hiện thông báo. Sáng hôm sau, người quản lý phòng cháy phát hiện và thông báo đến Sở cứu hỏa.

Ngay cả khi lửa đã được dập tắt vẫn có thể gây ra hỏa hoạn!



② Trường hợp hỏa hoạn do rời mắt khi



Nhân viên làm việc bán thời gian đã bật lửa để nấu nồi thức ăn trong bếp, tuy nhiên sau đó nhân viên này đã rời khỏi bếp để bắt điện thoại, khi quay lại thì lửa từ nồi đã bốc lên. Ngoài ra, vì vội vàng phun nước vào nên người nhân viên đó đã bị bỏng.

- **Đừng rời khỏi bếp khi đang nấu ăn.**
- **Chữa cháy bằng phương pháp chính xác và phù hợp.**

③ Trường hợp thực hiện thành công hoạt động chữa cháy tự vệ

Nhân viên cửa hàng phát hiện có khói bốc ra từ kệ sản phẩm ở khu vực bán hàng, nên đã **thông báo** cho các nhân viên khác về vụ hỏa hoạn bằng thiết bị vô tuyến.

Sau khi nghe thông báo trên thiết bị vô tuyến, các nhân viên đã thực hiện tuân thủ các công việc như **thông báo đến số 119**, **chữa cháy ban đầu** bằng bình chữa cháy, và **hướng dẫn sơ tán** cho khoảng 100 vị khách, nhờ vậy nên thiệt hại đã được hạn chế ở mức tối thiểu.





Thông tin liên hệ khi khẩn cấp



Tổng quản lý phòng cháy

Họ tên :

TEL :

Người quản lý phòng cháy

Họ tên :

TEL :

Chuyên viên kỹ thuật về Quản lý phòng cháy

Họ tên :

TEL :

Đội trưởng Đội cứu hỏa tự vệ

Họ tên :

TEL :

Đại diện Đội trưởng Đội cứu hỏa tự vệ

Họ tên :

TEL :

Trung tâm phòng chống thảm họa

Vị trí :

TEL :

Sở cứu hỏa có thẩm quyền

(Thông báo đến số **119** trong trường hợp khẩn cấp như hỏa hoạn, v.v...)

Sở cứu hỏa

TEL :