Pangalan

(Grado Seksyon Numero )



# Gawing Ligtas ang Inyong Tahanan sa Panganib

Ang pag-susuri sa loob ng inyong tahanan ay nakakabawas ng panganib sa panahon ng sakuna.

## Mga Mahuhulog At Malalaglag

Mga nababasag na salamin ng bintana o mga pira-pirasong basag na mga pinggan ay maaring magkalat.
Maari ninyong kailanganin ang agarang pagkilos sa gitna ng kadiliman dahil sa brown-out sa oras ng lindol.

○Lugar sa bahay na maaaring magkalat ang mga nabasag na bagay

○Anong mga pananggalang kayo at ang inyong pamilya ay pinapatupad sa inyong tahanan?

## Bumabagsak

Ang isang tao ay maaaring maipit sa ilalim ng mabibigat na kagamitan at hindi makatakas sa sunog o tsunami. Kung mamamalasin ka maaari ka pang mamamatay.

○Mga kagamitang maaring babagsak

○Anong mga pananggalang kayo at ang inyong pamilya ay pinapatupad sa inyong tahanan?

## Sunog

Sunog, isa sa pinakamalaking sakuna na dulot ng lindol, ito ay ang pinakanagbibigay ng pagkalat ng malaking pinsala sa panahon ng malakas na lindol sa Kanto at Hanshin-Awaji.

○Mga Gamit sa Bahay na Maaaring Makapagsimula ng apoy dahil sa lindol

○Anong mga pananggalang kayo at ang inyong pamilya ay pinapatupad sa inyong tahanan?

## Iba Pa

Kapag ang bahay ay nakahilig sa isang tabi dahil sa paggalaw o paglambot ng lupa dahil sa tubig ang pintuan ay mababago ang porma at maging dahilan para ito ay mahirap mabuksan.
Ang leakage o pagsingaw ng gas ay magaganap dahil sa pagkasira ng tubo nito.

○Maliban sa mga naitala sa itaas, may naiisip ka pa bang ibang lugar sa inyong bahay na sa palagay mo ay mapanganib o delikado?

◆Pag-usapan ng iyong pamilya ang tungkol sa pagsusuring pangkaligtasan sa inyong tahanan at isulat sa ibaba ang iyong naiisip.

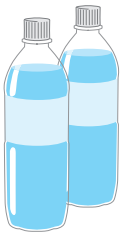
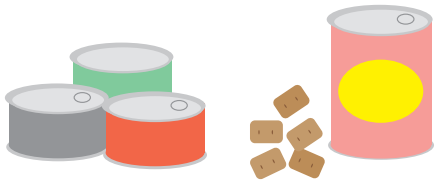
Pangalan

(Grado Seksyon Numero )



# Suriin ang Uri, Dami at Lokasyon ng Kagamitang Pang-Emergency

Sa mga nakaraang lindol, may mga kaso na kahit sa oras ng paglikas, ang evacuation center na nililikasan ay kulang sa mga pagkain at iba pang kagamitan.
Ano ang dapat ninyong gawin at ng inyong pamilya upang mabuhay sa loob ng isang linggo?

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Tubig** |  Ang mga matatanda ay nangangailangan ng 3 litrong tubig sa isang araw. Ang tubig ay mahalaga lalo na kung tag-init. | ○ Gaano karami ang tubig na inyong iniimbak sa inyong bahay? | ○ Gaano karami ang kailangan ninyo? |
| **Pagkain** | Ang mainam na pagkain ay yaong magaan, na may mataas na calories at maaaring kainin kahit na hindi na kailangang lutuin.  | ○ Gaano karami ang pagkaing iniimbak ninyo sa inyong bahay? | ○ Gaano karami ang kailangan ninyo? |
| **Mga Damit o Kasuotan** | Maliban sa mayroong reserbang underwear na magpapanatili ng inyong maayos at malinis, kailangan ninyo rin ng tuwalya maging mga gamit pang-ulan at pananggalang sa lamig depende sa panahon. | ○ Ano ang kailangan ninyong dalhin kapag may lindol at maulan sa gitna ng tag-lamig? | ○ Gaano karami ang kailangan ninyo? |
| **Mga Pangangailangan sa Araw-araw** | Maraming bagay na kailangan, gaya ng mga gamit na pananggalang, medisina, flashlight, gamit para makakuha ng impormasyon at gamit para sa banyo. | ○ Mayroon ba kayong gamit pang emergency sa bahay na kailangan dalhin? | ○ Saan ang mga bagay na nasa kaliwa makikita sa inyong bahay? |

Dadalhin nyo ba ito o damputin na lang sa huli?
Ating isipin na, dapat magdala lamang tayo ng mga bagay na hindi imaging sagabal sa evacuation center.

○ Pagsama-samahin ang mga bagay na ibinigay sa itaas at pumili ng mga bagay na una mong dalhin, isipin mo na kanilang bigat at laki ay hindi imaging pabigat sa inyo at ng inyong pamilya sa oras ng paglilikas.

◆Pag-usapan ng iyong pamilya ang tungkol sa mga pangangailangan sa panahon ng emergency at isulat sa ibaba ang iyong naiisip.

Pangalan

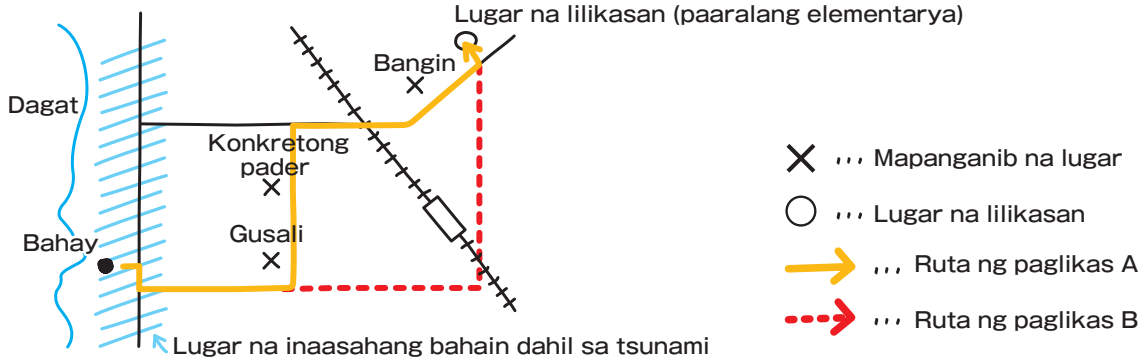
(Grado Seksyon Numero )



# I-tsek ang Ruta Mula sa Inyong Bahay Sa Lugar ng Lilipatan

Maunang i-tsek ang lugar para sa paglilikas sa kaso na dumating ang sakuna na nasa bahay kayo.
Isulat ang ruta mula sa inyong bahay hanggang sa lugar para sa paglilikas na tsinek mo sa pamamagitan ng mga halimbawang ibinigay sa ibaba.
Lagyan ng markang “x” ang mga mapanganib na lugar at isulat ang posibleng peligro.
( Kung lungsod, bayan o samahan ng magkakapitbahay ay mayroong mapa para sa sakuna o “My Map Run”（*）, gamitin mo din ito bilang basehan.)

Halimbawa




※ Mapa ng Paglikas sa Oras ng Lindol at Mapa sa Paglikas sa oras ng bagyo ay maaaring magkaiba.i
※ Kung Pinamunuan ang paglilikas sa oras ng sakuna, maaari ninyong paalalahanan ang iba na lumikas na din.
※ mainam na magkaroon ng maraming ruta ng dadaanan sa paglilikas. Asahan din ang paglilikas na maulan o gabi.
※ Sa lugar kung saan inaasahang darating ang tsunami,subukang maghanap ng ruta ng paglilikas na magpahintulot sa mga residente na lilikas mula sa dalampasigan ng mabilis .
(*)”My Map Run” ay isang pamamaraan na ipinanukala ni Mr. Jun Kawaguchi, isang associate Professor ng Mie University Graduate School and Faculty of Engineering na nagpanukala sa mga residenteng gumawa ng mapa ng paglilikas.

◆Pag-usapan ng iyong pamilya ang tungkol sa daanan ng paglikas at isulat sa ibaba ang iyong naiisip.

Pangalan

(Grado Seksyon Numero )

Pampaaralang Paghahanda sa Kalamidad ng Mie

高校生版・タガログ語・ワークシート④

# Pag-aalam ng Lugar ng Lilikasan Ninyo at ng Inyong Pamilya

Sa kaso na may lindol, habang ang pamilya ay nasa ibat-ibang lugar, sila ay magkasama-sama agad kung napag-usapan nila noon pa man at nagbahagi sila ng impormasyon kung sino ang lilikas at saan sa oras ng emergency.
Pag-usapan ng pamilya kung saan lilikas.

| Pamilya | Oras na Itinakda | Pinakamahalagang Impormasyon at Lugar na Lilikasan | Pagkatapos ng Paglikas |
|---|---|---|---|
| Halimbawa) Ama | Ordinaryong araw sa hapon | Lugar ng Trabaho (○○ opisina) → Gusali kung nasaan ang opisina | Maghintay ng pampublikong sasakyan na babalik sa operasyon |
| | Ordinaryong araw sa umaga at sa gabi | Sa loob ng tren →Sundin ang direksyon na ibinigay ng konductor | Sabihin sa pamilya ang lugar na kung saan kayo lumikas gamit ang Disaster Emergency Message Dial (171) |
| | | | |

| Paano Mag-iwan ng Mensahe | Paano Kumuha ng Mensahe |
|---|---|
| 1 7 1 Tumawag sa: 171 | 1 7 1 Tumawag sa: 171 |
| Sundin ang mungkahi | Sundin ang mungkahi |
| Sa Pagrekord: 1 1 | Upang Patunugin Ulit: 2 2 |
| Numero ng Telepono (xxx) xxx-xxxx | Numero ng Telepono (xxx) xxx-xxxx |

## Disaster Emergency Message Service

Sa oras ng kalamidad, ang mga impormasyong pangkaligtasan ay maaring irehistro gamit ang celphone. Ang serbisyo ay maaaring gamitin upang malaman ang mga impormasyong pangkaligtasan ng iyong pamilya at mga kaibigan sa pamamagitan ng celphone at PC.
Magtanong sa Mobile operator kung paano magamit ang serbisyo.

○Ito ay payo sa lahat na ang bawat miyembro ng pamilya ay may alam sa paggamit ng Disaster Emergency Message Dial.
Maaari mo ding i-post ang inyong mensahe.
Kung isa sa inyong pamilya ay nangangailangan ng tulong, ihanda ang inyong sarili sa pagligtas sa kanila.

◆Pag-usapan ng iyong pamilya ang tungkol sa pupuntahang lilikasan at isulat ang iyong mga naiisip.