



P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

[Back to the top of P Emergencies/Disasters](#)

2 Sa panahon ng likas na kapahamakan

2-5 Paghanda laban sa sakuna

(1) Personal na kard para sa oras ng emerhensiya (Basahin ang [1-2 Paghahanda para sa oras ng emerhensiya](#) para sa iba pang detalye.)

(2) Listahan ng mga bagay na bitbit sa panahon ng kagipitan

Maghanda ng mga bagay na dapat bitbit sa panahon ng kagipitan kung lilisan sa lugar na tinitirhan at ilagay ito sa lugar kung saan maaaring kunin kaagad. Ang mga iba pang gamit ay maaaring balikan na lamang kapag natiyak na ligtas ang lugar.

•Listahan ng mga bagay na bitbit sa panahon ng kagipitan

Mga importanteng bagay

- Kard
- Pera
- Kopya ng lisensyang pangmaneho
- Kopya ng health insurance certificate

Pagkain sa oras ng kagipitan

- Tinapay na parang biskwit
- Pagkaing detala
- Nutritional supplements
- Dried foods
- Mineral water
- Gamit kusina na pang0sang gamitan lamang (tulad ng plastik na tinidor at kutsara)
- Pambukas ng lata

Radyo

- Radyong maliit
- Bateryang ekstra

Ilaw

- Flashlight
- Bateryang eksta

Mga gamot

- Band-aid
- Gamot para sa sugat
- Bandage
- Gamot para iwasan ang impeksyon

Iba pang pang-araw-araw na bagay

- Damit
- Gwantes
- Tuwalya
- Tisyu
- Suot pang-ulan
- Layter
- Plastik na supot

Laging ilagay ang pasaporte at alien registration card sa lugar na madaling makuha at dalhin ito sa oras ng paglisan. Kung kinakailangan, maghanda din ng diaper o sanitary napkin.

(3) Mga nakalaang gamit o stock

Kadalasanag tatlong araw ang inilalaan upang makabalik sa ordinaryong pamumuhay mula sa pinsala kaya maliban sa bagay na bitbit sa oras ng kagipitan ay kinakailangan ding maghanda ng mga sumusunod.





P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

[Back to the top of P Emergencies/Disasters](#)

•Listahan ng mga nakalaang gamit

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Tubig na maaaring inumin | <input type="checkbox"/> Maliit na plastic na lalagyan |
| <input type="checkbox"/> Pagkain | <input type="checkbox"/> Maliit na lutuan |
| <input type="checkbox"/> Gamit kusina na pang-isang gamit lang | <input type="checkbox"/> Pampainit (kairo) na disposable |
| <input type="checkbox"/> Kumot | <input type="checkbox"/> Lubid |
| <input type="checkbox"/> Plastik na panlatag | <input type="checkbox"/> Teyp na pandikit |

Maghanda ng pagkain o delata para sa tatlong araw. Sa isang araw, 3 litrong tubig ang inilalaan para sa isang tao.

(4) Emergency disaster drill (bousai kunren)

Ang ika-1 ng Setyembre ay araw ng pag-iwas sa sakuna at ang linggong mula sa ika-30 ng Agosto hanggang ika-5 ng Setyembre ay linggo ng pag-iwas sa sakuna. Sumali sa mga emergency disaster drill sa lugar na tinitirhan upang malaman kung ano ang dapat gawin sa oras ng emerhensiya.

May mga center para sa pag-iwas ng sakuna na malapit sa inyong tirahan at mayroon silang mga video ukol sa mga ito. Pumunta lamang sa mga center na ito upang maturuan kung ano ang dapat gawin sa oras ng sakuna.