



Published by The Los Angeles County Department of Public Health • 2008



หลักการเบื้องต้น สำหรับเด็กในการเตรียม ความพร้อมสำหรับเหตุฉุกเฉิน

Thai



This book is to help us
Learn what to do
In case of emergency
To help me and you

หนังสือเล่มนี้
ชี้แจงบอกกล่าว
คอยช่วยเหลือเรา
ในยามฉุกเฉิน

We have to get ready
It will help us be strong
And if we make a plan now
We cannot go wrong

เราต้องเตรียมพร้อม
อย่ามัวหลงเพลิน
วางแผนหาเดิน
ไม่เกินฝีมือ





Because bad things can
happen

And scary ones too

It is very important

That you know what to do

แต่สิ่งสำคัญ
ที่ต้องยึดถือ
คือการฝึกปฎิ
รับมือเหตุร้าย

Let's look for our kit
That will help us, indeed!
We'll check to make sure
It has all that we need

เตรียมกล่องช่วยเหลือ
ประโยชน์มากมาย
ตรวจดูทันใด
ครบสิ่งต้องการ





Water and food

Tools and supplies

Medicine we take

And clothes in all sizes

อาหารน้ำท่า
เครื่องมือจัดการ
หยุกยาร์ปประทาน
เสื่อพามากมี

A flashlight inside
In case there's no light
Will help us get through
If we need it at night



ตรวจดูไฟฉาย
เอาไว้ให้ดี
เมื่อแสงไม่มี
จำเป็นต่องใช้

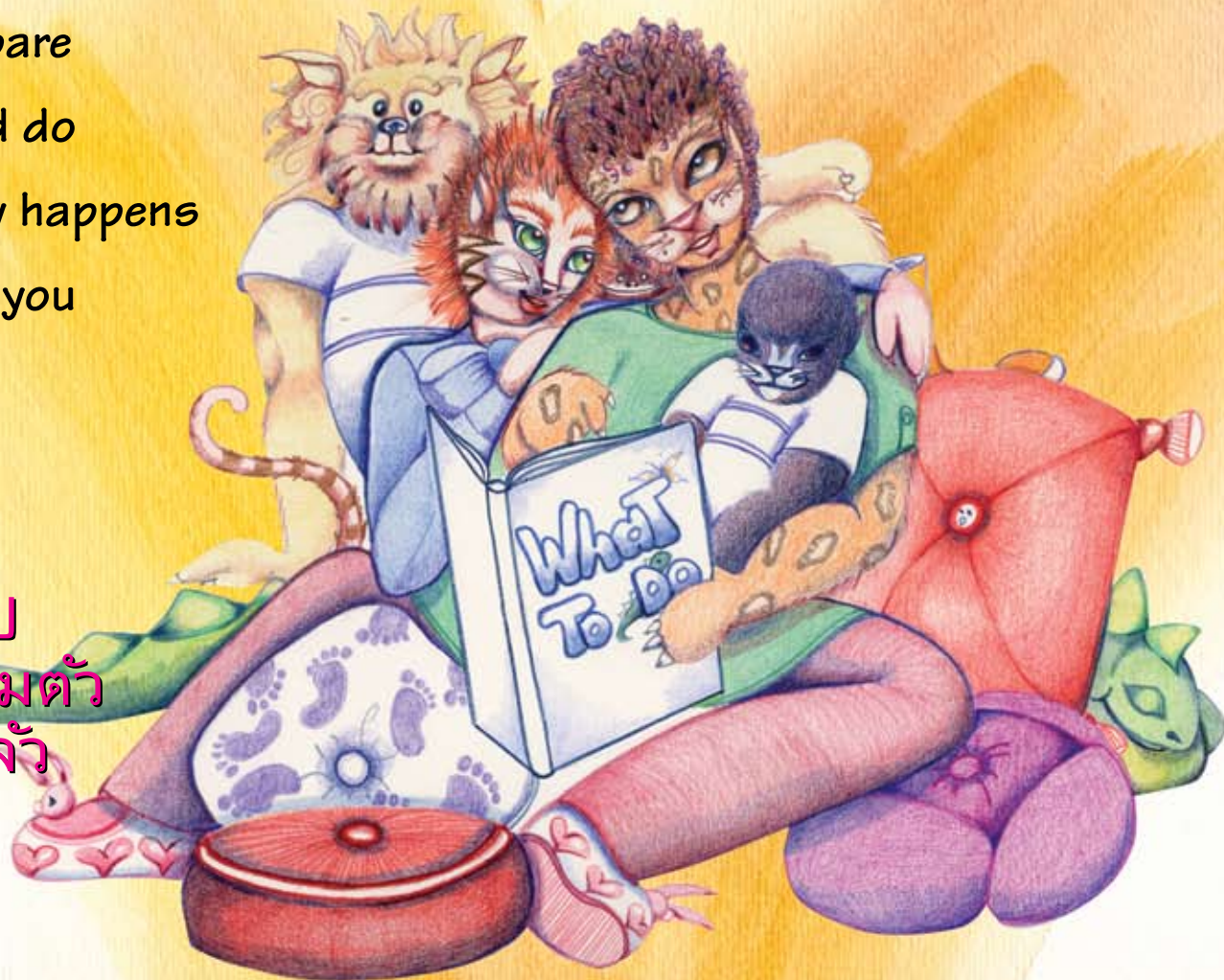


There's nothing to fear
We'll light our safe place
With flashlights and
light sticks
So I can see your sweet
face

หนทางมืดมิด
เปิดตัดไฟฉาย
ความมืดหายไป
ไม่ต้องหวาดกลัว

Now let us prepare
What we should do
If an emergency happens
To help me and you

ขั้นตอนต่อไป
เราต้องเตรียมตัว
เกิดเหตุหนักแล้ว
ควรทำฉันทัด





In case of a fire
Don't stay inside
Get away from the flames
But don't run and hide

หากเกิดไฟไหม้
อย่าอยู่ข้างใน
หนีไปให้ไกล
ไม่วิ่งไม่ซ่อน

Make sure you find someone

To show you're OK

Wait with them 'til I find you

And stay out of the way

บอกว่าคุณเจอ
ให้เห็นเสียก่อน
คอยไม่นั่งนอน
จนกว่าพบภัย

10





STOP – DROP—and ROLL

If your clothes catch fire

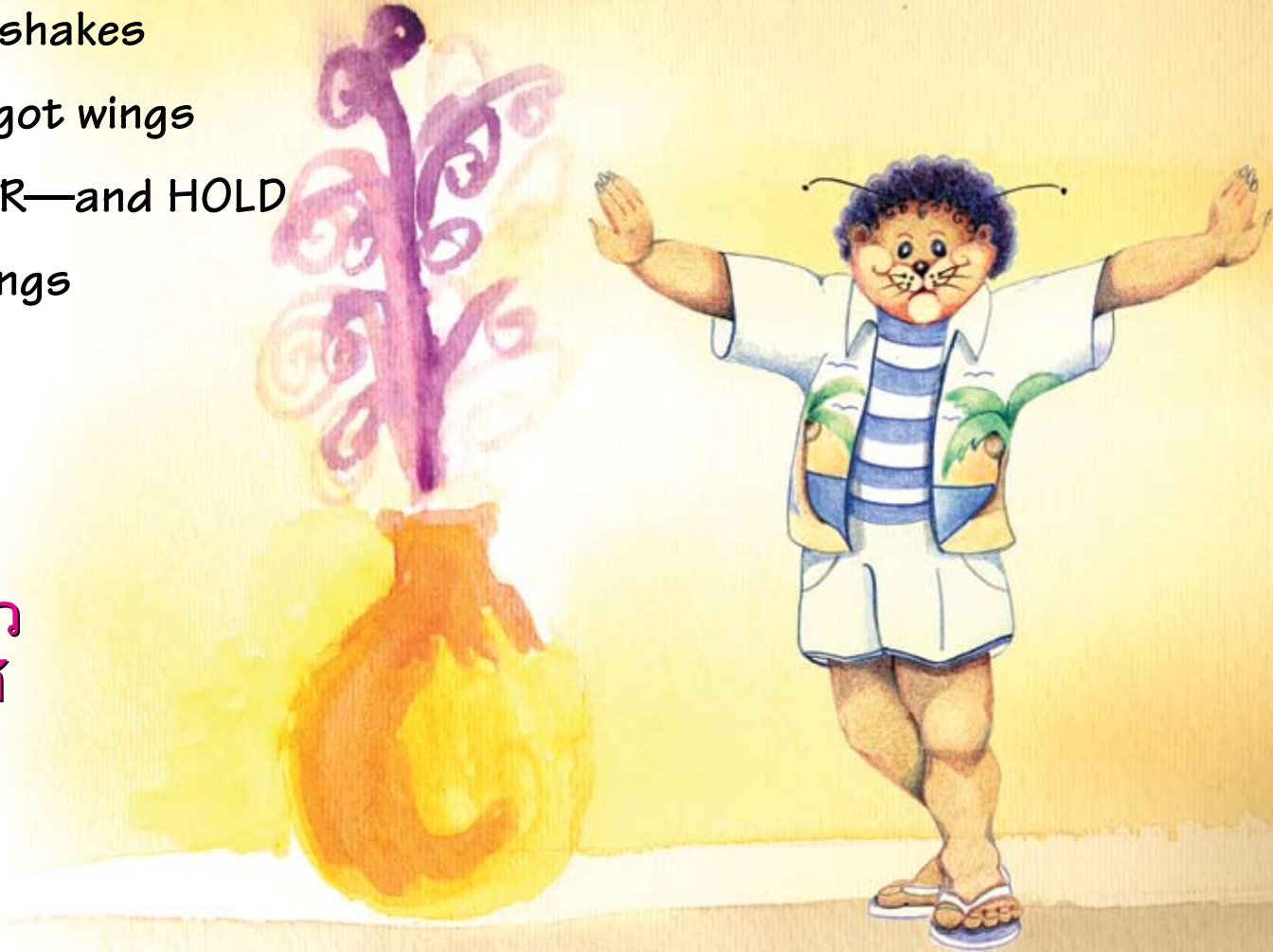
STOP – DROP—and ROLL

And the flames will expire

จงหยุด-หมอบ-กลิ้ง
หากเสื้อผ้าติดไฟ
หยุด-หมอบ-กลิ้งไว้
ไฟหายโดยดี

And if the ground shakes
Like the floor has got wings
We'll DROP—COVER—and HOLD
To avoid falling things

หากแผ่นดินไหว
กม-หลบ-ยึด ลี
ระวังให้ดี
ของตกหล่นมา





DROP—COVER—and HOLD

When the house shakes

DROP—COVER—and HOLD

When there are earthquakes

เมื่อบ้านสั่นไหว
พื้นดินสั่นหา
กม-หลบ-ยัดดีกว่า
จะไ้ปลอดภัย

We may have to leave
And stay somewhere else fast
Until our home is made safe
And we're back here,
at last!

อาจต้องทิ้งบ้าน
ไปอยู่ห่างไกล
จนกว่าปลอดภัย
คอยหวานกลับคืน





And...If someone is hurt
By a knife or a gun
Run to the phone
And dial 9 -1-1

หากคนบาดเจ็บ
จากมีดหรือปืน
อย่ามัวนั่งยืน
แจ้ง 9-1-1 เลย

Stay on the phone
And do what you hear
Tell them what happened
They will soon be here

ทำตามคำแนะนำ
อย่าแวงหนึ่งเฉย
แจ้งออกมาเลย
เรื่องเป็นอย่างไร





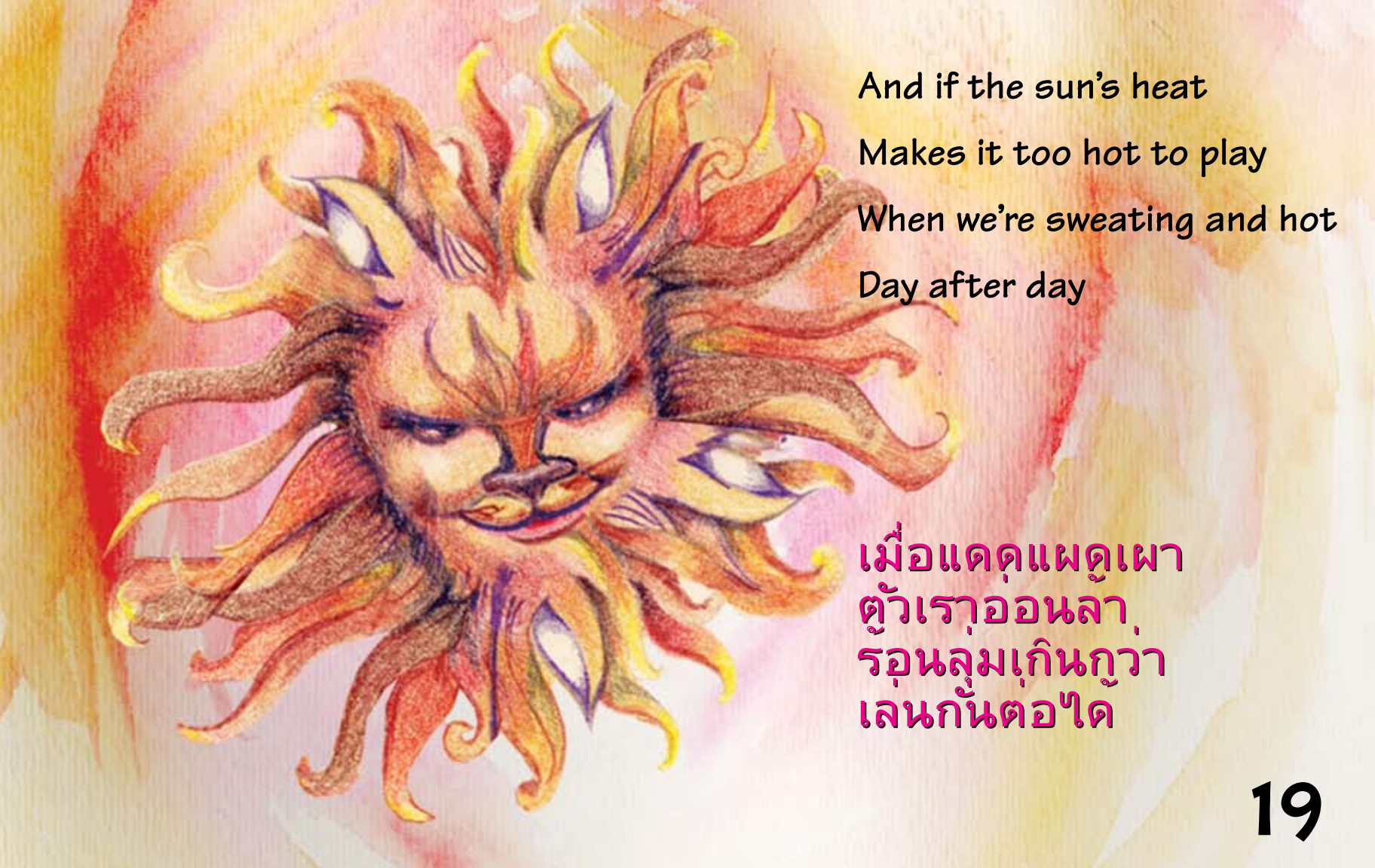
And if there's a tornado
Where should we go?
To a basement or room
Without windows below

หากเกิดพายุ
จะอยู่แห่งใด
ห้องใต้ดินใน
ที่ไรหน้าต่าง

We'll wait 'til it passes
It shouldn't be long
But we won't come out
Until it is gone

หูลบอยู่ให้หนึ่ง
ทิ้งใจให้วาง
เมื่อพายุจาง
คอยๆออกมา





And if the sun's heat
Makes it too hot to play
When we're sweating and hot
Day after day

เมื่อแดดแผดเผา
ตัวเราอ่อนล้า
ร้อนลุ่มเกินกว่า
เล่นกันต่อไป

We'll go where it is cooler
Out of sun—into shade
And drink plenty of fluids
So our energy won't fade

หลบในที่ร่ม
ดื่มน้ำมากมาย
เมื่ออาทิตย์ลาไกล
คอยไปเล่นซน





And if you get lost
In a store, park or street
You will need an adult
To help us re-meet

หากเราหลงทาง
ที่ห้าง-สวน-ถนน
สอบถามผู้คน
ถึงหนทางไป

Find a nice lady
And ask for her aid
In following the plan
That together we made

มองหาพี่สาว
ใจดีเขาไว
ชี้แจงแกล้งไข
ให้เธอช่วยเรา





Tell her the number
You want her to call
So she can connect us
In no time at all

ให้เบอร์ติดต่อ
ของเราแก่เขา
โทรออกหาเรา
ใหม่เจอกัน

And, there may be a time
When we can't be together
Like when you're in school
During storms and bad weather

เราอาจไม่เจอ
ตัวเธอกับฉัน
อากาศวันนั้น
พายุโหมตี





You need to be brave
And do what they say
Listen to the adults
And do not go play

เข้มแข็งไว้ นะ
ฟังผู้ใหญ่ สิ
อย่าเล่น ไม้ดี
เดียว ไม้ปลอดภัย

Stay away from the water
Flooding the street
Don't try to swim through it
Or cross on your feet

หากเห็นน้ำท่วม
ก็อย่าไปลุย
หลีกหนีให้ไกล
ไม่ต้องเจออะเจอ





Bad things can happen
And scary ones too
But I want you to know
That I'll be there for you

เรื่องร้ายเกิดขึ้นได้
งายๆ เสมอ
รู้ไว นะเธอ
มีฉันอยู่ใกล้

We'll handle the emergency
And together you'll see
We can make things get better
For both you and me

พวกเราทั้งสอง
ช่วยกันแก้ไข
ปัญหาเลวร้าย
จบลงด้วยดี



County of Los Angeles Department of Public Health Emergency Preparedness and Response Program

www.labt.org/media

Children preparedness

www.ready.gov/kids/home.html

Los Angeles County Office of Emergency Services

www.espfocus.org

American Red Cross

www.redcross.org

City of Los Angeles Emergency Preparedness Department

www.lacity.org/epd

Governor's Office of Emergency Services

www.oes.ca.gov

National Poison Control Center

1-800-222-1222



10 Essential Items:



1. Water



2. Food



3. Cash &
Important
Documents



4. Clothes



5. Flashlight



6. First Aid Kit



7. Medicine



8. Radio



9. Toiletries



10. Tools

รายการสิ่งของจำเป็น 10 อย่าง



1. น้ำ



2. อาหาร



เงินสด
3. และเอกสาร
สำคัญต่างๆ



4. เสื้อผ้า



5. ไฟฉาย



6. ชุดปฐมพยาบาล
เบื้องต้น



7. ยา



8. วิทยุ



9. เครื่องอาบน้ำ
ต่างๆ



10. เครื่องมือต่างๆ



A Children's Primer on Emergency Preparedness

In loving memory...

Tony Taweessup

From the beginning planning stages Tony's great eye for design was instrumental in creating the vision and direction for this project.



*Jeanne Smart - Author
Margarita Avina - Illustrator
Cindy Chow - Consultant*

*Tony Taweessup - Art Director
Alan Albert - Graphic Design and Illustration*

Los Angeles County Board of Supervisors

*Gloria Molina - First District
Yvonne B. Burke - Second District
Zev Yaroslavsky - Third District
Don Knabe - Fourth District
Michael D. Antonovich - Fifth District*

Department of Public Health

Jonathan E. Fielding, M.D., M.P.H. - Director and Health Officer

A collaboration of the Los Angeles County Department of Public Health Maternal, Child & Adolescent Health and Emergency Preparedness and Response Programs.

Phyllis Tan - Emergency Preparedness Coordinator.

This publication was supported by Grant/ Cooperative Agreement Number U90/CCU917012-06 from CDC. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of CDC.