



P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

1 Sa oras ng emerhensiya

Kapag may sakuna, sunog, aksidente o naganap na krimen tulad ng nakawan, maging kalma at humingi kaagad ng tulong. Nakalagay sa bahaging ito ang mga numero ng telepono na maaaring tawagan at ipapaliwanag kung ano ang dapat gawin sa oras ng emerhensiya.

1-1 Emergency call kapag may sakuna, sunog, aksidente o naganap na krimen

(1) Numero para sa emergency call

Ang sumusunod ay mga numero para sa emergency call at lahat ng ito ay maaaring tawagan nang 24 na oras.

•Numero para sa emergency call

<p>EMERHENSIYA</p> <p>119 (bumbero)</p> <p>Kapag biglang nakaramdam ng matinding sakit o nasugatan at kailangan ng ambulansya.</p> 	<p>SUNOG</p> <p>119 (bumbero)</p> 
<p>AKSIDENTE</p> <p>110 (pulis)</p> 	<p>KRIMEN (tulad ng nakawan)</p> <p>110 (pulis)</p> 

Ang mga ito ay para lamang sa oras ng emerhensiya. Huwag itong tawagan para sa pagasangguni o pagtatanong. Libre ang paggamit ng ambulansya subali't hindi ito maaaring gamitin kapag hindi malubha ang sakit o sugat (at maaari lamang dalhin ang tao sa pamamagitan ng sariling sasakyan o taksi).



P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

(2) Mga teleponong maaaring gamitin

Maaaring tumawag sa 119 at 110 mula sa landline, payphone, cellphone at PHS. Kapag payphone ang gamit, hindi na kailangang ibigay pa ang lugar na kinaroroonan dahil malalaman na nila ito.

•Paraan ng pagtawag mula sa payphone

Hindi kinakailangan maglagay ng barya o telephone card kapag tatawag mula sa payphone at pindutin lamang ang bahagi na para sa emerhensiya. Angatin ang telepono, pindutin ang pulang bahagi na para sa emerhensiya at i-dial ang 119 o 110.



P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

1 Sa oras ng emerhensiya

1-2 Paghahanda para sa oras ng emerhensiya

(1) Personal na kard para sa oras ng emerhensiya

Para sa oras ng emerhensiya, gumawa ng personal na kard kung saan nakalagay ang mga importanteng impormasyon tungkol sa inyong sarili at siguraduhing lagi itong dala. Ang mga kailangang nakalagay na impormasyon sa personal na kard ay ang sumusunod: sariling pangalan, kasarian, araw ng kapanganakan, blood type, tirahan, numero ng telepono sa sariling tirahan, numero ng cellphone, nasyonalidad, numero ng insurance, numero ng alien registration card, numero ng pasaporte, wikang maaaring gamitin, numerong tatawagan sa oras ng emerhensiya at iba pa.

Halimbawa ng personal na kard para sa oras ng emerhensiya

Pangalan	Tirahan			Telepono sabahay o cellphone				
Nasyonalidad	Kasarian	Babae Lalaki	Araw ng Kapanganakan	Taon	Buwan	Araw	Blood type	Type
Numero ng alien registration			Numero ng pasaporte					
Numero ng insurance		Ang maaaring tawagan sa oras ng emerhensiya						
Lingwaheng ginagamit								

(2) Nilalaman ng ulat sa oras ng emerhensiya

Kapag tumawag sa numerong 119 o 110, tatanungin ang inyong kinaroroonan upang mapuntahan ng fire truck o patrol car. Huwag magmadali at mahinahong sabihin ito nang malakas na boses. Sa mga hindi marunong ng wikang Hapon, humingi ng tulong sa mga kakilala o sa mga taong malapit na marunong ng wikang Hapon. Siguraduhing kaya ninyong sabihin ang sariling tirahan sa wikang Hapon. Kapag sinasabi sa pulis ang lugar na kinaroroonan, makakatulong na sabihin din ang mga madaling mapansing bagay na malapit sa inyo.





P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

•Kapag tatawag sa bumbero 119

Sabihin ang mga sumusunod:

- 1 Sunog o emerhensiya
- 2 Lugar na kinaroroonan
- 3 Sariling pangalan

Halimbawa ng pagtawag ng ambulansya

Bumbero	Kayo (Ang tumatawag)
	Tumawag sa 119
(1) 119 ito. Sunog ho ba o emerhensiya?	(1) Emerhensiya ito.
(2) Ano pong nangyari?	(2) May aksidenteng naganap sa pabrika. (Sabihin din ang nangyari, tulad ng "naipit".)
(3) Ano ang lugar na kinaroroonan (adres)?	(3) (Sabihin ang kinaroroonan ng pabrika o kung saan naganap ang aksidente.)
(4) Anong malapit diyari?	(4) Katabi ito ng Public Library.
(5) Ano ang numero ng telepono?	(5) Ang numero ay 1234-5678
(6) Ok.	

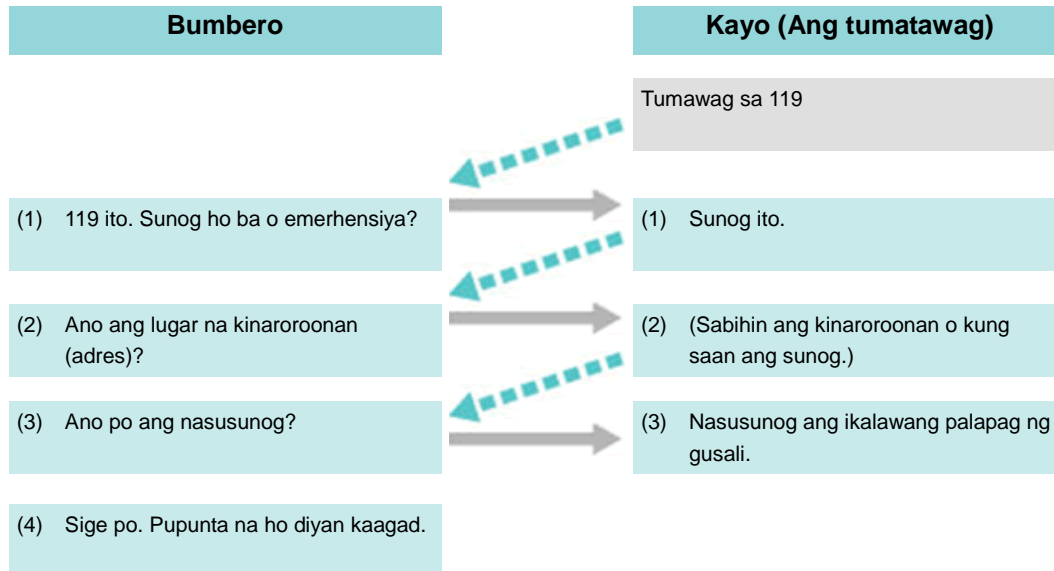




P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

Halimbawa ng pagtawag ng fire truck.



•Pagtawag sa pulis 110

Sabihin ang mga sumusunod:

- 1 Anong nangyari (aksidente o krimen)
- 2 Lugar na kinaroroonan o kung saan naganap ang aksidente o krimen
- 3 Sariling pangalan

Kapag may taong nasugatan, maaaring tumawag din sa pulis at sila na ang tatawag ng ambulansya.



P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

1 Sa oras ng emerhensiya

1-3 Kapag oras ng emerhensiya

Basahin ang [F Serbisyong medikal 2-1 Kapag biglang nagkasakit o malubhang nasugatan](#).

1-4 Sunog

(1) Kapag may sunog

Kapag nagkasunog, sumigaw ng “Kaji da!” upang ipaalam sa mga tao sa paligid. Tumawag kaagad sa bumbero (119) kung hindi kayang patayin ang apoy o kung umaabot na ito sa kisame.

(2) Tungkol sa patunay ng pagka-biktima ng sakuna (risai shoumei)

Kung kayo ay naging biktima ng sunog at nais ninyong makatanggap ng bawas sa binabayaranang buwis o kaya ipagpaliban ang pagbabayad nito, kinakailangan ninyo ng risai shoumei o patunay ng pagka-biktima ng sakuna. Upang mapagkalooban nito, kailangang nasuri ng bumbero ang lugar kung saan naganap ang sunog. Magtanong lamang sa nalalapit na istasyon ng bumbero para sa iba pang detalye bago mag-aplay para dito.



1 Sa oras ng emerhensiya

1-5 Aksidente sa trapiko

(1) Kapag naging biktima

Basahin ang [N Transportasyon 5-1 \(2\) Kapag naging biktima ng aksidente](#).

(2) Kapag ikaw ang maysala

Basahin ang [N Transportasyon 5-1 \(1\) Kapag naging sanhi ng aksidente](#).

(3) Pagkuha ng sertipiko ng aksidente sa trapiko (koutsuu jiko shoumeisho)

Ang sertipiko ng aksidente sa trapiko o kung tawagain ay koutsuu jiko shoumeisho ay ipinagkakaloob ng Jidousha Anzen Unten Sentaa (Center for Safe-driving) upang ipatunay na may naganap na aksidente. Kakailanganin ito kung sisingil ng bayad mula sa insurance company. Ang application form para dito ay makukuha sa kouban (presinto ng pulis) na malapit sa inyong tirahan.

Ang maaaring mag-aplay ay ang taong naging sanhi ng aksidente, ang taong naging biktima ng aksidente, kamag-anak, o iba pang taong may karapatang kumuha ng insurance money. Tandaan lamang na hindi maaaring makakuha nito kung hindi ipinahayag sa pulis ang naganap na aksidente.

1-6 Krimen

Kung nanakawan o naging biktima ng mandurukot, karahasan o stalking, ipahayag kaagad sa malapit na presinto o himpilan ng pulis. Tumawag sa 110 kung emerhensiya ito.



1 Sa oras ng emerhensiya

1-7 Iba pang halimbawa ng panahon ng emerhensiya o mga di inaasahang pangyayari (kawalan ng gamit, atbp.)

(1) Kapag nawalan ng pasaporte

Magpagawa kaagad ng sertipikong nagpapatunay na nawalan ng gamit (ishitsu todoke shoumeisho) sa malapit na himpilan ng pulis kapag nawalan ng pasaporte. Pagkatapos nito ay ilakad ang proseso upang mabigyan muli ng bagong pasaporte sa embahada ng inyong bansa na nasa Japan. Upang mabigyan muli ng bagong pasaporte, kinakailangan ang numero ng pagtanggap (juri bangou) na nakasaad sa sertipikong nagpapatunay na nawalan ng gamit kaya't dapat itong isulat o dapat magtago ng kopya ng sertipikong ito.

(2) Kapag nawalan ng alien registration card

May mga personal na impormasyon sa alien registration card kaya may posibilidad na magamit ito sa hindi magandang paraan ng kung sino mang nakapulot. Dahil dito, kinakailangang ipahayag kaagad sa himpilan ng pulis ang pagkawala nito at kinakailangan ding ilakad ang proseso upang mabigyan muli ng bagong alien registration card sa munisipyong malapit sa tinitirhan sa loob ng 14 na araw pagkatapos mawala ito.

Kailangan ding magpagawa ng bagong alien registration card kung ito ay nasira. Sa kasong nasira ito, dalhin ang lumang alien registration card sa munisipyo at magpagawa ng bago. (Basahin ang [B Alien registration 5-1 Pag-aplay ng panibagong alien registration card](#) para sa iba pang detalye.)

(3) Kapag nawalan ng ATM card

Magpagawa kaagad ng sertipikong nagpapatunay na nawalan ng gamit (ishitsu todoke shoumeisho) sa malapit na himpilan ng pulis kapag nawalan ng ATM card. Pagkatapos nito ay kaagad ipatigil nang panandalian sa bangko o credit card company ang serbisyo.

(4) Kapag may naiwan o nawawalang gamit

Pumunta sa nalalapit na himpilan ng pulis at magtanong ukol sa gamit na naiwan o nawawala. Kung sa tren o bus naiwan o nawala ang gamit, maaaring diretsong magtanong sa tagapamahala sa estasyon o kumpanya ng tren o bus.

Lahat ng impormasyon tungkol sa mga bagay na naiwan o nawala na dinala sa presinto o himpilan ng pulis ay mananatili sa nasabing presinto o himpilan, kapag hindi ito kinuha ng may-ari sa loob ng tatlong buwan, ang kung sino mang nakapulot nito ang magmamay-ari nito. Kaya't kapag nawalan ng bagay, ipahayag ito kaagad sa presinto o himpilan ng pulis.



P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

2 Sa panahon ng likas na kapahamakan

Ang Japan ay isa sa mga bansang madalas nililindol. Pagdating naman ng summer at autumn ay maraming dumadating na bagyo. Upang mabawasan ang pinsala mula sa mga likas na kapahamakan, importanteng maging handa sa lahat ng oras at alam kung ano ang dapat gawin sa pagkakataong magkaroon ng likas na kapahamakan.

2-1 Lindol

Ang Japan ay isa sa mga bansang madalas nililindol kaya't may mga pagkakataon ding may kasama itong tsunami (o malaking alon).












P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

(1) Lakas ng yanig ng lindol

Ang lakas ng yanig ng lindol ay kasalukuyang may 10 grado. Malakas ang yanig kapag malaki ang numero ng grado nito.

Grado ng lindol	Lakas ng lindol	Grado ng lindol	Lakas ng lindol
0	Hindi ito mararamdaman ng mga tao. 	5 mahina	Karamihan ng tao ay maghahanda para sa sariling kaligtasan. Maaari 
1	May mga taong makakaramdam nito kung sila ay nasa loob ng bahay o gusali. 	5 malakas	Makakaramdam ang karamihan ng kahirapan sa pagkilos. Maaaring bumagsak ang mga kabinet. 
2	May mga taong magigising kung natutulog. Kaunting gagalaw ang mga ilaw na nakalambitin sa kisame. 	6 mahina	Mahihirapan nang manatiling nakatayo. Karamihan sa mga mabibigat na kasangkapang pambahay ay gagalaw o 
3	Mararamdaman ito ng halos lahat ng tao sa loob ng bahay o gusali. Maaaring tumunog ang mga babasaging kagamitan sa kusina. 	6 malakas	Hindi na makakagalaw kung hindi gagapang. Karamihan sa mga bintanang salamin ay mababasag at ang mga pader ng mga gusali ay magigiba. 
4	Halos lahat ng mga natutulo ay magigising sa yanig. Gagalaw ang mga ilaw na nakalambitin sa kisame at tutunog ang mga babasagin kagamitan sa kusina. 	7	Hindi na makakagalaw. Karamihan sa mga bintanang salamin ay mababasag at ang mga pader ng mga gusali ay magigiba. 

Pagkatapos ng isang malaking lindol, mayroon pa itong mga mahihinang lindol na kasunod na tinatawag na





P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

yoshin (aftershock) kaya't mag-ingat dahil minsan ay kasing-lakas din ito ng naunang lindol.

(2) Kapag nagkalindol (manwal tungkol sa asal at kilos)

Sitwasyon sa oras ng paglindol	Manwal tungkol sa asal at kilos
Nasa loob ng bahay o gusali	<ol style="list-style-type: none"> 1 Kapag nagkalindol, magtago sa ilalim ng mesa upang matiyak ang sariling kaligtasan. 2 Kapag tumigil ng konti ang yanig, patayin kaagad ang stove o mga bagay kung saan maaaring pagmulan ng apoy. 3 Buksan ang pintuan upang masiguradong may labasan. 4 Mag-ingat sa mga nahuhulog na bagay at huwag magmadali kapag lalabas. 5 Maglakad patungo sa lugar ng paglisan (evacuation place). 6 Makipagtulungan sa mga tao sa paligid at mainam na magdala ng radyo upang makakuha ng pinakabagong impormasyon.
Nasa loob ng elevator	<ol style="list-style-type: none"> 1 Pindutin ang lahat ng pindutan ng maaaring babaang palapag. 2 Tingnan kung maaaring bumaba sa lugar na pinagtigilan. (Kapag may automatic elevator device implantation, maaaring tumigil ang elevator sa pinakamalapit na floor). 3 Kapag tumigil ang elevator o ayaw bumukas ang pinto dahil walang kuryente, pindutin ang pindutan para sa emerhensiya at maghintay ng sasagot na tao.
Nasa labas ng bahay o gusali	<ol style="list-style-type: none"> 1 Mag-ingat dahil may posibilidad na matumba o mahulog ang mga signboard at sementong pader. 2 Tiyaking walang mga natutumba o nahuhulog sa paligid at magmadaling pumunta sa pinakamalapit na lugar kung saan ligtas sa pinsala.
Nagmamaneho ng sasakyan	<ol style="list-style-type: none"> 1 Hawakan ng dalawang kamay ang manibela at dahan-dahang itigil ang sasakyan. 2 Huwag humarang sa gitna ng kalsada dahil maaaring dumaan ang mga ambulansya o fire truck dito. 3 Iwanan ang susi ng sasakyan, huwag i-lock ito at maglakad patungo sa lugar ng paglisan.
Nasa loob ng tren o sasakyan	<ol style="list-style-type: none"> 1 Humawak nang maigi sa hawakan sa loob ng tren o sasakyan. 2 Kahit na huminto man ang tren sa gitna, huwag buksan ang emergency door at lumabas o tumalon mula sa bintana nang walang pahintulot ng namamahala ng tren. 3 Sundin ang taga-manipula ng tren o mga namamahala ng tren.

(3) Paghanda sa sakuna pagkatapos ng lindol

Sunog ang pinakamadalas na sakuna pagkatapos ng lindol. Upang maiwasan ito, patayin ang lahat ng maaaring pagmulan nito. Kapag tumigil ang isang yanig ng lindol, patayin kaagad ang gas o stove kung ito ay ginagamit. Patayin ang pinaka-main na buksan ng gas o tanggalin mula sa saksakan ang mga kagamitang de-kuryente. Patayin muna ang breaker ng kuryente kung lilisan (evacuate). Kung sakaling nagkasunog, humingi kaagad ng tulong sa mga kapit-bahay upang mapatay kaagad ang sunog habang maaga.

May mga pagkakataon ding may tsunami pagkatapos ng lindol. Ang tsunami ay kadalasang dumadating bago pa ito ipahayag sa telebisyon o radyo. Kung nakaramdam ng lindol, lumayo kagaad sa dagat at tumungo sa mataas na lugar kung saan ligtas. Posibleng magka-tsunami nang dalawa o tatlong beses kaya hintayin ang mga pahayag ukol dito at huwag muna lumapit sa dagat.





2 Sa panahon ng likas na kapahamakan

2-2 Bagyo

Maraming bagyo sa Japan mula Hulyo hanggang Oktubre at kasama dito ang malalakas na ulan at hangin. Maaaring magkaroon ng landslide o baha at mag-ingat din sa mga gamit na lumilipad dahil sa lakas ng hangin.

(1) Bagyo

Bagyo ang tawag sa mga tropikal na depresyon na nagmumula sa Pacific Ocean at South China Sea na ang pinakamalakas na bilis ng hangin ay mahigit sa 17.2m/s. Mag-ingat din sa mga hurricane o cyclone dahil malaki din ang pinsalang maaaring idulot nito.

Ang average pressure sa paligid ng Japan ay 1013hPa kaya't kung may nalalapit na bagyo, bumababa ang pressure dito. Kapag mas mababa ang pressure, may posibilidad na mas malakas ang ulan at hangin.

Ang hangin ng bagyo sa Japan ay counter-clockwise (papunta sa kaliwang bahagi). Ang hangin ay mas malakas sa kanang bahagi ng direksyon kung saan patungo ang bagyo dahil pareho ang direksyon ng hanging dinudulot ng bagyo at ng hanging nagdadala sa bagyo. Naiiba ang laki ng pinsalang naidudulot ng bagyo depende sa patutunguhan nito kaya't alamin ang pinakabagong balita ukol sa bagyo at maghanda para dito.

Lumalakas ang hangin at tumataas ang lebel ng tubig sa dagat kung may low pressure na nalalapit kaya't mag-iingat dito. Tumataas ang lebel ng tubig sa dagat nang 1 cm sa bawat 1hPa na pagbaba ng pressure at sa bawat dobleng pagbilis ng hangin. Kung nagkataong high tide ay mas mataas pa ito kaya iwasang lumapit sa dagat sa panahong ito.

(2) Lakas ng bagyo

Ang lakas ng hanging dulot ng bagyo ay nagmumula sa pressure ng gitna ng bagyo at ito ay ipinapahiwatig sa pamamagitan ng pinakamalakas na bilis ng hangin.

Uri ng lakas ng hangin	Pressure sa gitna (hPa)	Pinakamalakas na bilis
Mahinang bagyo	990~	17.2~25m
Ordinaryong bagyo	950~989	25~33m
Malakas na bagyo	930~949	33~45m
Napakalakas na bagyo	900~929	45~50m
Pinakamalakas na bagyo	~900	Mahigit sa 50m



P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

(3) Antas ng bagyo (ayon sa laki)

Ang antas ng bagyo ay ipinapahiwatig sa pamamagitan ng sumusunod. Ang rehiyon ng malakas na hangin (kyoufuuiki) ay ang salitang ginagamit sa mga rehiyon na may bilis ng hangin na 15m/s. Rehiyon ng napakalakas na hangin (boufuuiki) naman ang tawag sa mga rehiyon kung saan mas mahigit dito ang bilis ng hangin.

Antas	Rehiyon ng malakas na hangin
(Walang salita para dito)	Hindi humihigit sa 500km
Malaki	Mahigit sa 500km ngunit hindi lumalampas ng 800km
Napakalaki	Mahigit sa 800km

(4) Lakas ng hangin

Ang mga sumusunod ay ang mga pinsalang maaaring idulot ng bagyo.

Average na bilis ng hangin	Epekto sa tao o pinsala sa mga gusali at iba pa
10 m/s ang bilis	Hindi na makagamit ng payong. Magsisiliparan na ang mga signboard o mga yero na hindi nakalagay nang maigi.
15 m/s ang bilis	Masisira na ang mga greenhouse. Magsisiliparan na ang mga signboard o mga yero.
20 m/s ang bilis	Maaaring liparin ang mga bata. Hindi na makakatayo kung hindi ibaluktot ang katawan nang 30 degrees.
25 m/s ang bilis	Mababali ang mga maliliit na punong-kahoy. Maaaring masira ang mga shutter na gawa sa bakal. Mababasag ang mga salamin sa bintana dahil sa mga bagay na nilipad ng hangin. Matutumba ang mga antena at iba pa. Liliparin ang mga bubong at matutumba ang mga pader sa labas ng bahay na hindi nagawang maayos.
30 m/s ang bilis	Magsisiliparan ang mga bubong at magsisimulang masira ang mga bahay na gawa sa kahoy. Maaaring tumumba ang mga poste.
35 m/s ang bilis	Maaaring matumba ang tren.
40 m/s ang bilis	Hindi na makakatayo kung hindi ibaluktot ang katawan nang 45 degrees. Magsisiliparan ang mga maliliit na bato.
50 m/s ang bilis	Babagsak ang mga karamihang bahay na gawa sa kahoy. Matutumba rin ang mga puno.
60 m/s ang bilis	Maaaring mabaluktot pati mga gawa sa bakal.

(5) Sukat ng patak ng ulan

Ang mga sumusunod ay ang mga kondisyon batay sa sukat ng patak ng ulan.

Sukat ng patak ng ulan sa isang oras	Kondisyon
5~10 mm	Maiipon ang tubig sa kalsada. Maririnig nang maigi ang tunog ng ulan.
10~20 mm	Mahihirapang marinig ang usapan dahil sa lakas ng tunog ng ulan. Kapag nagpatuloy nang matagal ang ulan, mag-ingat at maghintay ng mga pahayag ukol dito.
20~30 mm	Maaaring umapaw ang tubig at magkaroon ng mababaw na baha. Posibleng magka-landslide.





P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

Mahigit sa 30 mm	Masyadong malakas ang ulan. Maghanda para sa paglisan at kung mukhang hindi na ligtas sa sariling tirahan ay kusang pumunta sa lugar kung saan maaaring lumisan.
------------------	--

(6) Kapag may bagyo

1 Isara ang mga bintana o shutter.
2 Huwag lumabas kung malakas ang hangin.
3 Alamin ang pinakabagong ulat ukol sa bagyo. Lumisan kaagad kahit na hindi pa gaanong kalakas ang hangin basta't may pahayag na kinakailangang lumisan.
4 Huwag lumapit sa bumagsak na poste ng kuryente o mga linya ng kuryente.



2 Sa panahon ng likas na kapahamakan

2-3 Matinding pagbagsak ng snow (ooyuki at gousetsu)

Bumabagsak ang snow sa mga rehiyon na malalamig, tulad ng mga lugar sa hilaga, sa silangang-hilaga na malapit sa Japan Sea at sa Hokkaido mula Disyembre hanggang Marso. May mga pagkakataong umaabot ng mahigit sa 5m ang taas ng naipon na snow (ito ang tinatawag na gousetsu) depende sa taon at maaaring gumuho ang bahay na gawa sa kahoy kapag ito ay matabunan nito.

(1) Ingatan ang sarili sa gitna ng matinding pagbagsak ng snow

Kinakailangan maging laging handa sa pagbagsak ng snow ang mga taong nakatira sa lugar sa hilaga, sa silangang-hilaga na malapit sa Japan Sea at sa Hokkaido na kung tawagin ay yukiguni. Magsuot ng mga sapatos na hindi madulas kapag lalabas at tiyaking walang masyadong maraming dala upang magamit ang dalawang kamay at mag-ingat upang hindi madulas at madapa.

Importanteng laging magtanggap ng mga naipong snow subali't mag-ingat nang husto dahil maraming mga namamatay dahil sa pagtanggap ng naipong snow mula sa bubong. Kapag magtatanggap ng naipong snow sa bubong, siguraduhing may taling sumusuporta sa inyong sarili, hindi madulas ang sapatos, hindi gumagalaw ang akyatan at mainam na gawin ito nang may iba pang kasama at hindi nag-iisa. Sa pagtatanggap naman ng naipong snow sa paligid ng bahay, mag-iingat sa snow na nahuhulog mula sa bubong.

(2) Pagmamaneho sa mga daan na natabunan ng snow

Iwasan ang pagmamaneho sa mga daan na natabunan ng snow. Kapag kinakailangang magmamaneho, mag-ingat sa mga sumusunod.

1 Huwag biglaan at siguraduhing dahan-dahan ang pag-apak sa akselereytor at breyk at paggamit ng manibela.

Bawal ang biglaang pag-andar o paghinto ng sasakyan.

2 Daanan ang mga kalsadang maraming gumagamit.

3 Kapag matagal o mahaba ang pagmamaneho, ipasuri muna ang baterya ng sasakyan sa mga gasolinahan.

4 Studless tire ang dapat na ginagamit sa mga sasakyan kapag dadaan sa mga daan na natabunan ng snow.

Delikado ang paggamit lamang nito sa dalawang gulong sa harap ng sasakyan kaya't siguraduhing ito ang gamitin para sa lahat ng gulong. Kapag tire chain ang gagamitin, patakaran na gamitin lamang ito sa dalawang gulong sa harap ng sasakyan.



P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

2 Sa panahon ng likas na kapahamakan

2-4 Pagguho ng lupa o landslide

Ang pagguho ng lupa ay dulot ng mga bagyo, malalakas na ulan, lindol o pagkatunaw ng snow. Mag-ingat sa panahon ng tag-ulan at bagyo. Kailangang mag-ingat ang mga taong nakatira sa malapit sa bundok kapag ang sukat ng patak ng ulan sa isang oras ay mahigit sa 20mm o kapag mahigit na sa 100mm ang sukat ng patak ng ulan mula sa simula ng pag-ulan.



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.



2 Sa panahon ng likas na kapahamakan

2-6 Pagkuha ng impormasyon kaugnay sa sakuna

Upang maiwasan ang mga sakuna na dulot ng natural na kalamidad, makinig o alamin lagi ang mga pahayag, babala at alerto. Maaaring malaman ang pinakabagong impormasyon ukol dito sa mga radyo, telebisyon o internet.

Laging ipinapahayag sa telebisyon o radyo ang pagdating o paglapit ng isang bagyo.

(1) Pagkuha ng impormasyon tungkol sa mga babala at alerto mula sa radyo o TV

Ang babala o tinatawag na chuuihou ay nagpapahayag na may posibilidad na magkaroon ng kalamidad. Ang alerto o tinatawag na keihou naman ay nagpapahayag na may posibilidad na magkaroon ng malaking kalamidad. Ngunit hindi ibig sabihin na keihou lamang ang dapat na pakinggan. Siguraduhing laging handa para sa mga hindi inaasahang sakuna.

●Alerto

Alerto para sa malakas na ulan	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng malaking kalamidad (tulad ng baha at landslide) na dulot ng malakas na ulan.
Alerto para sa baha	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng malaking kalamidad na dulot ng pagtaas ng tubig sa ilog dahil sa malakas at mahabang pag-ulan at pagkatunaw ng snow. Maaaring umapaw ang ilog at bumaha. Ipinapahayag din ang pangalan ng ilog.
Alerto para sa malakas na snow	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng malaking kalamidad na dulot ng makalas na snow.
Alerto para sa malakas na hangin	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng malaking kalamidad na dulot ng malakas na hangin.
Alerto para sa malakas na hangin at snow	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng malaking kalamidad na dulot ng malakas na hangin na may kasamang snow. Hindi lamang malaking kalamidad dahil sa malakas na hangin kung hindi malaking kalamidad dahil mahirap makita ang dinadaan dahil sa snow.
Alerto para sa malaking alon	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng malaking kalamidad na dulot ng malaking alon. Ito ay iba pa sa tsunami na dulot naman ng lindol.
Alerto para sa high tide	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng malaking kalamidad na dulot ng pagtaas ng lebel ng tubig sa dagat dahil sa bagyo o low pressure.



P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

● Babala

Babala para sa malakas na ulan	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng kalamidad (tulad ng pagbaha at landslide) na dulot ng malakas na ulan. Kahit na tumila na ang ulan ay maaaring magpahayag nito kung may posibilidad na magkaroon ng landslide.
Babala para sa baha	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng kalamidad na dulot ng pagtaas ng tubig sa ilog dahil sa malakas at mahabang pag-ulan at pagkatunaw ng snow. Maaaring umapaw ang ilog at bumaha. Ipinapahayag din ang pangalan ng ilog.
Babala para sa malakas na snow	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng kalamidad na dulot ng makalas na snow.
Babala para sa malakas na hangin	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng kalamidad na dulot ng makalas na hangin.
Babala para sa hangin at snow	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng kalamidad na dulot ng malakas na hangin na may kasamang snow. Hindi lamang kalamidad dahil sa malakas na hangin kung hindi kalamidad dahil mahirap makita ang dinadaan dahil sa snow.
Babala para sa malaking alon	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng kalamidad na dulot ng malaking alon. Ito ay iba pa sa tsunami na dulot naman ng lindol.
Babala para sa high tide	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng kalamidad na dulot ng pagtaas ng lebel ng tubig sa dagat dahil sa bagyo o low pressure.
Babala para sa makapal na fog	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng kalamidad na dulot ng makapal na fog kaya't mahirap makita ang dinadaan.
Babala para sa kidlat	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng kalamidad na dulot ng pagkidlat tulad ng malakas na hangin o hailstorm.
Babala para sa avalanche o pagguho ng snow	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng kalamidad na dulot ng pagguho ng snow.
Babala para sa pagkatunaw ng snow	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng kalamidad na dulot ng pagkatunaw ng snow.
Babala sa tuyot na klima	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng kalamidad dahil sa tuyot ang hangin sa kapaligiran. Ipinapahayag ito kung malaman na dahil sa kalagayan ng kapaligiran ay malaki ang panganib na magkaroon ng sunog.
Babala sa mababang temperatura	Ipinapahayag ito kung may posibilidad na magkaroon ng kalamidad dahil baba ng temperatura. Ipinapahayag ito kung dahil sa baba ng temperature nagkaroon ng malaking pinsala sa mga tanim na sinasaka, kung may posibilidad na magkaroon ng malaking pinsala dahil sa pagputok ng linya ng tubig sa panahon ng taglamig.

(2) Pagkuha ng impormasyon mula sa institusyong pampamahalaan sa inyong munisipyo

Kapag nagkaroon ng likas na kapahamakan o kapag may posibilidad na magkaroon nito, kadalasang ito ay ipinapahayag sa pamamagitan ng malakas na speaker sa mga munisipyo. Ipinapahayag dito ang sitwasyon ng kalamidad at kung kinakailangan lumisan. Makinig sa mga pahayag mula sa munisipyo kasama ng mga pahayag mula sa telebisyon o radyo.





P Sa oras ng emerhensiya at sakuna

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

2 Sa panahon ng likas na kapahamakan

2-7 Paglisan (evacuation)

(1) Pagtiyak ng mga lugar kung saan maaaring lumisan

Panandaliang lugar para sa paglisan (o panandaliang lugar ng pagtitipon)	Ito ay lugar kung saan maaaring lumisan at panandaliang iligtas ang sarili sa panahon ng kalamidad. Ito rin ang lugar ng pagtitipon bago pumunta sa malaking lugar para sa paglisan. Ito ay kadalasang elementaryang paaralan o junior high school o park na malapit.
Malaking lugar para sa paglisan	Ito ay lugar kung saan maaaring lumisan sa oras ng malaking kalamidad upang iligtas ang sarili. Pangkaraniwang malaking lugar ito tulad ng park o plasa.

Ang mga lugar para sa paglisan ay pangkaraniwang may larawan ng taong tumatakbo sa luntiang bilog o di kaya ay may nakasulat na hinan basho sa wikang Hapon.

Maging handa sa mga oras ng kalamidad at kumuha ng mapa ng mga lugar para sa paglisan upang malaman kung paano pumunta dito.



(2) Patnubay tungkol sa paglisan

Nagpapahayag na kinakailangang lumisan ang munisipyo sa panahon ng kalamidad o kung may posibilidad na magkaroon nito kaya't sundin ito at lumisan kasama ng ibang kapit-bahay. Ngunit sa situwasyon kung saan nakikita ninyong may usok na o sunog, delikado na ito kaya't kusang lumisan lamang kahit wala pang pahayag mula sa munisipyo.

(3) Paraan ng paglisan

Huwag magdala ng maraming gamit at maglakad lamang kung lilisan. Magtulungan kung may mga bata, matatanda o taong may sakit o nasugatan.