|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 番号 | 見出し／本文 | インドネシア語 |
| 6 | 大雪や寒波の時の留意点 | Hal – hal yang harus diperhatikan saat salju lebat dan gelombang dingin |
| 大雪や寒波（急激に寒くなること）の時は、道路が滑りやすくなったり、電車などが止まることがあるので、外出するのはやめてください。  もし、外に出るときは、雪ですべらないように、  〇滑りにくい靴を履く  〇荷物はリュックにまとめて、両手が使えるようにする  〇ちいさな歩幅で歩く  〇靴の裏全体をつけて歩く  〇時間に余裕をもって歩く ようにしてください。  また、屋根など高い所から雪がまとまって落ちてくることがあります。頭上にも注意しましょう。  二輪車（バイクや自転車）は転倒のおそれが非常に高いため、運転しないでください。  公共交通機関を利用する場合は、普段より時間がかかり、混雑することが予想されます。運行情報や迂回ルートを確認してから行動しましょう。  いずれの移動手段でも、大雪のピーク時に行動すると、大きなケガにつながったり、帰宅困難になったりします。慎重に行動してください。 | Hindari keluar saat terjadi salju lebat atau gelombang dingin (perubahan cuaca dingin secara cepat), karena jalanan dapat menjadi licin dan transportasi umum seperti kereta dapat berhenti beroperasi.  Jika diharuskan keluar, perhatikan hal berikut agar tidak tergelincir di salju:  -Gunakan sepatu yang tidak licin.  -Gunakanlah ransel untuk membawa barang agar kedua tangan bebas.  -Berjalan dengan langkah kecil.  -Melangkahlah dengan menapakkan seluruh bagian bawah sepatu saat berjalan.  -Berjalan dengan tidak terburu–buru.  Perhatikan juga atas potensi bahaya dari salju yang jatuh dari tempat tinggi seperti atap.Harap berhati-hati terhadap bagian kepala anda.  Hindari mengendarai kendaraan roda dua (sepeda motor atau sepeda) karena risiko terjatuh sangat tinggi.  Saat menggunakan transportasi umum, diperkirakan akan memakan waktu lebih lama dan lebih padat dari biasanya. Sebelum berangkat, pastikan untuk memeriksa informasi perjalanan dan rute alternatif.  Dengan cara bepergian apapun (Baik dengan alat transportasi ataupun berjalan kaki), hindari beraktivitas pada saat puncaknya salju lebat, karena dapat menyebabkan cedera serius atau kesulitan saat kembali pulang. Bersikaplah dengan hati-hati. |