

## 6 Laging Paghahanda para sa Kalamidad ng kalikasan

Sa bansang Hapon, mula Hunyo hanggang Oktubre ay panahon ng malakas na pag-ulan at bagyo, at ang ulan at hangin ay maaaring maging sanhi ng pag-apaw ng mga ilog, pagguho ng lupa na maring mag dulot ng pinsala.

Ang bansang Hapon ay isang bansa sa mundo na kung saan maraming lindol na nagaganap. Kaya ugaliing maging handa.

### (1) Paghanda sa panahon ng malakas na ulan at bagyo

Kung and malakas na ulan o bagyo ay papalapit., nararapat maghanda sa mga sumusunod na alituntunin.

1. Alamin ng maagap kung saan ang hazard areas at emergency evacuation shelters gamit ang hazard maps o ang Hiroshima City Disaster Prevention Portal (<http://www.bousai.city.hiroshima.lg.jp/>), atbp.
  - 😊 Hindi kailangang lumikas kung ikaw ay nasa ligtas na lugar.
  - I-download sa smartphone ang app sa pahina 33 (Pumunta Sa Lugar Ng Paglikas) upang makakuha ng impormasyon tungkol sa sakuna.
2. Makinig ng mabuti sa radyo o telebisyon tungkol sa ulat ng panahon (radyo, TV, atbp)
3. Ihanda ang mga bagay na dadalhin sa panahon ng paglikas, tulad ng pagkain, tubig na maaring inumin, gamot at mahahalagang pag-aari (pera, bankbook, ATM card, pasaporte, atbp.) Para maiwasan ang pagkalat ng COVID-19, siguraduhin din na magdala ng mask, disinfectant wipes at thermometer at iba pa. Magtabi ng pagkain at mainom na tubig at iba pang kailangan na sapat sa pamilya sa loob ng 3 araw, hanggat maaari ihanda na sa tahanan.
4. Maghanda ng flashlight at radio para sa panahon ng walang kuryente.
5. Ipasok sa loob ng bahay ang mga bagay na madaling liparin ng hangin katulad ng mga paso o mga bagay na ginagamit sa pagsasampay ng mga damit.
6. Aktibong makilahok sa mga pagsasanay ukol sa pag-iwas sa kalamidad na isinasagawa ng komunidad.



Hiroshima City  
Disaster Prevention Portal



Bersyon sa wikang banyaga  
ng hazard map

### (2) Antas ng Disaster Warning

Ang Lungsod ng Hiroshima ay mayroong limang antas (level) ng pagpapahayag ng posibilidad ng isang kalamidad at kung kailangan na ang paglikas. Kung Level 4 ay ipinahayag, **ang lahat ng tao na nakatira sa mapanganib na lugar o nakakaramdam ng panganib ay dapat ng lumikas.**

\* Basahin ang Landslide and Flood Hazard Maps ng Lungsod ng Hiroshima upang malaman kung ang inyong tinitirahan ay maaaring may panganib.

Antas (Warning Level)	Dapat gawin	Impormasyon ng Paglikas
1	Bigyang pansin ang impormasyon ukol sa panahon at maging handa	Maagang Babala
2	Alamin ang lugar na paglilikasan at daan kung paano makakalikas	Babala ng pagbaha at malakas na pag-ulan
3	<b>Paglikas sa matatanda</b>	<b>Para sa mga matatanda at taong may kabagalang kumilos, simulan na ang paglikas.</b>
4	<b>Lumikas kaagad lahat ng mamamayan</b>	<b>Kung nakatira sa apektadong lugar o nakakaramdam ng panganib, lumikas agad sa evacuation area</b> 🚶 Kung mapanganib ang daan sa lugar na paglilikasan, pumunta sa pinakamalapit na ligtas na lugar.
<b>~~~~~&lt;Siguraduhing lumikas kapag nakarating sa babalang level 4!&gt;~~~~~</b>		
5	<b>May naganap na sakuna o pangyayari; panganib sa buhay</b>	Gawin ang aksyon na sa tingin mo ay pinakamahusay upang ma- protektahan ang iyong buhay. ✘ Babala: ang antas na 5 ay maaaring hindi mailathala
		Mabilisang paglikas para sa sariling kaligtasan

### (3) Paghahanda para sa Lindol

Hindi natin alam kung kailan magkakalindol. Mangyaring mag handa bago pa ito mangyari.

1. Siguraduhing hindi matutumba ang mga kagamitan sa bahay, kaya dapat itong lagyan ng saklay.
2. Alisin sa palibot ng kalan ang mga bagay na madaling masunog.
3. Makipag ugnayan sa inyong pamilya o mga taong malapit sa inyo, pag usapan kung saan kayo lilikas at paano kayo mag kakausap (tulad ng Dial 171 Disaster Emergency).
4. Ihanda ang mga bagay na dadalhin sa panahon ng paglikas, tulad ng pagkain, tubig na maaring inumin, gamot at mahahalagang pag-aari (pera, bankbook, ATM card, pasaporte, atbp.) Para maiwasan ang pagkalat ng COVID-19, siguraduhin din na magdala ng mask, disinfectant wipes at thermometer at iba pa. Magtabi ng pagkain at maiinom na tubig at iba pang kailangan na sapat sa pamilya sa loob ng 3 araw, hanggat maaari ihanda na sa tahanan.
5. Siguruhin o suriin ang kundisyon sa pook o paligid ng inyong gusali.
6. Alamin ang mga Evacuation Area ng inyong lugar at mga daan patungo ditto.
7. Aktibong makilahok sa mga pagsasanay ukol sa pag-iwas sa kalamidad na isinasagawa ng komunidad.

### (4) Ano dapat gawin sa panahon na may Lindol

Sa panahong may lindol huwag mag-panik at gawin ang mga sumusunod:

1. Magkubli sa ilalim ng mesa
2. Patayin ang anumang apoy hanggang humupa o tumigil na ang paglindol
3. Buksan ang pintuan upang magkaroon ng labasan
4. Kaagad patayin ang apoy sa pag gamit ng extinguisher
5. Mag-ingat sa mga bubog sa loob ng bahay
6. Huwag magpanik at huwag tatakbo pa labas
7. Huwag lumapit sa tarangkahan at pader
8. Bigyan pansin ang mga kapitbahay
9. Makipagtulungan sa pagtulong sa mga tao
10. Kumuha ng tamang impormasyon mula sa radyo o telebisyon



### Memo: Mga magagamit na Apps para sa Disaster Prevention



**Pumunta sa Lugar ng Paglikas!** ay isang libreng app na nagbibigay ng kaalaman na malaking tulong na dapat gawin bago mangyari ang kalamidad. Malalaman dito ang mga emergency na impormasyon tulad ng utos ng paglikas at kung gaano kapanganib ang kasalukuyang kinatatayang lugar. Makikita rin dito ang rutang malapit sa evacuation site. Ito ay nasa 8 wika: Ingles, Intsik (tradisyunal / pinasimple), Koreano, Hapon, Espanyol, Portugis, Filipino, Biyetnamis.



I-download dito:



**Safety Tips!** ay isang libreng app na nagbibigay ng kaalaman na malaking tulong sa mga sumusunod : tulad ng emergency na lindol, tsunami, pagputok ng bulkan, tungkol sa pagbabago ng biglaang klima, at protekyon ng panganib para sa mga mamamayan. Mayroon itong maraming mga tampok na kapaki-pakinabang sa mga sakuna. Ito ay nasa 15 wika, kasama ang Ingles, Intsik (tradisyunal / pinasimple), Koreano, Hapon, Espanyol, Portugis, Biyetnamis, Tagalog, atbp.

## (5) Lugar ng Paglilikasan at Tirahan (Evacuation Sites and Shelters)

Kung mayroong abiso sa paglikas mula sa pulisya ng local ward office, departamento ng sunog, samahan ng pag-iwas sa kalamidad, atbp. o kung nasira ang inyong bahay o may panganib ng sunog, lumikas sa isang ligtas na lugar ayon sa sitwasyon.

### 1. Itinalagang Emergency Evacuation Sites

Sa mapanganib na sitwasyon, mayroong shelter o sites para sa mga biktima. Ang mga evacuation shelter o sites ay depende sa kalamidad. Ang mga kalamidad ay nauuri sa pagguho ng lupa, baha, paglaki ng tubig, lindol, tsunami at malalaking sunog.

### 2. Itinalagang Emergency Evacuation Shelter

Ang mga pasilidad na ito ang maaaring gamitin na pandaliang tirahan at shelter sa mga taong nawalan ng bahay. Mahalagang malaman na bago mangyari ang kalamidad, alamin sa inyong local ward office (pahina 39), fire station (pahina 43), o iba pang institusyon na katulad ng mga ito. Bisitahin ang mga evacuation area at alamin ang ruta ng paglikas dito, upang magkaroon ng kaalaman sa posibleng kalamidad.

**Maaari po ninyong saliksikin para sa publikong lugar ng paglikas at pag iwas sa kalamidad sa mga sumusunod na lugar.**

- Disaster Information Website  
(<https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/saigaiinfo/>)



Disaster Information Website

- Hiroshima Prefecture Disaster Prevention Web  
(<http://www.bousai.pref.hiroshima.jp/>).



Hiroshima Prefecture Disaster Prevention Web

Hindi kailangan na gumamit ng pambublikong evacuation area; kausapin ang inyong mga kamag-anak at kaibigan tungkol sa paglikas sa kanilang bahay o sa iba pang ligtas na lugar.

## (6) Mga dapat tandaan sa paglikas

1. Bago pumunta sa lilikasang lugar, siguruhing patayin ang lahat ng pagmumulan ng apoy (isara ang gas, at naka-off ang circuit breaker).
2. Huwag kalimutang dalhin ang sinulat na listahan ng Evacuation Area at ibang impormasyon nito
3. Magsuot ng kasuotang makakagkilos ng maayos at huwag kalimutang protektahan ang ulo.
4. Magdala ng mga gamit na kakailanganin sa isang backpack o katulad na bag sa panahon ng paglikas.
5. Kung mapanganib ang pagpunta sa lugar ng paglikas evacuation lumikas sa mataas na lugar sa matibay na gusali.
6. Iwasan ang masikip na daan, iwasang lumapit sa bakod ng bahay at sa ilog sa pagpunta sa evacuation area

## (7) Medical at Emergency Card para sa mga dayuhang mamamayan

Upang matulungan ang mga dayuhang mamamayan kapag nakatagpo sila ng mga likas na sakuna, mga insidente, aksidente, atbp at hindi pamilyar sa mga Hapon, hindi nila maipaliwanag nang maayos ang kanilang sarili. Ang booklet na ito ay nilikha at ipinamamahagi. Mangyaring gamitin ito na nilimbag na may pahina 56. Maaari mo ring i-download ito mula sa website ng Lungsod ng Hiroshima. Para sa mga detalye, makipag-ugnay sa Internationalization Division (Tel. 082-247-0127).

