するの（３）

への ちいてを

もしのりにのががっているがあったら、まずですことができるかどうかちいてしてください。

もし、がまださければ、をうかをのなどでぬらしてからかぶせると、えがるのをぐがあります。

りにがいるは、やのなどをって、にをすことができないかをけてみてください。

すでにがえがり、ですことがしいは、のをしながらやかにげてください。

をくして、がってきていないかよくし、にきまれないようにしてください。

できなれがあったなどは、のため、がきていないかをにしているたちでけしてしておくと、よりです。

【364文字】

Mga bagay na dapat pag-ingatan sa paglikas sa oras ng lindol（３）

Unang hakbang ng pagtugon sa pag-apula ng apoy: Maging kalmado sa pagkilos.

Kung may lumalaking apoy sa lugar malapit sa inyo, maging kalmado sa analisasyon kung kaya ninyong apulahin ang apoy mag-isa.

Kung maliit pa ang apoy, gumamit ng fire extinguisher o kumot na binasa sa tubig mula sa bath tub, itaklob ito sa apoy, epektibo itong paraan upang maapula ang apoy.

Kung may ibang tao sa paligid, humingi ng tulong sa paggamit ng fire extinguisher o sa paggamit ng basang kumot at magtulungan sa pag-apula ng apoy.

Kung kumalat na ang sunog at mahirap nang maapula ito mag-isa, lumikas kaagad habang tinitiyak ang kaligtasan ng paligid.

Siyasatin ang paligid, tiyakin kung malayo pa ang sunog, ingatan na huwag kayong madamay sa sunog.

Mas matitiyak ang kaligtasan kung magkakaisa ang mga tao sa komunidad sa pagtiyak kung wala bang sunog sa paligid sa oras na magkaroon ng aftershock.