

Hãy truy cập trang web nữa nhé!



Trang web "Dự án An toàn Trẻ em Tokyo"

Trang web này cung cấp thông tin về tất cả các chương trình phòng tránh tai nạn của Chính quyền Thủ đô Tokyo.



Dấu liên kết

Nếu bạn nhấp vào phần có dấu liên kết, bạn có thể tìm hiểu về các biện pháp phòng tránh tai nạn của chính quyền thủ đô Tokyo.



Trang 10 đến 16
Đáp án câu đố

- | | | | | | | | | | |
|----------|---|----------|---|----------|---|----------|---|----------------|---|
| Câu đố 1 | 1 | Câu đố 2 | 1 | Câu đố 3 | 1 | Câu đố 4 | 2 | Câu đố 5 | 1 |
| Câu đố 6 | 2 | Câu đố 7 | 2 | Câu đố 8 | 2 | Câu đố 9 | 2 | một câu đố nữa | 2 |

Bạn hiểu chưa?



Các thành viên Ủy ban biên tập đã hỗ trợ tạo ra cuốn sổ tay này.

Với sự hỗ trợ

Các thành viên của Ủy ban biên tập "Sổ tay phòng tránh tai nạn cho trẻ em" (bỏ qua chức danh)

Nhà nghiên cứu chính, Viện nghiên cứu Công nghệ và Công nghiệp Quốc gia

Mikiko Ohno

Giám đốc điều hành (CEO), công ty SPACE

Rie Fukumoto

Giáo sư/Trợ lý Hiệu trưởng Đại học Quốc gia Đại học Tokyo Gakugei

Shinichi Komori

Trưởng dự án "Tiếng Nhật dễ hiểu", công ty DANK

Junichiro Mori

Chủ tịch Art&Arts LLC Tác giả "Kodomo Roppo"

Soichiro Yamasaki

Cuốn sổ này được tạo ra cùng với các em học sinh Trường Tiểu học Hananoki Quận Katsushika, Pasona Foster Inc., Miracle Kids Gakugeidai và Trường Tiểu học Fujimi Thành phố Higashimurayama.

Cảm ơn
tất cả các bạn



Xuất bản tháng 3 năm 2024

Biên tập và xuất bản/Văn phòng Điều phối Chính sách Trẻ em Chính quyền Thủ đô Tokyo Phòng Kế hoạch và Điều phối Phòng Kế hoạch và Điều phối
163-8001 2-8-1 Nishi-Shinjuku, Shinjuku-ku, Tokyo
Điện thoại: +81 3 5388 3812

*Thông tin được cập nhật đến tháng 2 năm 2024.

*Tất cả các hình minh họa chi mang tính chất minh họa

*Việc sao chép, tái bản, sao chụp hoặc sử dụng trái phép các hình ảnh và sơ đồ trong sách này bị nghiêm cấm, trừ các trường hợp ngoại lệ theo luật bản quyền.

\ Sổ tay phòng tránh tai nạn trẻ em /

Hỏi KAERU những điều có thể thay đổi

Giai đoạn

1



Bước 1 chủ yếu dành cho học sinh cấp thấp trường tiểu học, (từ lớp 1 đến lớp 3) học về các ví dụ khác nhau của phòng tránh tai nạn.

Thường xuyên xảy ra tai nạn ở nhà hay ở trường.

Đôi khi đó là một chấn thương nhỏ, đôi khi lại là một thương tích nghiêm trọng.

Cho dù bạn có cẩn thận, vẫn có khả năng bị thương. Bạn không mong muốn như thế phải không?



Giáo sư KAERU

Tôi muốn "thay đổi" môi trường và hành vi trẻ em để giảm số vụ tai nạn mà chúng gặp phải.

* Từ "KAERU" nghĩa là "ếch" hay "sự thay đổi" trong tiếng Nhật.



Tại Tokyo*, khoảng 10 trẻ em từ 5 đến 9 tuổi được vận chuyển bằng xe cứu thương mỗi ngày.
*Tại Sở cứu hỏa Tokyo



Hãy nghĩ về những tai nạn xảy ra xung quanh chúng ta.



Xe đạp rất Tiện lợi **nhưng** cũng có thể nguy hiểm.

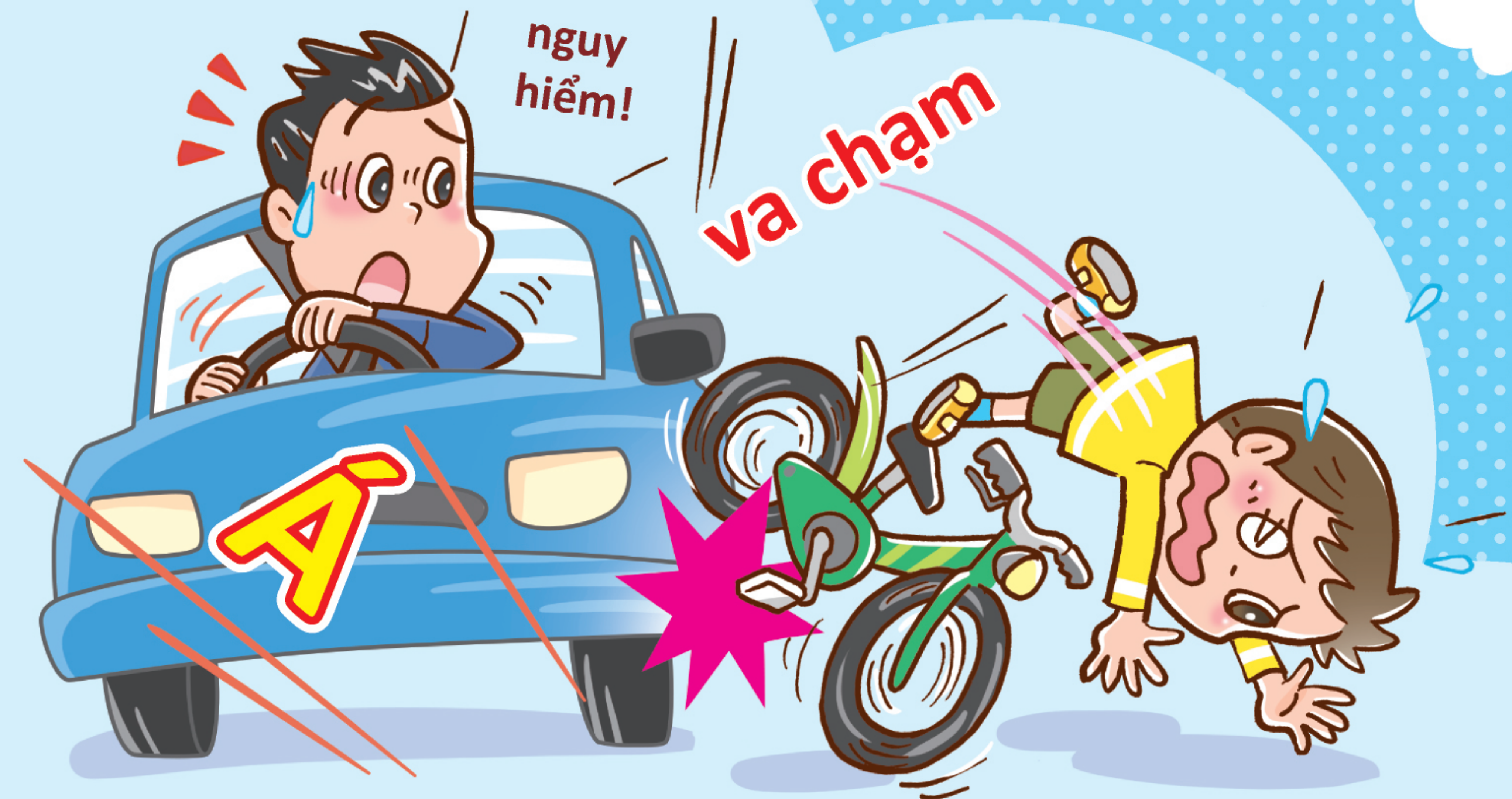
Đôi khi mọi người đi xe đạp, phải không?

Nó nhanh hơn đi bộ và mang lại cho bạn tốc độ.

Bạn có thể đi xa rất dễ dàng.

Nếu bạn ngã, bạn có thể bị thương nặng.

Nhưng, xe ô tô cũng chạy trên đường.



Mặc dù bạn cẩn thận, bạn vẫn có thể bị tông hoặc ngã.
Bạn nên làm gì?

Làm sao để bạn có thể tránh bị tổn thương?



Để bảo vệ tính mạng của bạn khi xảy ra tai nạn.

Nếu bạn ngã khỏi xe đạp và bị
đập đầu, bạn có thể bị thương
nặng.

Tuy nhiên, chỉ cần chuyển từ không
đội mũ bảo hiểm sang đội mũ bảo
hiểm có thể giúp ngăn ngừa
thương tích nghiêm trọng.

Trước khi bạn bắt đầu chạy,
đồng thời kiểm tra
chiều cao của yên xe đạp và
phanh.

Luật cũng đã thay đổi.
Tất cả chúng ta hãy đội mũ
bảo hiểm khi đi xe đạp.

Thay đổi sang đội
mũ bảo hiểm sẽ
giúp bạn an toàn.

Ngoài ra còn có miếng
đệm để bảo vệ khuỷu
tay và đầu gối của bạn.



Ồ,
Rất nguy hiểm.



nên thay đổi điều gì?



Hãy thử suy nghĩ về những điều chúng ta có thể thay đổi.

'**Điều tôi muốn thay đổi**' là tôi bị ngã xe đạp và bị chấn thương nặng. Vì vậy, nếu bạn "**thay đổi**" hành vi của mình bằng cách đội mũ bảo hiểm, bạn có thể tránh được những chấn thương nghiêm trọng.

Để phòng tránh tai nạn, điều quan trọng là phải suy nghĩ về "**những gì có thể thay đổi**".

Hãy thử suy nghĩ về những gì "**chúng ta có thể thay đổi**".

3 điều cần lưu ý khi thực hiện thay đổi

- 1 **Thay đổi những điều nguy hiểm**
thay đổi môi trường
- 2 **Chia sẻ kiến thức**
Nhận thêm thông tin
- 3 **Thay đổi quy tắc**
Tuân thủ các quy tắc

Thay đổi điều gì?



bị thương nặng do ngã

những gì muốn thay đổi

ô tô đang chạy trên đường

những gì không thể thay đổi

đội mũ bảo hiểm

những gì có thể thay đổi

Hãy xem xét những rủi ro khác nhau.





9

Hãy thử suy nghĩ qua loại nguy hiểm dưới đây

Câu đố
1

Ngã



Câu đố
2

Trượt ngã



Câu đố
3

Vật bị mắc
ngθεν, v.v.



Câu đố
4

Va chạm



Câu đố
5

Bị kẹp



Câu đố
6

Bỏ



Câu đố
7

Bị cắt/Bị đâm



Câu đố
8

Nhai/Chích



Câu đố
9

Chết đuối



*Chín “mối nguy hiểm” này được Sở cứu hỏa Tokyo phân loại là “tai nạn xảy ra trong đời sống hàng ngày”.

Câu đố
1

Rơi xuống

Cần thay đổi điều gì để không bị ngã từ ban công?



1 Không leo lên bậc thang hoặc hàng rào.

2 Tập bay.

biết rằng dù có luyện tập nhưng không thể bay được. Nếu bạn leo lên bậc thang hoặc hàng rào trên ban công, bạn có thể bị ngã và bị thương nặng. Ngay cả Giáo sư KAERU, có năng khiếu về nhảy, cũng không leo lên được. Đừng ra ngoài sân thượng một mình.

Dựa vào cửa lưới có thể khiến cửa rơi và gây thương tích. Đừng dựa vào cửa.



Hãy cùng nghĩ về mối nguy hiểm tiếp theo.



Câu đố

2

Trượt ngã

Cần thay đổi gì để tránh bị ngã khi trượt ván?



- 1 Không được chơi trên đường.
- 2 Sử dụng phép thuật để không bị trượt ngã.

Thật không may, không có phép thuật nào giúp bạn khỏi bị ngã. Đường rất nguy hiểm, vì vậy đừng chơi xe trượt hoặc ván trượt trên đường. Hãy chơi trong công viên và các khu vực khác cho phép đạp xe.

Câu đố

3

Vật bị mắc nghẹn, v.v.

Cần thay đổi gì để tránh bị mắc nghẹn kẹo?



- 1 Ăn kẹo từ từ, không vội vàng.
- 2 Để răng mọc trong cổ họng.

Không thể có răng mọc trong cổ họng được. Chọn một viên kẹo nhỏ và ngậm từ từ. Ngoài ra, liếm kẹo khi ô tô đang di chuyển cũng rất nguy hiểm. Nếu xe ô tô phanh đột ngột, bạn có thể nuốt nó.

Câu đố

4

Va chạm

Cần thay đổi gì để tránh bị xe tông?



- 1 Hãy đào xuống đất và tiến về phía trước.
- 2 Dừng lại và nhìn xung quanh.

Khi bạn chạy xe với tốc độ nhanh, không thể dừng lại ngay khi xe hoặc người đi bộ bất ngờ xuất hiện. Tại các ngã tư có biển báo "Dừng lại," hãy dừng lại kiểm tra cẩn thận xem có xe hoặc người nào đang đi tới không trước khi tiếp tục đi.

Ngay cả khi không có biển báo dừng ở ngã tư, bạn cũng nên kiểm tra kỹ trước khi đi tiếp.



Hãy cùng nhìn vào "mối nguy hiểm" tiếp theo.

Câu đố

5

Bị kẹt

Cần thay đổi gì để không bị kẹt ở cửa tàu điện?



1 Tránh xa khỏi cửa.

2 Đá tung cánh cửa.

Mặc dù phong cảnh bên ngoài rất đẹp nhưng nếu bạn chạm vào cửa, tay bạn sẽ bị vướng khi chúng mở ra. Nếu bạn phá cửa, tay bạn sẽ không bị kẹt, đá tung cánh cửa thì không được rồi.

Câu đố

6

Bỏng

Cần thay đổi gì để tránh bị bỏng bởi nước nóng?



1 Không đổ nước nóng khi ăn.

2 Kiểm tra nhiệt độ trước khi ăn.

Nó sẽ không làm bạn bị bỏng nếu bạn ăn nó mà không đun nóng nước, nhưng nó không ngon lắm. Khi đổ nước nóng vào cốc, hay đổ nước nóng đi, hãy hết sức chú ý.

Câu đố

7

Bị cắt/Bị đâm

Cần thay đổi gì để không bị cắt vào ngón tay khi dùng kéo?



1 Làm cho ngón tay mạnh lên.

2 Sử dụng sao cho ngón tay không bị kẹt.

Nếu bạn va phải vật sắc nhọn như kéo, bạn sẽ bị đứt tay. Hãy nhờ người lớn dạy bạn cách sử dụng kéo để tránh bị đứt tay.

Xếp hạng yếu tố tai nạn ở học sinh tiểu học (6 đến 12 tuổi)

Nguồn: Sở cứu hỏa Tokyo "Tai nạn trong cuộc sống hàng ngày được nhìn thấy từ dữ liệu giao thông khẩn cấp" (2021)

Ngã

- 1 Cầu thang
- 2 Thiết bị chơi treo
- 3 Cầu trượt

Trượt ngã

- 1 Ván trượt
- 2 Cầu thang
- 3 Bước chân

Vật bị mắc nghẹn

- 1 Xương cá
- 2 Viên bi
- 3 Kẹo

Va chạm

- 1 Người
- 2 Quả bóng
- 3 Kệ, tủ quần áo, tủ đựng đồ

kẹp

- 1 Xe đạp
- 2 Ghế
- 3 Thực vật

Bỏng

- 1 Súp/súp miso
- 2 Mì ăn liền
- 3 Nước nóng

cắt/đâm

- 1 Dao
- 2 Kim, kẹp tóc, đinh
- 3 Máy may

cắn/chích

- 1 Côn trùng
- 2 Động vật

Chết đuối

- 1 Dòng sông
- 2 Phòng tắm



Hãy cùng nhìn vào "mối nguy hiểm" tiếp theo.



Câu đố
8

Cắn/Chích

Cần thay đổi gì để phòng tránh bị chó cắn?



- 1 Trở thành một người vô hình.
- 2 Hãy hỏi chủ chó nếu bạn muốn chạm vào nó.

Bạn không thể là một người vô hình. Chó sẽ bị giết mình nếu bạn đột ngột chạm vào nó. Trước khi chạm vào con vật, hãy hỏi người chủ xem bạn có thể chạm vào nó không. Sau đó yêu cầu chủ chỉ cho bạn nơi an toàn để chạm vào cơ thể chó.

Câu đố
9

Chết đuối

Cần thay đổi gì để tránh bị đuối nước trên sông?



- 1 Trở thành một con ếch.
- 2 Không lại gần sông nếu chỉ có toàn trẻ con.

Chơi trên sông thật thú vị. Tuy nhiên, nếu chẳng may trượt chân ngã sẽ bị chết đuối. Đừng bao giờ lại gần sông nếu chỉ có toàn trẻ con, ngay cả khi bạn đi cùng bạn bè. Đi cùng người lớn và mặc áo phao.

một câu
đố nữa

Những “rủi ro” khác say nắng



- 1 Làm bạn với mặt trời.
- 2 Uống nhiều nước khi trời nóng.

Say nắng xảy ra khi cơ thể mất nước qua mồ hôi. Vào những ngày nắng nóng, hãy uống nước thường xuyên trước khi cảm thấy khát. Nếu bạn cảm thấy mệt mỏi, hãy báo ngay cho những người xung quanh biết.

Phần “Học tập từ xa về phòng chống thiên tai” trên trang web của Sở cứu hỏa Tokyo cung cấp các video và câu hỏi để giúp phòng tránh tai nạn. Hãy thử xem tất cả.

(Chỉ có phiên bản tiếng Nhật) [🔗](#)



Chúng ta hãy nhìn vào việc phòng tránh tai nạn.



Chúng ta có thể làm gì để thay đổi

"Sự nguy hiểm"
ở nhà

?

Mọi chuyện sẽ
thay đổi như
thế nào?

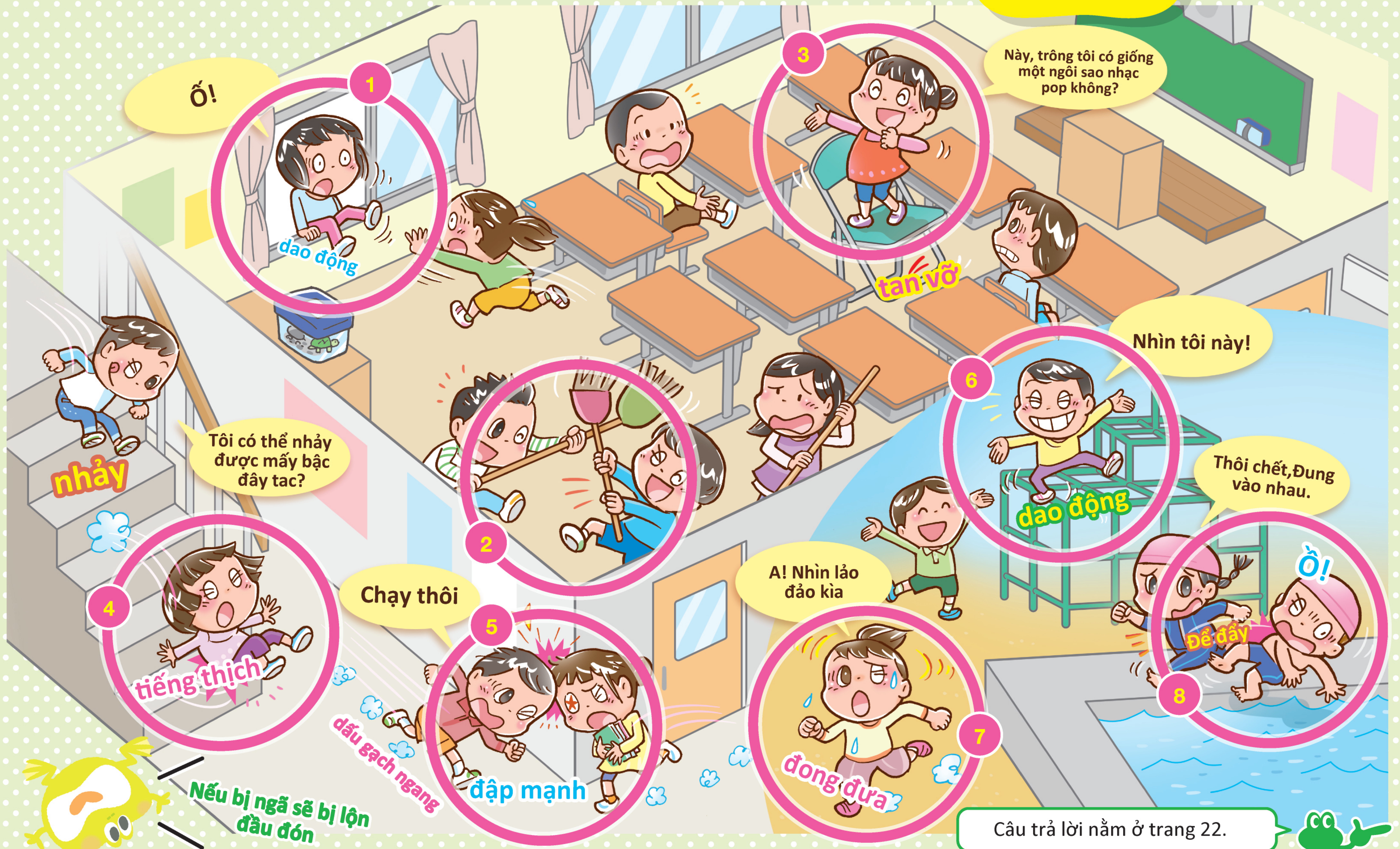


Câu trả lời nằm ở trang 21.



Chúng ta có thể làm gì để thay đổi

"Sự nguy hiểm"
ở trường



Câu trả lời nằm ở trang 22.



Đã tìm thấy những điều bạn có thể thay đổi



Bạn đã tìm thấy
bao nhiêu thứ?



Nguy hiểm ở nhà

1 Chiếc ghế lung lay

- ☐ Nếu ghế rung, đừng ngồi vào đó.
- ☐ Thông báo cho người lớn.

2 Va chạm vào đồ vật

- ☐ Bắn ra khỏi cửa sổ.
- ☐ Loại bỏ các đồ vật có thể gây vấp ngã.

3 Bị bỏng vì trà nóng

- ☐ Đặt cốc trên một bề mặt phẳng.
- ☐ Để đồ uống nóng nguội rồi mới uống.

4 Bị thương do đi dẫm a vỡ

- ☐ Sử dụng bát đĩa khó vỡ.
- ☐ Nếu bị vỡ, hãy dọn dẹp cẩn thận.

5 Dùng dao cắt ngón tay của bạn

- ☐ Dọn dẹp nhà bếp.
- ☐ Đặt dao vào đúng vị trí.

6 Bị kẹt ở cửa

- ☐ Mở và đóng từ từ.
- ☐ Kiểm tra trước khi đóng cửa.

7 Bị ngã cầu thang

- ☐ Giữ chặt vào tay vịn.
- ☐ Loại bỏ bất cứ thứ gì có thể bị vấp ngã.
- ☐ Vui lòng bật đèn cầu thang.

8 Phòng tắm

- ☐ Không được trèo lên nắp bồn tắm.
- ☐ Đừng chơi.



Tất cả chúng ta hãy suy nghĩ
những gì khác có thể được thay đổi.



Những mối nguy hiểm ở trường học

1 Có thể bị ngã từ cửa sổ

- ☐ Đừng ngồi lên khung cửa sổ.
- ☐ Không thò người ra ngoài.

2 Chấn thương do dụng cụ vệ sinh gây ra.

- ☐ Không chơi đùa bằng dụng cụ làm vệ sinh.
- ☐ Nếu sàn nhà trơn trượt do nước dính vào vải hoặc cây lau nhà, hãy lau sạch nó.

3 Ghế gấp

- ☐ Tránh không bị kẹp ngón tay.
- ☐ Đừng đứng trên ghế.

4 Bị ngã cầu thang

- ☐ Đi xuống cầu thang một cách chậm rãi.
- ☐ Sử dụng tay vịn khi thấy nguy hiểm.

5 Đụng phải ai đó ở hành lang.

- ☐ Nhìn về phía trước khi đi bộ.
- ☐ Nhìn trái phải ở những nơi góc giao nhau.

6 Có thể bị ngã từ khu vực trò chơi đu leo

- ☐ Không đứng mà khuông 2 tay ra.
- ☐ Không đẩy người khác.

7 Cảm thấy không khỏe khi ở ngoài trời

- ☐ Đội mũ.
- ☐ Chạy ở nơi mát mẻ.
- ☐ Hãy nghỉ ngơi trong bóng râm.
- ☐ Hãy cho giáo viên của bạn biết.

8 Rơi từ mép hồ bơi xuống hồ bơi

- ☐ Tránh ra vào bạn khi di chuyển.
- ☐ Không chạy gần hồ bơi.