

Handbook sa pag-iwas sa kalamidad para sa mga dayuhan

Ariake co.,ltd (Kumamoto)



Panimula

Ang Japan ay isang bansang maraming kalamidad.

Ipinakilala ng aklat na ito kung ano ang dapat gawin kapag may sakuna.

Noong 2016, nagkaroon ng malaking lindol sa Kumamoto Prefecture.

Hindi natin alam kung kailan mangyayari ang lindol.

Magkakaroon din ng malakas na ulan at bagyo.

Basahin ang aklat na ito bago ang isang sakuna.

Maghanda.



Mga kalamidad sa Japan at iba pang bansa ---- 1

Lindol ----- 2

1. intensity ng seismic ----- 3

2. kapag naganap ang lindol ----- 4

malakas na ulan at bagyo ----- 6

1. kapag umuulan ng malakas ----- 7

2. kapag malakas ang hangin ----- 7

3. Sa panahon ng malakas na ulan o bagyo -- 8

Apoy ----- 9

1. kapag may apoy ----- 9

2. para maiwasan ang sunog ----- 11

Maghanda para sa sakuna ----- 12

1. Ano ang dapat gawin bago ang sakuna --- 12

2. Mga bagay na dapat ihanda bago ang sakuna --- 13

Upang maghanap ng kanlungan ----- 14

1. Daloy ng paglikas ----- 14

2. lugar upang lumikas ----- 16

Kapaki-pakinabang na impormasyon ----- 18

1. Multilingual na impormasyon sa oras ng kalamidad 18

2. Memo sa pag-iwas sa kalamidad ----- 19

3. Japanese na ginagamit sa panahon ng kalamidad 20

Mga kalamidad sa Japan at iba pang bansa

Paghambingin natin ang mga sakuna sa Japan at iba pang bansa.

Hapon

Bagyong No.19



ibang bansa

cyclone ng karagatan ng indian



pagbaha ng mga ilog



baha sa ilog ng Mekong



Pagbaha sa itaas ng sahig



Pagbaha sa Chao Phraya Riverbed





Lindol

Ang lindol ay kapag umuuga ang lupa.
Ang Japan ay isang bansa na maraming lindol.
Hindi ko alam kung kailan o saan mangyayari.
Pagkatapos ng lindol, isa pang lindol ang maaaring mangyari.

Ang lindol ay maaaring magdulot ng:

tumitigil ang
tubig



huminto ang
kuryente



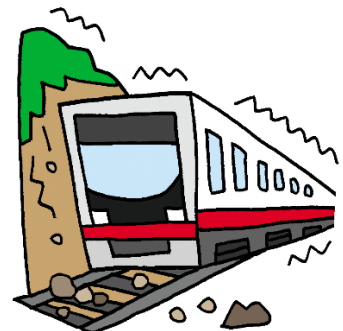
nasisira ang
bahay



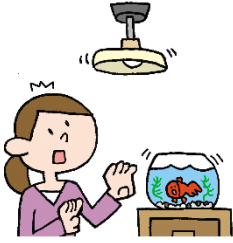
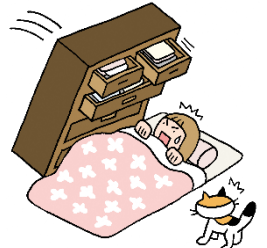
tsunami



Ang mga bus, tren, at eroplano ay
hindi gumagana



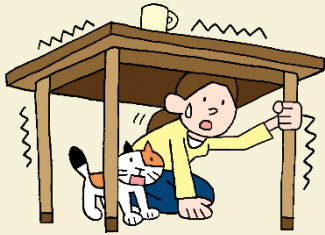
1. intensity ng seismic

	【intensity ng seismic 0】 Isang maliit na lindol. Hindi ko napansin na nanginginig ito.		【seismic intensity 5 mas mababa】 Isang napakalaking lindol. Sa tingin ko maraming tao ang natatakot. Ginagawa nitong gusto mong kumapit sa mga bagay o magtago sa ilalim ng iyong mesa.
	【Lakas ng seismic 1】 Isang maliit na lindol. Karamihan sa mga tao ay hindi napapansin ang pagyanig.		【Seismic intensity 5 itaas】 Isang napakalaking lindol. Sa tingin ko lahat ay natatakot. Mahirap tumayo o maglakad.
	【Lakas ng seismic 2】 Isang maliit na lindol. Mapapansin ng mga tao sa bahay at natutulog ang pagyanig.		【Seismic intensity 6 mas mababa】 Isang napakalaking lindol. Mahirap tumayo.
	【intensity ng seismic 3】 Isang malaking lindol. Napansin ng mga tao sa bahay ang pagyanig. Nakakatakot ang ilang tao.		【Seismic intensity 6 itaas】 Isang napakalaking lindol. hindi makatayo. Hindi ka makakagalaw nang hindi gumagapang.
	【intensity ng seismic 4】 Isang malaking lindol. Nanginginig ang muwebles. Isang taong natutulog ang gumising. May mga taong natakot at nagtatago.		【Lakas ng seismic 7】 Isang napakalaking lindol. Hindi ako makagalaw.

2. kapag naganap ang lindol

sa kwarto

Lumayo sa mga istante at bintana.
Magtago sa ilalim ng mesa o mesa.



Titigil ang pagyanig.
Patayin ang apoy (gas o sigarilyo).



Patayin ang apoy (gas o sigarilyo).
Dalhin ang kailangan mo kapag tumakas.



Magsuot ng sapatos upang maiwasan ang pinsala.
Suriin ang iyong kaligtasan sa labas ng iyong tahanan.
Pagkatapos ay pumunta sa labas.



sa loob ng tindahan

Makinig sa sinasabi ng tindera.
Pagkatapos ay kumilos.



sa elevator

Pindutin ang mga pindutan para sa lahat ng palapag.
Kapag huminto ang elevator at bumukas ang pinto, lumabas sa elevator.



sa isang tren o bus

Huwag agad gumalaw.
Makinig sa sinasabi ng
kinauukulan.
Pagkatapos ay kumilos.



kapag nagmamaneho ng kotse

Iparada ang iyong sasakyan sa kaliwang
bahagi ng kalsada.
Itigil ang makina.
Huwag kunin ang susi ng iyong sasakyan.
Takbo.



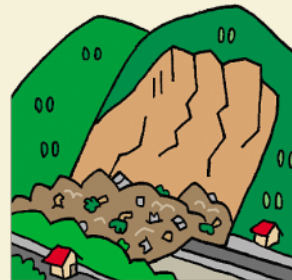
malapit sa dagat

Isang tsunami ang paparating.
Tumakas sa mataas na lugar na
malayo sa dagat.



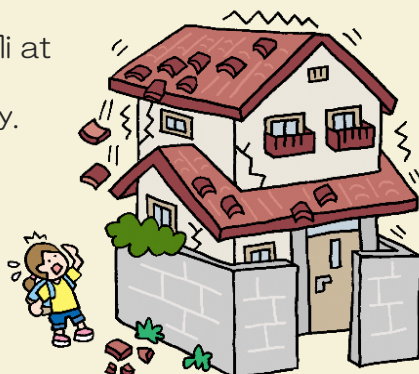
malapit sa bundok

Maaaring gumuho ang mga bundok
at bangin.
Lumikas sa isang ligtas na lugar.



malapit sa gusali

Babagsak ang mga gusali at
babagsak ang mga bagay.
Umalis sa gusali.





malakas na ulan at bagyo

malakas na ulan

Ang malakas na ulan ay kapag umuulan nang higit sa karaniwan.

Tag-ulan (Hunyo hanggang Hulyo) Ang malakas na pag-ulan ay nangyayari sa panahon ng bagyo.

Ang mga ilog ay maaaring bahain ng tubig.

Maaaring makapasok ang tubig sa iyong tahanan.

Maaaring gumuho ang mga talampas.



bagyo

Dumarating ang mga bagyo sa Japan mula Hulyo hanggang Setyembre.

Ulan ng malakas. Isang malakas na hangin ang umihip.

Maaaring tumaas at umapaw ang mga ilog.

Ang mga alon sa dagat at ilog ay maaaring maging napakataas.

Maaaring huminto ang mga tren, bus, subway, atbp.

Maaaring tangayin ng hangin ang mga signboard at tile sa bubong.



※ Malalaman nang maaga ang malakas na ulan at bagyo.

Palaging suriin ang impormasyon ng panahon sa TV o sa Internet.

1. kapag umuulan ng malakas

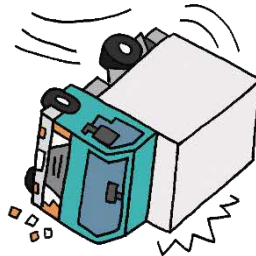
Narito ang nangyayari kapag umuulan.

kidlat



Nagtama ang kidlat.

ihip ng hangin



Isang napakalakas na hangin ang umihip.

Sakuna ng sediment



Ang mga bundok ay guguhô.

baha



Umaapaw ang tubig ng ilog.

Pagbaha



Ang tubig ng ilog ay pumapasok sa bahay.

baha na kalsada



Umaagos ang tubig ng ilog sa kalsada.

2. kapag malakas ang hangin

Kapag malakas ang hangin, nangyayari ang mga sumusunod.

Hindi makalakad



lumilipad ang mga bagay



bumabagsak ang mga bagay



3. Mga bagyo at malakas na ulan

- Suriin ang balita sa TV o sa Internet.

tumingin sa labas ng bahay.

Maglagay ng mga bagay na malamang na tangayin ng hangin sa loob ng gusali.
Isara ang mga bintana at shutter at i-lock ang mga ito.

- Ihanda ang kailangan mo para makatakas ka anumang oras.

※Tingnan ang pahina 13 para sa kung ano ang kailangan mong takasan.

- Huwag pumunta sa mga mapanganib na lugar.

Mapanganib na malapit sa mga ilog, dagat at bundok.

- Maaaring gumuho ang mga bundok at bangin.

Lumalambot ang lupa ng malakas na ulan at bagyo.

Maaaring gumuho ang mga talampas.

Mabilis na tumakas ang mga taong nakatira malapit sa mga bangin.

Impormasyon mula sa Japan Meteorological Agency

antas ng pagbabantay	impormasyon	Ibig sabihin/ginagawa
1	Impormasyon sa maagang babala	Baka umulan ng malakas. Mangolekta ng bagong impormasyon.
2	Malakas na ulan/baha Advisory	Lalakas na ang ulan simula ngayon. Maging handa na tumakas.
3	Malakas na ulan/baha alarma	Malakas ang ulan. Mangyaring iwasan ang mga matatanda.
4	Impormasyon sa babala ng landslide	Ang mga bundok ay guguhu. Mangyaring tumakbo ang lahat sa isang ligtas na lugar.
5	Espesyal na babala ng malakas na ulan	Ito ay nagbabanta sa buhay. Mangyaring kumilos upang iligtas ang mga buhay.



Apoy

1. kapag may apoy

I. “Sunog!” sigaw. Tuturuan ko ang mga tao sa paligid ko.

alarma sa sunog sa tirahan

Gumagawa ito ng malakas na ingay na may kasamang usok at init.

Ituturo ko sa lahat ang tungkol sa apoy na may tunog.

II. Tumawag sa 119. Libre.

Paano tumawag sa 119

① “Apoy”

② “Oward Ochome Onumber Onumber Olto ay isang apartment.

OOSa tabi ng pampublikong bulwagan.”

③ “O ay nasusunog.”

④ “Ang pangalan ko ay O.

Ang numero ng telepono ay O.”



III. Patayin ang apoy gamit ang fire extinguisher o tubig.

Kung wala kang fire extinguisher, talunin ang apoy gamit ang isang

unan o takpan ito ng basang tuwalya o sheet.

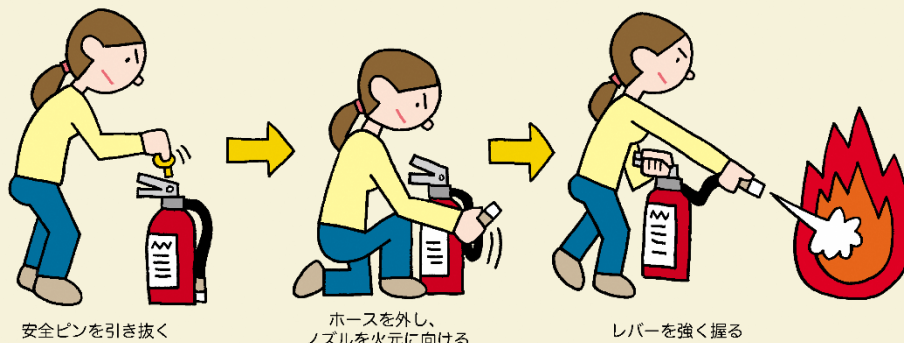
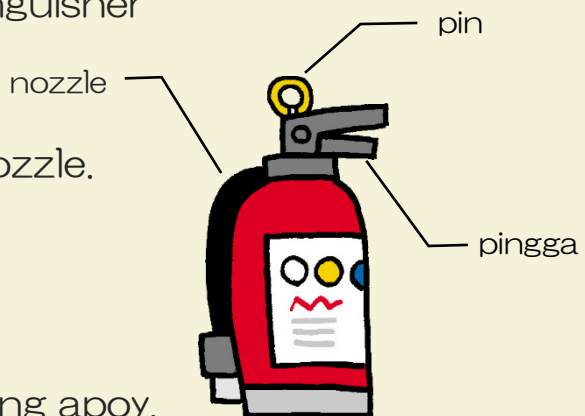


Huwag magbuhos ng tubig sa mga
malangis na kaldero, kalan ng kerosene,
o mga de-koryenteng kasangkapan.



Paano gumamit ng fire extinguisher

- ① bunutin ang pin.
- ② Hawakan ang dulo ng nozzle.
- ③ 3 metro ang layo.
- ④ hawakan ang pingga.
- ⑤ Ibhos patungo sa ilalim ng apoy.



IV. Tumakas kapag hindi naapula ang apoy.

Iwasan ang paglanghap ng usok kapag tumatakas.



Ang usok ay naglalaman ng mapanganib na gas !

Maglagay ng basang panyo o tuwalya sa iyong bibig at ilong.

Ibaba ang iyong katawan at tumakas.



Sa matataas na gusali gaya ng condominium at department store, akyatin ang hagdan para makatakas.

Huwag gumamit ng elevator.

V. Pumunta sa labas.

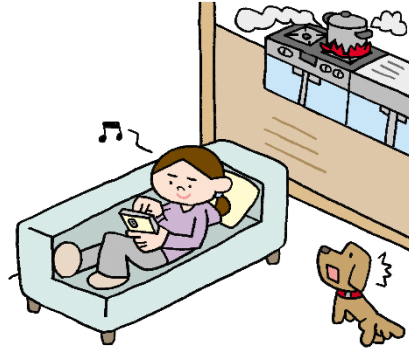
Huwag ka nang bumalik sa loob ng gusali !

2. para maiwasan ang sunog

- Huwag maglagay ng anumang bagay na nasusunog sa paligid ng iyong bahay.



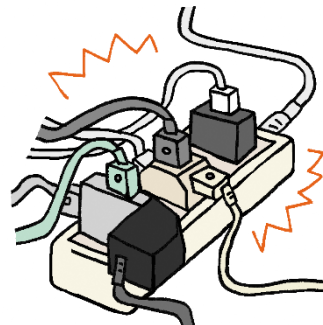
- Patayin ang apoy kapag umalis ka sa kusina.



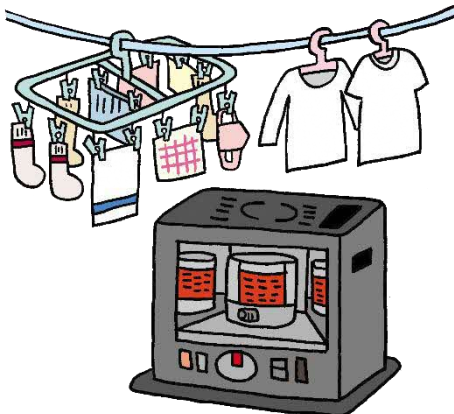
- Kapag tapos ka nang manigarilyo, patayin ang apoy.



- Huwag ikonekta ang masyadong maraming appliances sa isang outlet.



- Huwag maglagay ng anumang bagay na nasusunog malapit sa kalan.



- Huwag mag-iwan ng posporo o lighter malapit sa mga bata.



Maghanda para sa sakuna

1. Ano ang dapat gawin bago ang sakuna

Makipag-usap sa pamilya at mga kaibigan.

Magpasya kung saan tatakas at kung paano makipag-usap.

Kapag may lindol, nahuhulog ang mga kasangkapan.

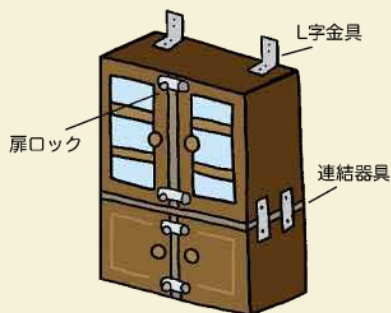
Nahuhulog ang mga bagay mula sa mga istante.

Mababasag ang baso.

Upang maiwasan ang pinsala, panatilihing hindi gumagalaw ang mga kasangkapan.

para hindi matumba ang mga kasangkapan

- tension rod
- L-shaped na bracket
- Banig na panlaban sa lindol
- anti-tipping plate



isang bagay upang maiwasan ang pagkalat ng salamin sa bintana

- Hindi mabasag na pelikula

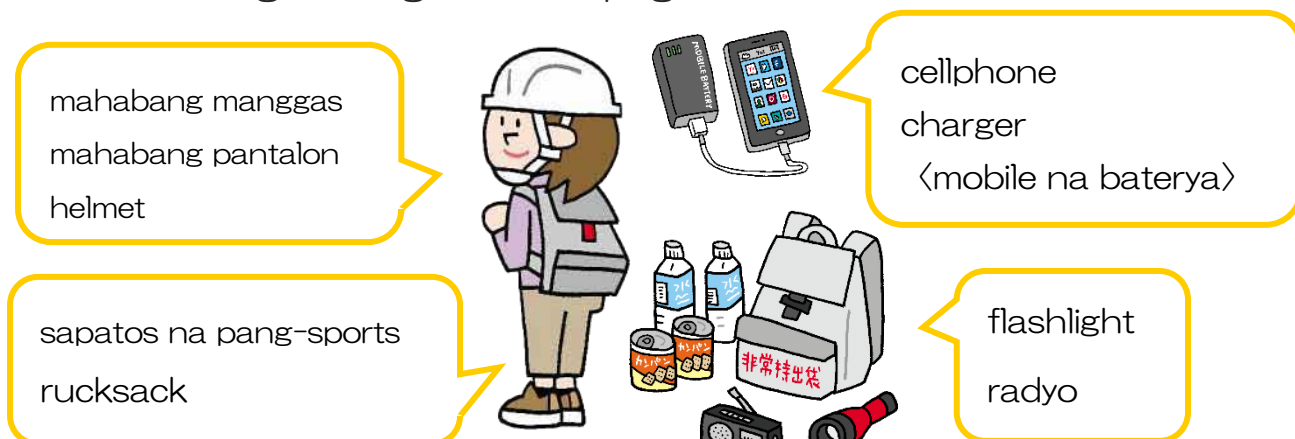


Ang mga plato at libro ay nahuhulog mula sa mga istante kapag may lindol. Huwag maglagay ng mabibigat na bagay sa muwebles.



2. Mga bagay na dapat ihanda bago ang sakuna

Ihanda ang kailangan mo kapag tumakas.



※Mayroong iba pang mga bagay na kailangan mo kapag tumakas at mga bagay na ihahanda sa bahay.

Maghanda ng tubig at pagkain nang hindi bababa sa 3 araw.

pagkain	- Inuming Tubig - pagkain	mga damit	- mga damit • damit na panloob - tuwalya • gamit sa ulan - gamit sa malamig na panahon
gamot	- gamot na inumin kapag masama ang pakiramdam mo - gamot na iniinom araw-araw	pang-araw-araw na pangangailangan	- tissue - baterya - kumot - kagamitan sa pagsulat - Plastik na bag - tsinelas
Mahalagang bagay	- pera • Cash card • passbook • selyo - Kard ng seguro sa kalusugan - Pagkakakilanlan - Residence Card • pasaporte		

Ihanda ang kakailanganin ng iyong pamilya at mga kaibigan.

kapag may buntis	kapag naroroon ang mga matatanda
- Mga gamit sa kalusugan - gasa • malinis na tela - mga panustos ng bagong silang - handbook ng ina at anak	- Mga produkto ng pangangalaga sa pag-aalaga - pustiso - lampin ng may sapat na gulang - karaniwang ginagamit na mga gamot
kapag nagka-baby ka na - Gatas • bote ng sanggol - Diaper ng papel - handbook ng ina at anak	

Upang humanap ng kanlungan

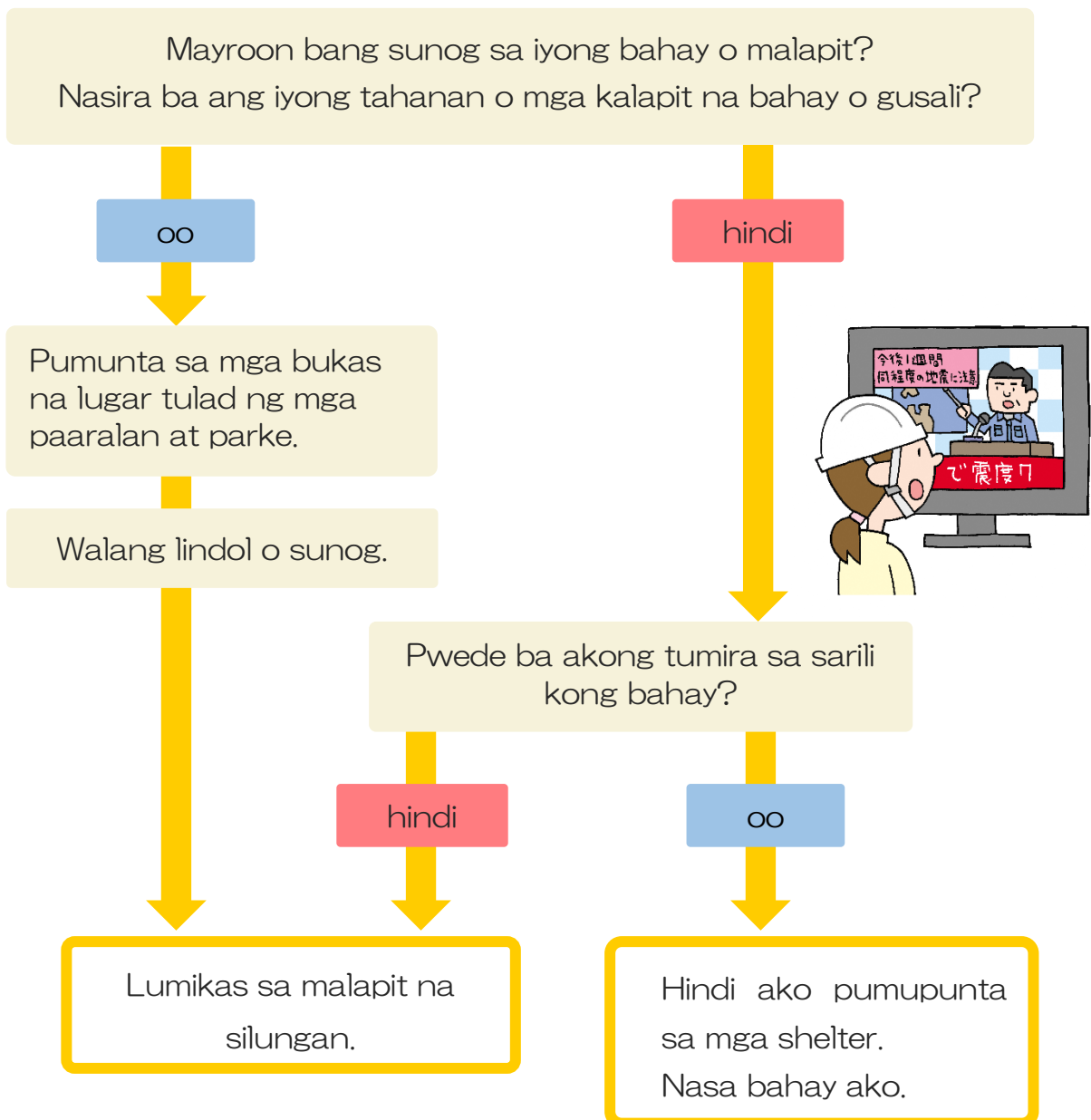
1. Daloy ng paglikas

lindol

Pangyayari ng lindol
Isaalang-alang ang iyong sariling kaligtasan.
Pagkatapos ay kumilos.

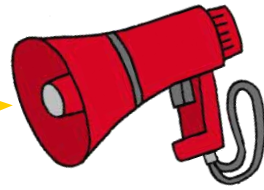


※Panoorin ang maagang babala ng lindol sa iyong mobile phone o TV.



Malakas na ulan/Bagyo

Malakas na ulan.
May paparating na bagyo.
Una, tinitingnan namin ang impormasyon
ng panahon sa TV o mga mobile phone.



Mayroon ka bang impormasyon sa panahon tulad
ng mga babala sa iyong bayan?

oo

hindi

Available ba ang
impormasyon sa
paglikas (level 3, 4, 5)
ng babala?

hindi

Pinapanood ko ang
impormasyon ng
panahon sa lahat ng
oras. Makinig ka.
Maghanda upang
tumakas.

oo

Mapanganib bang pumunta sa isang silungan?
(halimbawa) Pumasok na ang tubig sa bahay.
Madilim na ang gabi at wala akong
makitang malapitan.

oo

hindi

Lumikas sa iyong tahanan o
sa kalapit na gusali sa itaas.
maghintay para sa pagliligtas.

Lumikas sa isang ligtas
na lugar tulad ng isang
silungan.



2. lugar upang lumikas

Silungan

Isang lugar para makatakas ang lahat sakaling magkaroon ng sakuna.

Isang paaralan o sentro ng komunidad na malapit sa iyong tahanan.

Nakatira ako sa maraming tao.

●iyong kanlungan

Alamin ang lokasyon ng iyong kanlungan.

Gumawa ng mapa mula sa iyong tahanan hanggang sa kanlungan.

mapa



anong meron sa shelter

● kumot



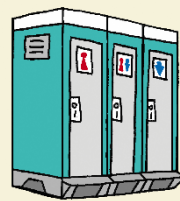
● tubig



● pamamahagi



● palikuran



● impormasyon

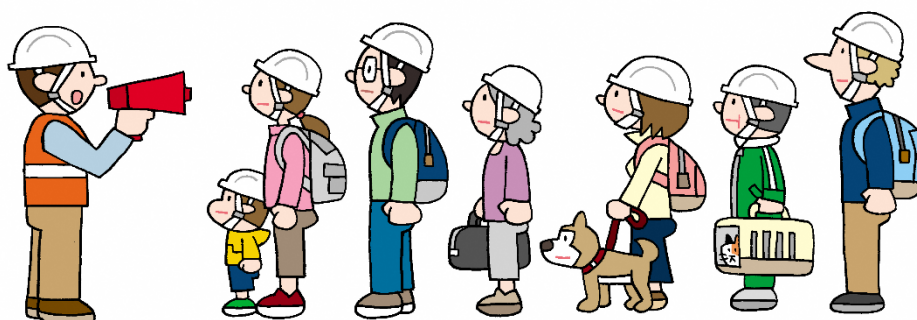


Mga panuntunang dapat sundin sa mga evacuation shelter

- Tanungin ang mga tao sa shelter kung saan mo sila magagamit.
- Huwag pumasok sa mga lugar na ginagamit ng iba.
- Mangyaring itugma ang iyong pang-araw-araw na buhay (oras ng pagtulog, oras ng pagkain) sa mga nasa paligid mo.
- Ang mga alagang hayop ay hindi maaaring mabuhay nang magkasama.
- Ginagamit ng lahat ang mga bagay sa kanlungan.
- Mamuhay sa mga taong hindi mo kilala. Kamustahin natin.

magsanay upang lumikas

Makilahok sa mga disaster drill na ginanap sa mga paaralan, kumpanya, at mga bayan na malapit sa iyong tahanan.



Kapaki-pakinabang na impormasyon

1 . Multilingual na impormasyon na kapaki-pakinabang para sa pag-iwas sa sakuna

Kumamoto Prefecture Support Center para sa mga Dayuhan

Tel : 080-4275-4489 <Libre>

libreng oras : Lunes~Biyernes

8 : 30~17 : 15 <Sarado mula 12/29 hanggang 1/3>

●Hapon ●Ingles ●Intsik ●Koreano ●Vietnamese ●Nepali ●Indonesian
●Tagalog ●Thai ●Portuges ●Espanyol ●Malay ●Pranses
●Ruso ●Aleman ●Italyano ●Myanmar ●Khmer ●Mongolian

Homepage ng Japan Meteorological Agency

Maaari mong makita ang impormasyon ng panahon tulad ng mga lindol, malakas na ulan, at mga bagyo.

NHK MUNDO JAPAN

Magbigay ng balita mula sa Japan at Asia.
Maaari mong makita ang pinakabagong balita sa kalamidad.
Magagamit mo ito sa halagang 0 yen.



For Android



For iPhone

Mga tip sa kaligtasan

Naghahatid kami ng mga babala sa lindol, tsunami, at malakas na ulan.
Ang app na ito ay para sa mga dayuhan sa Japan.
Magagamit mo ito sa halagang 0 yen.



For Android



For iPhone

2. Memo sa pag-iwas sa kalamidad

● pangalan

● Ang aking bansa

● Lalaki
•
babae

● araw ng kapanganakan

● Passport No.

● uri ng dugo A B O AB

● Residence card No.

● address

● numero ng telepono

● Pangalan ng kumpanya/paaralan

● apelyido

● Numero ng telepono ng
kumpanya/paaralan

● numero ng telepono ng pamilya

● May sakit ka ba?

● Kung saan makakatagpo ang pamilya
sa oras ng sakuna

● mga gamot na palagi mong iniinom

● paglaban sa apoy : 1 1 9

● pulis : 1 1 0

● embahada :

● Opisina ng pamahalaan :

● ospital :

Ito ay kinakailangan sa
panahon ng sakuna.
Isulat ito sa iyong sarili at
panatilihin ito sa iyo.



3. Japanese na ginagamit sa panahon ng kalamidad

Maagang babala ng lindol	Ilang segundo bago tumama ang malakas na pagyanig
aftershock	Isang maliit na lindol pagkatapos ng isang malaking lindol
intensity ng seismic	ang laki ng pagyanig ng isang lindol
tsunami	napakalaki at mabilis na alon
pagbagsak	pagbagsak ng bahay o gusali
bagyo	napakalakas ng hangin at ulan
lugar ng bagyo	Isang lugar kung saan umiihip ang napakalakas na hangin kapag may bagyo
Pagbaha	tubig na pumapasok sa bahay
Paglubog	tubig na pumapasok sa kalsada
apoy	pagkasunog ng mga bahay at bagay
paglikas	tumakas sa ligtas na lugar
blackout	nawalan ng kuryente
pagkawala ng tubig	hindi marunong gumamit ng tubig
Pagsuspinde	Hindi magagamit ang kuryente, gas, at tubig

Japanese na ginamit sa mga anunsyo mula sa Japan Meteorological Agency

Advisory	Maaaring mangyari ang isang sakuna.
alarma	Isang malaking sakuna ang magaganap.
espesyal na babala	Napakadelikado.