



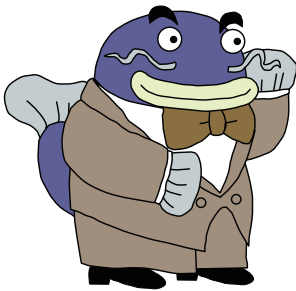
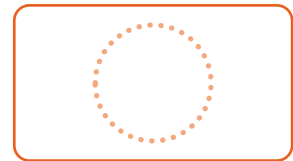
## Pag-aralan Paano Maproteksyunan ang Sarili Pumunta sa lugar na walang “babagsak, matutumba at gagalaw patungo sayo!”

### Ang Postura gaya ng “Pillbug” Paliwanag

Itakip ang kamay  
sa inyong ulo.

Iyuko mo ang iyong  
katawan at gumapang

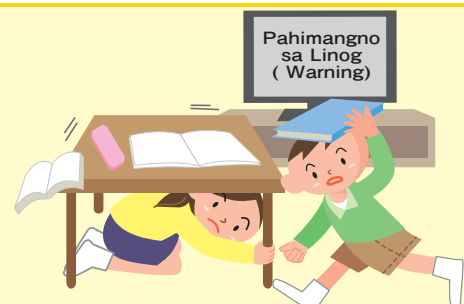
Kapag nagawa mo ng  
mabuti, humingi ka ng  
markang “○” mula sa  
iyong pamilya.



Proteksyonan ang iyong sarili sa pamamagitan  
ng posisyon ng isang "pillbug" sa isang lugar na  
walang mesa o kahit ano na maaaring lulubog.  
Proteksyonan ang iyong ulo gamit ang ang  
helmet o isang kaputing pangkalamidad, kung  
meron.



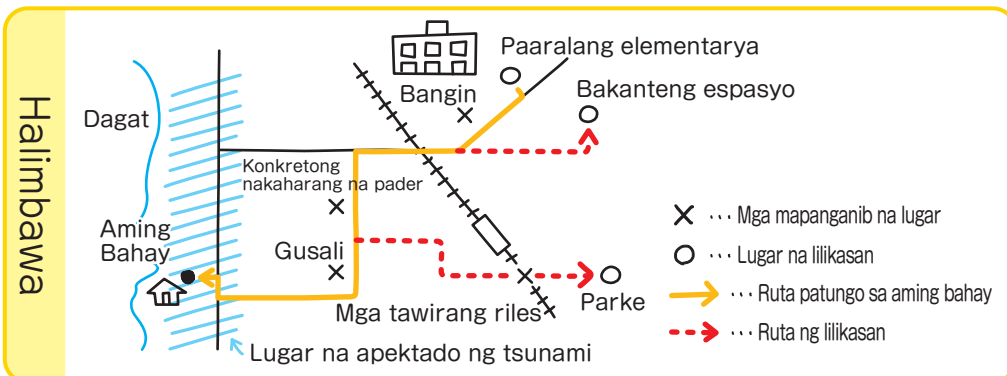
Sa isang lugar na may mesa, proteksyonan  
ang iyong sarili sa pamamagitan ng  
mahigpit na paghawak sa mga paa ng mesa  
ng iyong mga kamay!



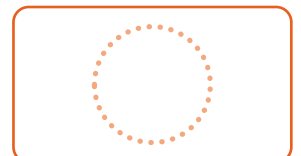


## Gumawa ng Mapa Para sa Paglilikas

- ① Isulat ang ruta mula sa inyong paaralan patungo sa inyong tahanan o mapa ng lugar.
- ② Lagyan ng markang "x" ang mag mapanganib na lugar at isulat ang mga posibleng panganib.
- ③ Lagyan ng markang "○" ang lugar na lilikasan at ilagay ang ruta papunta sa lugar.



**Kapag nagawa mo ng mabuti, humingi ka ng markang "○" mula sa iyong pamilya.**



※ Mapa ng Paglikas sa Oras ng Lindol at Mapa sa Paglikas sa oras ng bagyo ay maaaring magkaiba.

