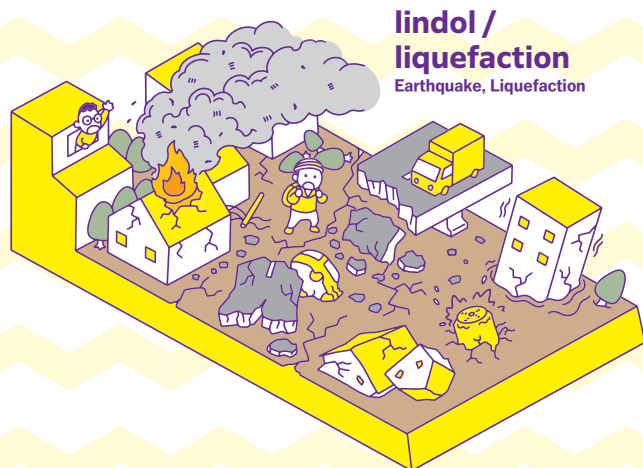




Para maging handa sa sakuna, maisalba ang buhay, at maipagpatuloy ang pamumuhay

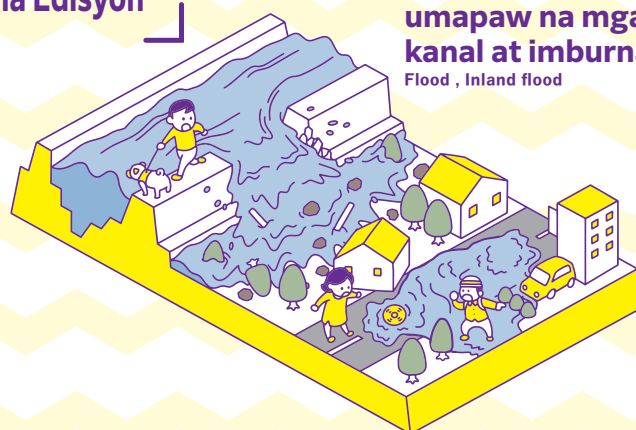
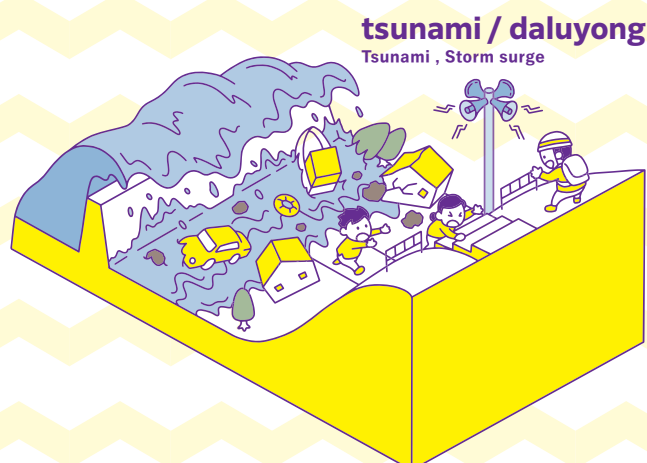
はなごや
ハザードマップ
ぼうさいが いどぶっく
防災ガイドブック

Hazard Map, Guidebook Laban sa Sakuna

Filipino

Espesyal na Edisyon

baha /
baha mula sa
umapaw na mga
kanal at imburnal
Flood, Inland flood



Guidebook Laban sa Sakuna

1 Mga salitang madalas gamitin kapag may sakuna

Kanji	Alpabetong Romano	English	Filipino	Kanji	Alpabetong Romano	English	Filipino
しぜんさいがい 自然災害	Shizen Saigai	Natural Disaster	Likas na sakuna	ちゅういほう 注意報	Chūihō	Advisory	Payo na mag-ingat
じしん 地震	Jishin	Earthquake	Lindol	けいほう 警報	Keihō	Warning	Babala
つなみ 津波	Tsunami	Tsunami	Tsunami	とくべつけいほう 特別警報	Tokubetsukeihō	Emergency Warning	Malubhang babala
たいふう 台風	Taifū	Typhoon	Bagyo	きんきゅうじしんそくほう 緊急地震速報	Kinkyū Jishin Sokuhō	Earthquake Early Warning	Kagyat na Babala sa Lindol
あめ 雨	Ame	Rain	Ulan	ひなん し じ 避難指示	Hinan Shiji	Evacuation Instruction	Utos sa paglisan
ごうう 豪雨	Gōu	Heavy Rain	Malakas na ulan	きんきゅうひなん 緊急避難	Kinkyū Hinan	Emergency Evacuation	Emerhensiya ng paglikas
ひがいそうてい 被害想定	Higai Sōtei	Estimated Damage	Tinatayang pinsala	ひなんじょ 避難所	Hinanjo	Shelter	Evacuation site

2 Mangalap ng impormasyon

Mangalap ng impormasyon sa telebisyon, radyo, at website kapag may dumating na lindol, bagyo, o malakas na ulan.

Nagoya International Center (NIC)		serbisyo sa telepono	Nagoya Hazard Map Guidebook Laban sa Sakuna
Opisyal na website ng NIC  - Maaaring kumonsulta sa dayuhang wika. Tel: 052-581-0100 →English, Chinese, Korean, Spanish, Portuguese, Filipino, Easy Japanese - Ilalabas ang impormasyon tungkol sa paglikas sa wikang dayuhan.		Maaaring marinig sa telepono ang sinasabi sa loudspeaker para sa sakuna.  避難指示が発令されました Opisyal na ipinahayag ang utos ng paglikas Alert Level 4 Evacuation Instruction Japanese: 0180-995-926 English : 052-957-9260 Chinese : 052-957-9261 Korean : 052-957-9262	Ito ay mapa kung saan malalaman ang mga mapanganib na lugar at evacuation site (kung saan lilikas).   Nagoya Hazardmap Bosai Guidebook
Impormasyon sa paglikas ng NIC		Payo para sa kaligtasan	App laban sa sakuna ng Nagoya City
NIC Evacuation Information  Naglalabas din ng impormasyon sa Facebook.		Maaaring basahin ang pang-emerhensiyang impormasyon kapag may sakuna sa wika bukod sa Japanese. 14 wika tulad ng English, Chinese, Korean, Spanish, Portuguese atbp.   	Maaaring makita ang map sa itaas gamit ang smartphone. Maaari din itong basahin sa English at Chinese. Maaari itong i-download nang libre.    

3 Lindol

Ang Japan ay bansa na may maraming lindol. Alalahanin kung ano ang gagawin kapag lumindol, at ang mga ihahanda para sa lindol.



Mag-shake out kaagad kapag yumanig!

Kapag lumindol, isagawa kaagad ang 3 kilos (Shake Out).

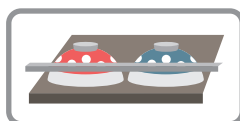


Loob ng bahay

Huwag maglagay ng malaking muwebles sa loob ng silid-tulugan.



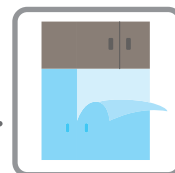
Ipirmi ang refrigerator upang hindi ito matumba.



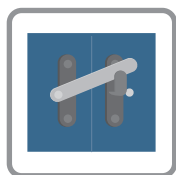
Siguraduhing hindi mahuhulog ang mga pinggan.

Siguraduhing hindi matutumba ang telebisyon at mga muwebles sa loob ng bahay. Siguraduhing hindi mahuhulog ang mga bagay.

Ipirmi ang mga malalaking muwebles sa pader o kisame upang hindi ito matumba.



Magdikit ng "shatterproof film" upang hindi mabasag ang salamin.

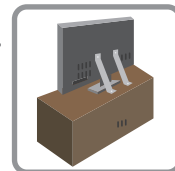


Maglagay ng metal fitting sa pintuan upang hindi ito bumukas at mahulog ang mga gamit sa loob.



Ipirmi ang mga nakabitin na ilaw gamit ang kadena.

Ilagay ang flashlight sa lugar kung saan agad itong makukuha.



Ipirmi ang telebisyon gamit ang belt o anti-earthquake mat upang hindi ito matumba.



Kagyat na Babala sa Lindol

Ilang saglit bago lumindol, mag-aabiso sa telebisyon o sa email na "May darating na lindol."

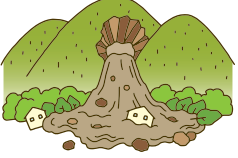
Kapag napansin ang abisong ito, protektahan ang ulo at katawan sa pamamagitan ng pagtago sa ilalim ng mesa atbp.

4 pinsala mula sa hangin at tubig

Tinutukoy nito ang sakuna dulot ng malakas na hangin at ulan. Maraming pag-ulan mula Hunyo hanggang Oktubre. Marami ring bagyo. Bubuhos ang maraming ulan sa loob ng maikling panahon. Alalahanin kung ano ang gagawin kapag malakas ang ulan at hangin, at ang mga ihahanda para sa bagyo at malakas na ulan

- Pakinggan sa telebisyon o radyo kung kailan darating ang bagyo, at kung kailan lalakas ang ulan o hangin.

Kapag malakas ang buhos ng ulan, tingnan ang website ng Japan Meteorological Agency. Maaaring basahin ang Kikikuru (distribusyon at antas ng babala) sa English o Chinese. Malalaman kung maraming panganib.

Kailang gagamitin?	Saan titingin?	Ano ang titingnan?
• Kapag may inanunsyong babala • Kapag bumuhos ang malakas na ulan  	Kikikuru (distribusyon at antas ng babala) ng sakunang pagguho ng lupa  Kikikuru (distribusyon at antas ng babala) ng pag-apaw na baha  Kikikuru (distribusyon at antas ng babala) ng baha 	Pag-iingatan (pula): Lumikas kaagad ang mga matatanda, bata, at mga taong matatagalan sa pagtakas. Panganib (biyoleta): Lumikas ang lahat. Papalapit ang sakuna (itim): protektahan ang sarili Lumabas ang alertong biyoleta! Lilikas ako kaagad! 

- Lumikas kaagad, o pakinggan ang balita sa telebisyon o radyo.

[Impormasyon sa paglikas]

Lumisan ang mga matatanda atbp.	"Magkakaroon ng sakuna kung kaya' t maghanda para lumikas" Ito ang ibig sabihin ng anunsyong ito. Mangyaring lumikas ang mga matatanda, bata, at mga taong matatagalan sa paglikas.
Utos sa paglisan	"Napakamapanganib dahil may paparating na malaking sakuna. Tumakas kaagad." Ito ang ibig sabihin ng anunsyong ito. Mangyaring tumakas ang lahat papunta sa ligtas na lugar.
Emerhensiyang pagtiyak sa kaligtasan	"Mayroong nangyayaring sakuna sa malapit" Ito ang ibig sabihin ng anunsyong ito. Isalba ang iyong buhay. Tumakas papunta sa mataas na kuwarto sa iyong bahay o sa bahay na malapit sa iyo. Manatili sa loob ng bahay kung mapanganib lumabas.

- Liliparin ng hangin ang mga bagay. Magligpit sa labas ng bahay. Ilagay sa mataas na lugar ang mga importanteng bagay.

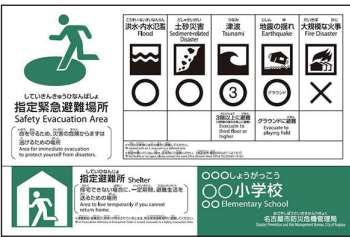
5 Mga kailangang pag-ingatan sa oras ng paglikas

- Kapag mapanganib manatili sa bahay, tumakas papunta sa ligtas na lugar tulad ng parke, mataas na gusali atbp.
- Huwag sumakay sa kotse. Tumakas nang naglalakad.
- Kahit sino ay maaaring pumunta sa evacuation site. Maaaring makatanggap ng mga pagkain at inumin, at makakuha ng impormasyon.
- Ang mga evacuation site ay mg lugar tulad ng mga paaralang elemntarya at junior high school. Mangyaring alamin kung saan ang mga itinakdang emerhensiyang evacuation site at itinakdang evacuation site malapit sa iyong bahay. Pagpasyahan sa mga kapamilya kung saang evacuation site pupunta.



itinakdang emerhensiyang evacuation site

Lugar kung saan unang lilikas mula sa panganib ng sakuna upang maisalba ang iyong buhay
[Karatula ng evacuation site (kung saan lilikas)]



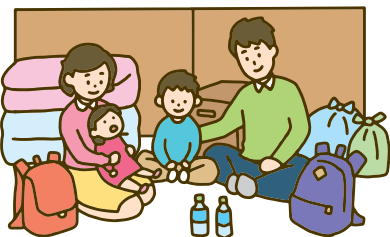


- Pumunta sa malawak na lugar kapag may lindol o sunog
- Pumunta sa mataas na lugar (bubong ng paaralan o mataas na gusali) kapag may parating na tsunami o baha



itinakdang evacuation site

Lugar kung saan mamumuhay nang pansamantala kapag nawala na ang panganib ng lindol, tsunami, pagbaha atbp., at kapag hindi makauwi sa bahay dahil nasira ito.





Mga gagawin upang makalikas nang ligtas

Mga gagawin kapag nasa labas ng bahay

- Itago ang balat
- Magsuot ng kapote kapag umuulan
- Huwag gumamit ng botas

Mga gagawin sa loob ng bahay

- Isara ang circuit breaker
- Isara ang gas at tubig

Lumikas kasama ang lahat

- Lumikas kasama ang mga taong malapit sa iyo

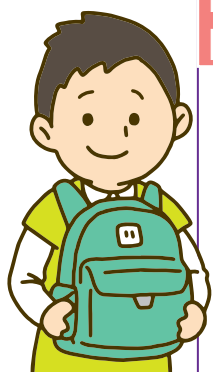


6 Maghanda ng pagkain at tubig.

Kapag nagkaroon ng sakuna, maaaring maputol ang kuryente, gas, at tubig. Titigil din ang mga bus at tren.

Maghanda ng mga pagkain at inumin sa bahay upang mabuhay kahit na walang bilhin nang 7 araw.

Ilagay ang para sa 3 araw sa loob ng bag (backpack) upang madala ito kapag lilikas.

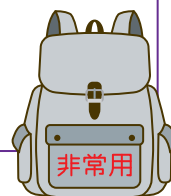


laging bitbit Mga bagay na laging bibitbitin

Hindi natin alam kung kailan magkakaroon ng sakuna. ito ang mga bagay na kakailanganin sa pupuntahan kapag may sakuna. Importanteng laging dalhin ang mga ito.

dalhin Mga bagay na dadalhin kapag lilikas

Pag-usapan sa pamilya kung anong mga bagay ang kakailanganin kapag lilikas. Halimbawa, ang passport at gamot na laging iniinom. Maghanda ng pagkain at inumin para sa 3 araw.



mag-imbak

Mga bagay na laging ihahanda

Maaaring maputulan ng kuryente, tubig, at gas. Maghanda ng pagkain at inumin para sa humigit-kumulang 7 araw.



Basikong Kagamitan

	item	laging bitbit	dalhin	mag-imbak	tala
pagkain inumin	pagkain	☐	☐	☐	Pagkain na maaaring kaagad kainin (tinapay at cookie)
	inumin	☐	☐	☐	
proteksyon sa lamig	disposable heating pad	☐	☐	☐	
	mainit na jacket	☐	☐	☐	
importanteng bagay	susi	☐	☐	☐	Importanteng bagay tulad ng passport (ID) atbp.
	pera (cash)	☐	☐	☐	
	cellphone	☐	☐	☐	
	ID (kopya atbp.)	☐	☐	☐	
mga gamot at kagamitan para sa paggamot ng sugat	emergency set	☐	☐	☐	Gagamitin kapag nasugatan (pantapal sa sugat at pang-disimpekta)
	mga pangkaraniwang gamot / medication notebook	☐	☐	☐	
	portable toilet	☐	☐	☐	
	face mask / antiseptic solution	☐	☐	☐	
	wet wipes	☐	☐	☐	
	tissue / toilet paper	☐	☐	☐	
	tweezers	☐	☐	☐	
	helmet atbp.	☐	☐	☐	
iba pa	kagamitan para sa seguridad	☐	☐	☐	
		☐	☐	☐	

	item	laging bitbit	dalhin	mag-imbak	tala
mga suot sa katawan	guwantes	☐	☐	☐	Susuotin ang kapote kapag umuulan. Gagamitin din ito kapag malamig.
	headlight / flashlight	☐	☐	☐	
	damit / sapatos na komportableng suotin	☐	☐	☐	
	kapote	☐	☐	☐	
mga madalas gamitin	radio	☐	☐	☐	
	baterya	☐	☐	☐	
	memo pad / bolpen	☐	☐	☐	
	power bank	☐	☐	☐	
	permanent marker	☐	☐	☐	
	tuwalya	☐	☐	☐	
	plastic bag	☐	☐	☐	
	plastic sheet	☐	☐	☐	
	mga maliliit na kutsilyo	☐	☐	☐	
	lighter (posporo)	☐	☐	☐	
	lubid (10 m)	☐	☐	☐	
	gummed fabric tape	☐	☐	☐	

Ang "O" ay halimbawa. Ihahanda ang mga bagay na kailangan ng pamilya sa kinakailangang bilang nito.