



## 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 iyong ulo.

Iyuko mo ang iyong  
katawan at gumapang

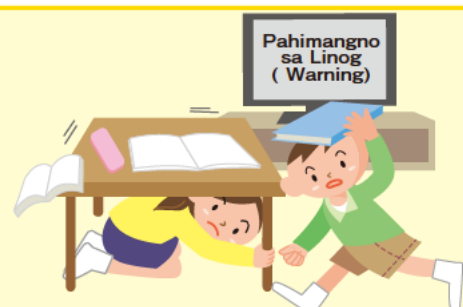
Kapag nagawa mo ng  
mabuti, humingi ka ng  
markang “○” mula sa  
iyong pamilya.



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.



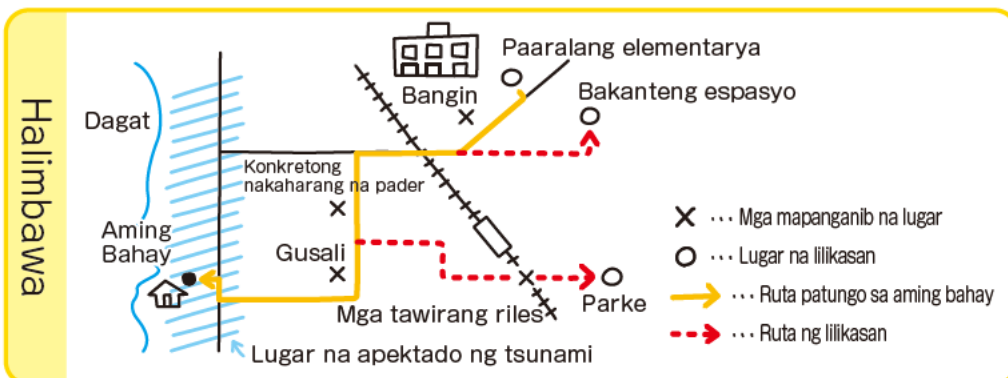
Sa isang lugar na may mesa, proteksyonan  
ang iyong sarili sa pamamagitan ng  
mahigpit na paghawak sa mga paa ng mesa  
ng iyong mga kamay!





## 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.



## Pag-aralan kung Paano gamitin ang Disaster Emergency Message Dial (171)

Sa oras ng malakas na lindol, ang linya ng mga telepono ay maging busy, dahil sa ang lahat ay tatawag. Sa kasong ito, gamitin ang Disaster Emergency Message Dial, sabihin mo sa inyong pamilya kung nasaan kayo.

Paano mag-iwan ng mensahe ( i-rekord)	Paano Idial ang Disaster Emergency Message Dial				
 I-press ang numerong 171 Para Marecord: 1  Numero ng Telepono (xxx) xxx-xxxx	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 I-press ang "1", "7", at "1"</li> <li>2 Pakinggan ang paliwanag</li> <li>3                     <table border="0" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td style="border: 1px solid #ccc; border-radius: 15px; padding: 5px; background-color: #f9a825; color: white;">Sa pag-iwan ng mensahe</td> <td style="border: 1px solid #ccc; border-radius: 15px; padding: 5px; background-color: #f9a825; color: white;">Para makakuha ng mensahe</td> </tr> <tr> <td style="padding: 5px;">i-press ang "1"</td> <td style="padding: 5px;">i-press ang "2"</td> </tr> </table> </li> <li>4 I-enter ang inyong telepono kasama ang area code.</li> </ol> <div style="background-color: #e91e63; color: white; text-align: center; padding: 5px; border-radius: 10px; margin: 5px 0;"> <b>Isulat ang inyong numero ng telepono</b> </div> <div style="text-align: center; font-size: 2em; margin: 5px 0;">                 (       )       -             </div> <p style="font-size: 0.8em; margin: 0;">※ Sundin ang mga bilin na ibibigay sa inyo sa telepono.</p>	Sa pag-iwan ng mensahe	Para makakuha ng mensahe	i-press ang "1"	i-press ang "2"
Sa pag-iwan ng mensahe	Para makakuha ng mensahe				
i-press ang "1"	i-press ang "2"				
Paano Makuha ang Mensahe					
 I-press ang numerong 171 Para Marinig ito Uli: 2  Numero ng Telepono (xxx) xxx-xxxx					

Maaari ninyong irekord ang inyong mensahe sa Disaster Emergency Message Dial hanggang 30 segundo bawat tawag. Isipin muna ang mensahe bago tumawag. Pakitandaan na ang serbisyong pang-emergency ay nakakapagtala ng 10 mensahe. Ang mga mensahe lumagpas ay buburahin mula sa pinakauna.

**Pagsanayan**

Isulat ang inyong 30 segundong mensahe sa espasyong ibinigay sa ibaba.

[Hal.] Ito po ay si Tsuyoshi. Mabuti naman po ako. Lilikas na po ako ngayon sa public hall. Paki sunduin nyo po ako doon.

Isulat dito

### Maaari ninyong pag-aralan ang pag-gamit ng Disaster Emergency Message Dial!

- Sa tuwing unang araw at ika-labinlimang araw ng buwan ( 24 oras)
- Mula Enero 1 hanggang 3 ( 24 oras)
- Linggo ng Pagpigil ng Kalamidad at Mga Boluntaryo (mula 9:00 ng umaga, Enero 15 hanggang 5:00 ng hapon, Enero 21)
- Linggo ng Pagpipigil ng Kalamidad (mula alas 9:00 ng umaga, Agosto 30 hanggang alas 5:00 ng hapon, Setyembre 5)

Kung kayo ay lilikas mula sa inyong tahanan, siguraduhing mag-iwan ng mensahe na kayo ay lumikas!

