Mabilisang Gabay sa Paghahanda sa Kalamidad

Madadalang Gabay

Laging May Ngiti, Laging Handa sa Kalamidad

Lungsod ng Toyota

Ginawa Noong Marso 2024

Posibleng mangyari anumang oras ang lindol sa Nakai Trough

Saan mangyayari ang lindol sa Nankai Trough?

Inaasahan na ang isang napakalakas na lindol ay magdudulot ng malawakang pinsala sa kahabaan ng Nankai Trough na umaabot mula sa sa Suruga Bay sa Prefektura ng Shizuoka hanggang sa karagatan ng Hyuga-nada sa Prefektura ng Miyazaki.

Ang mga lindol sa Nankai Trough ay nangyayari sa siklo na tinatayang 100 hanggang 150 taon, at dahil naganap ang Showa Tonankai at Showa Nankai na mga lindol mga 80 taon na ang nakalipas, sinasabing ang susunod na malakas na lindol ay maaaring mangyari anumang oras.

Maaaring mangyari muli and lindol na may pagkaantala.

Noong nakaraan, may mga pagkakataon na naganap ang isang malakas na lindol sa silangang bahagi ng Nankai Trough na sinundan pa sa kanlurang bahagi mga 32 oras o 2 taon na lumipas.※

Espesyal na Abiso tungkol sa Nankai Trough

Dahil maaaring mangyari ang mga lindol sa silangan at kanlurang bahagi ng Nankai Trough sa magkaibang oras, magbibigay ang JMA ng abiso kapag tumaas ang posibilidad ng isang lindol sa Nankai trough.

Apat na pangunahing salita ang ginagamit batay sa tindi ng pangyayari: "kasalukuyang iniimbestigahan", "babala ng malakas na lindol", "pag-iingat sa malakas na lindol", at "kumpleto na ang imbestigasyon".

Mga Pangunahing Salita	Paano Tumugon sa Espesyal na Abiso
kasalukuyang iniimbestigahan	Mangyaring ihanda at simulan ang paglilikas at iba pang mga hakbang sa paghahanda sa kalamidad ayon sa inyong sitwasyon, at makinig sa mga susunod na impormasyon.
Babala ng malakas na lindol	Bukod sa pagtiyak sa inyong pang-araw araw na paghahanda sa lindol, kailangan din kayong maging handa na lumikas kaagad kapag naganap ang lindol. Pagkatapos ng lindol, ang mga residente na hindi makakalikas agad nang dahil sa tsunami ay kailangang magpaunang lumikas nang hanggang sa isang linggo.
Paalala sa malakas na lindol	Bukod sa pagtiyak sa inyong araw-araw na paghahanda sa lindol, dapat kayong maging handa na lumikas kaagad kapag naganap ang lindol.
Kumpleto na ang imbestigasyon	Ipagpatuloy ang inyong normal na pamumuhay habang nagmamasid sa posibilidad ng pagdating ng mga lindol. Gayunpaman, tandaan na hindi pa nawawala ang posibilidad ng isang malakas na lindol.

*Walang baybaying lugar ang lungsod ng Toyota at hindi ito apektado ng mga tsunami, kaya walang mga lugar na kailangang lumikas nang maaga.

(Sanggunian) Lindol sa Nankai Trough — 'Paghahanda para sa Panahong Iyon' — polyeto (Tanggapan ng Gabinete)

"Mga Babala ng Pagguho ng Lupa"

①Mga bitak sa lupa
②Tunog ng nabibitak na kahoy
③Pag-ugong ng bundok
④Nagiging maputik ang tubig sa sapa at balon
⑤Nagiging maputik ang ilog at may mga inanod na kahoy
⑥Tunog ng mga batong gumugulong pababa papunta sa ilog
⑦Sunod-sunod na pagbagsak ng maliliit na bato
⑧Pagbaba ng lebel ng ilog kahit umuulan pa
⑨Pagsirit ng tubig mula sa dalisdis

2 Kapag humupa na ang pagyanig — Suriin ang sitwasyon

Manatiling kalmado at suriin ang iyong paligid.

- Buksan ang mga pinto at bintana para may ligtas na labasan.
- Magsuot ng sapatos o tsinelas para maiwasang mapinsala.
- Siguraduhing ligtas ang iyong pamilya.
- Patayin ang apoy. Kung may sunog, agad itong apulahin.
- Suriin ang iyong tahanan. Lumikas kung maaari itong gumuho.

Antas ng Babala 4 Lumikas kaagad!

Antas ng Babala 3 Simulan nang lumikas ang matatanda at may kahirapan sa paggalaw.

Antas ng Babala	Inirerekomendang Hakbang sa Paglilikas	Abiso sa Paglilikas (ini-isyu ng Lungsod ng Toyota)	Mga Halimbawa ng Impormasyon sa Panahon (Ini-isyu ng JMA o Prefektura ng Aichi)
Antas ng Babala 5	Umatake na ang kalamidad. Gawin ang pinakamainam na hakbang upang maprotektahan ang inyong buhay.	Panatilihin ang kaligtasan sa kagipitan	Espesyal na Babala sa Ulan, Abiso sa pagbaha, atbp.
Antas ng Babala 4	Lumikas sa pinakamalapit na evacuation site sa lalong madaling panahon. Kung delikado ang pagpunta sa ligtas na evacuation site, protektahan ang inyong sarili sa isang matibay na gusali sa malapit o sa isang mas ligtas na lugar sa loob ng inyong tahanan.	Utos ng Paglikas	Abiso sa babala ng pagguho ng lupa, babala sa panganib ng baha, atbp.
Antas ng Babala 3	Dapat nang lumikas ang mga taong nangangailangan ng mahabang panahon upang lumikas (matatanda, may kapansanan, sanggol, atbp.) kasama ang kanilang mga tagasuporta. Ang iba naman ay dapat maghanda sa paglikas.	Paglilikas ng Matatanda, atbp.	Babala sa Baha, Abiso sa Panganib ng Baha, atbp.
Antas ng Babala 2	Bilang paghahanda sa paglilikas, tiyakin ang inyong sariling hakbang sa paglilikas gamit ang mga hazard map, atbp.	Walang abiso	Babala sa malakas na ulan, babala sa Baha, atbp.
Antas ng Babala 1	Palakasin ang inyong paghahanda sa kalamidad.	Walang abiso	Abiso ng maagang babala

*Sa ilang pagkakataon, depende sa lupain at sitwasyon, maaaring hindi na kailangan pang lumikas. Maging maalam sa mga posibleng panganib sa bawat sakunang likas sa inyong paligid kapag ligtas na, at tukuyin ang pangangailangan ng paglikas ayon sa sitwasyon.

Pinsala mula sa Hangin at Tubig

Maghanda para sa malakas na ulan at bagyo

Bago dumating ang malakas na ulan at bagyo

- Suriin ang paligid ng inyong tahanan.
  - May mga bitak, paggalaw, o pinsala ba sa panlabas na pader, bubong, bakod, atbp.?
  - Barado ba ang mga alulod, kanal ng paagusan, o imburnal?
- Ipasok sa loog ng tahanan ang mga sampayan, paso ng mga bulaklak, bisikleta at iba pang mga bagay na madaling tangayin ng hangin.
- Sa mga lugar na maaaring bahain, ilipat ang pagkain, damit, kumot at higaan sa mataas na lugar.
- Siguraduhing may sapat na tubig para sa pang-araw araw na paggamit sa pamamagitan ng pang-pump mula sa gripo o pagtatabi ng natirang tubig sa paliguan.
- Suriin ang iyong emergency kit at siguraduhing handa itong dalhin anumang oras.

Sa mga pagkakataong matagal ang pag-ulan···

- Alamin ang antas ng alerto na ipinalabas ng lungsod at iba pang emergency information.
- Patuloy na bantayan ang pinakabagong ulat ng panahon at taas ng tubig sa ilog sa TV, radyo, at Internet.
- Tukuyin kung kailangan nang lumikas batay sa impormasyong nakalap mo at sa sitwasyon ng iyong paligid.
- Kapag nakapagpasya ka nang lumikas, agad itong isagawa.

Payo — Piliin ang mga lugar na paglilikasan nang maaga.

Ang pagpunta sa itinakdang emergency evacuation site ng lungsod ay hindi ang tanging paraan ng paglikas.

☐Bahay...Tiyaking ligtas ang iyong tahanan.
*Kapag mababa ang panganib sa paligid ng bahay.
☐Tahanan ng kamag-anak o kakilala – Kamag-anak o kakilala sa ligtas na lugar
*Kausapin sila bago mangyari ang kalamidad.
☐Boluntaryong lugar ng paglikas...Lugar ng paglikas na itinakda ng komunidad
☐Magdamag na pananatili sa loob ng sasakyan...Mabisang paraan para mapanatili ang privacy
*Bigyang-pansin ang pag-aalaga sa kalusugan habang nasa ligtas na lugar.

Ano ang dapat gawin sa oras ng paglikas?

- Magsuot ng komportableng sapatos para sa paglikas.
  *Mahirap maglakad gamit ang boots kapag may tubig na pumasok dito.
- Panatilihing malaya ang dalawang kamay sa pamamagitan ng pagdala ng mga kagamitang pang-emergency sa iyong likod.
- Mag-ingat sa iyong mga tatahakin.
  *Maaaring hindi natatabunan ng tubig ang mga bangin at agos ng tubig. Maaari ka ring gumamit ng mahabang patpat upang maramdaman ang lupa.◎.
- Makipag-ugnayan sa iyong mga kapitbahay at lumikas nang maaga.
- Lumayo sa mga delikadong lugar tulad ng mga lumalaking ilog at bangin.
- Kapag hindi na nakalikas, pumunta sa mataas na gusali o sa mataas na lugar sa loob ng bahay.

Mga Lindol

Gumawa ng hakbang upang limitahan ang pinsala

1 Kapag may lindol — Pangalagaan ang iyong buhay

Ano ang dapat kong gawin kapag nasa loob ng gusali?

- Magtungo agad sa ligtas na lugar.
- Protektahan ang iyong ulo gamit ang unan o kutson.
- Apulahin ang apoy kung posible.
- Huwag magmadaling lumabas ng bahay.

Ano ang dapat kong gawin kung nasa tren o pampublikong sasakyan?

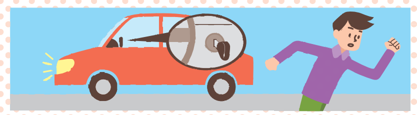
- Kumapit sa strap o handrail gamit ang parehong kamay.
- Sundin ang mga tagubilin ng staff at manatiling kalmado.

Ano ang dapat kong gawin kung nasa kalye ng lungsod?

- Protektahan ang iyong ulo mula sa mga nahuhulog na bagay tulad ng mga karatula o ladrilyo.
- Lumayo sa mga bakod o vending machine.
- Huwag huminto sa kinaroroonan, protektahan ang iyong ulo, at humanap ng silungan sa bakanteng lote o parke.

Ano ang dapat kong gawin kung nagmamaneho?

- Buksan ang hazard lights, dahan-dahang pabagalin ang takbo, at huminto sa kaliwang bahagi ng kalsada.
- Kumuha ng impormasyon sa pamamagitan ng radyo sa kotse o cellphone.
- Kapag iniwan ang iyong sasakyan upang lumikas, siguraduhing hindi ito nakaharang sa mga sasakyang pang-emergency.



Ano ang dapat kong gawin kung nasa loob ng elevator?

- I-press lahat ng destination buttons.
- Kapag naipit, gamitin ang 'emergency call button' o iba pang paraan upang makipag-ugnayan sa labas.

Ano ang dapat kong gawin kapag malapit sa tabing-dagat?

- Mag-ingat sa panganib ng tsunami.
- Lumikas sa mataas na lugar o sa mataas na bahagi ng matibay na gusali.

Ano ang gagawin kong kapag malapit sa bangin?

- Agad na lumayo sa bangin.

3 Kapag humupa na ang sitwasyon — Kumuha ng tamang impormasyon

Kumuha ng tama at tumpak na impormasyon at magtulungan sa inyong lugar.

- Alamin ang balita sa TV, radyo, at Internet.
- Huwag magpadala sa mga sabi-sabi.
- Tawagan ang iyong mga kapitbahay at tiyaking ligtas sila.
- Makipagtulungan sa mga kapitbahay sa pag-apula ng apoy at sa pagsagip at pagligtas ng mga nasugatan.

4 Kapag kumikilos — Manatiling kalmado at kumilos nang tama.

Lumikas o umuwi habang tinitiyak ang iyong kaligtasan.

- Mahinahong magpasya kung lilikas o hindi.
- Sa paglikas mula sa iyong bahay, isara ang pangunahing gripo ng gas at patayin ang electric breaker.
- Isara at i-lock ang mga pinto bago lumikas upang mawasan ang krimen.
- Sabihan ang iyong mga kapitbahay at sa pamunuan ng komunidad kung saan ka pupunta.
- Siguraduhing hindi nakaharang ang iyong sasakyan sa mga sasakyang pang-emergency.
- Kapag huminto ang pampublikong transportasyon sa urban na lugar, gumalaw o umuwi lamang kapag nakumpirmang ligtas ang inyong paligid.

Alamin ang tama at eksaktong impormasyon tungkol sa kalamidad.

Ang impormasyon tungkol sa kalamidad at iba pang balita tungkol sa Lungsod ng Toyota ay maaaring makuha sa mga sumusunod na paraan.

Telebisyon at radio

Himawari Network (satellite network para sa panahon at sakuna)

- Himawari 12 (Terrestrial Channel 12 para sa balita at impormasyon sa panahon)
- Seikatsu Joho Channel (CATV channel 126 para sa balita at impormasyon)

FM Toyota Radio Lovely 78.6 MHz (para sa balita at impormasyon sa kalamidad)

Pamahalaang wireless at radyo para sa pangkaligtasang impormasyon

Sa oras ng kalamidad, ang emergency information ay ibinibigay sa pamamagitan ng boses at tunog ng alarma.

Email

●Area mail at email para sa alerto sa emergency

Magpapadala ng mga email sa mga cellphone (mga suportadong modelo) sa loob ng lungsod.

●Emergency Mail Toyota (serbisyo para sa abiso sa kalamidad)

Ang impormasyon tungkol sa emergency at panahon ay ipapadala sa mga nakarehistrong email address.

PC/Smartphone

Feature phone

Mga App para sa Pag-iwas sa Kalamidad

●Himawari App (mobile app para sa impormasyon sa panahon at kalamidad)

Alamin ang impormasyon sa pag-iwas sa kalamidad na ipinamahagi ng lungsod.

●Yahoo! Disaster Prevention Alert App (mobile app para sa mga abiso sa sakuna)

Tumanggap ng impormasyon sa pag-iwas sa sakuna para sa itinakdang lugar.

Himawari App

Internet

Website ng Lungsod ng Toyota (PC version) http://www.city.toyota.aichi.jp/

Website ng Lungsod ng Toyota (Mobile version) http://mobile.city.toyota.aichi.jp/

Website ng Lungsod ng Toyota para sa Impormasyon ng Pag-iwas sa Kalamidad at Panahon http://toyota-city.bosai.info/

Maghanda ng mga emergency kit at mga imbentaryo ng suplay

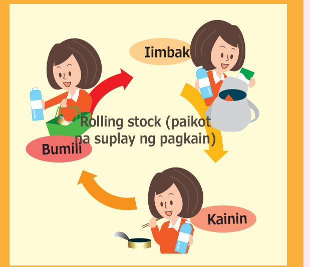
- **Ihanda nang hiwalay ang pinakamahalagang mga kagamitan para sa emergency na dadalhin kapag lilikas at ang mga naka-imbentaryong suplay para sa pamumuhay sa bahay.**
- **Ipaalam sa iyong pamilya kung saan matatagpuan ang mga bagay na ito at kung ano ang mga naipon ninyo.**
- **Suriin paminsan-minsan ang laman at expiration date ng mga pagkain. Ihanda rin ang damit at iba pang gamit depende sa panahon.**

Maghanda ng mga kagamitang pang-emergency at imbentaryo ng suplay

- Ilagay ang pinakamahalagang kagamitan na dadalhin kapag lilikas sa isang backpack o iba pang bag.
- Siguraduhin ang bigat na kayang dalhin. (15 kg para sa lalaki at 10 kg para sa babae)

Imbentaryo ng suplay

- Ihanda ang mga kailangan para mabuhay sa panahon na walang kuryente, tubig, at transportasyon.
- Maghanda ng suplay na tatagal ng 3 araw, mas mainam kung hanggang 7 araw.
- Ilagay ito sa madaling maabot na lugar tulad ng kusina, garahe, kubo, o balkonahe.
- Gamitin ang 'rolling stock' para laging may sapat na pagkain, at palitan ang nagamit mula sa pinakaluma hanggang sa pinakabago.



Payo

100 Yen Shops (mga tindahang nagkakahalaga ng 100 yen ang mga produkto)

Maaari ka ring bumili ng mga kapaki-pakinabang na kagamitan para sa pag-iwas sa kalamidad sa 100 Yen Shops. Halimbawa, adhesive gel para ikabit ang muwebles at shatterproof glass films. Kabilang din sa iba pang kagamitan ang tsinelas, pito, baterya, plastic bags at plastic wrap. Bakit hindi mo subukan tingnan?

Alamin kung paano makikipag-ugnayan sa oras ng kalamidad.

Disaster Message Board para sa mga cellphone (email)

I-access ang top page ng mobile site

↓

I-open ang Disaster Message Board

- **Maglagay ng mensahe** → I-click ang 'Register' at i-type ang iyong mensahe.
- **Tingnan at i-check ang mensahe** → I-click ang 'Check' at ilagay ang cellphone number ng nasa apektadong lugar para makita ang mensahe nila.

Disaster Message Board Number 171

Tumawag sa 1 7 1

Sundin ang voice guidance

- **1 Maglagay ng mensahe**
- **2 I-check kung may mensahe mula sa iyong pamilya.**

↓

Ilagay ang numero ng iyong telepono sa bahay kasama ang area code.

- 1 → Mag-record ng mensahe (30 segundo o mas maikli).
- 2 → Pakinggan ang mensahe.

* Magpasya nang maaga kung paano kokontakin ang iyong pamilya sakaling kayo ay maghiwalay at kung saan kayo magkikita.

- **▶Gamitin ang iyong cellphone o email sa kompyuter.**
  - Mas madali ang makipag-ugnayan kaysa tumawag.
- **▶Gumamit ng pampublikong telepono.**
  - Ang mga tawag palabas ay hindi limitado sakaling magkaroon ng kalamidad.
- **▶Maglaan ng lugar para sa relay point ng pakikipag-ugnayan.**
  - Masasabing madali ang pagtawag mula sa loob ng apektadong lugar patungo sa labas ng apektadong lugar.
- **▶Gamitin ang SNS (Social Networking Services o "social media").**

Ano ang SNS…?

Ang SNS gaya ng 'Instagram,' 'LINE,' 'Facebook,' at 'X' ay mga serbisyong nagbibigay-daan sa mga gumagamit na magpalitan ng impormasyon sa pamamagitan ng Internet. Maaari itong gamitin bilang paraan ng pagpapalitan ng impormasyon at pagpapatunay ng kaligtasan.

Mga Tala

Pangalan

Lalaki/Babae

Tirahan

Telepono

Petsa ng Kapanganakan | Uri ng Dugo

Medikal na kundisyon / alerhiya / Regular na gamot na iniinom

Numero ng Seguro sa Kalusugan (Numero ng Health insurance)

Pangunahing doktor ng pamilya, atbp.

Mga Tala ng Pamilya

Pangalan | Lalaki/Babae

Telepono

Email

Hanapbuhay/Paaralan

Petsa ng Kapanganakan | Uri ng Dugo

Pangalan | Lalaki/Babae

Telepono

Email

Hanapbuhay/Paaralan

Petsa ng Kapanganakan | Uri ng Dugo

Pangalan | Lalaki/Babae

Telepono

Email

Hanapbuhay/Paaralan

Petsa ng Kapanganakan | Uri ng Dugo

●Paano makikipag-ugnayan sa mga miyembro ng pamilya

①

②

③

●Lugar para sa Pagkikita ng Pamilya

●Pamilyar na lugar para sa paglilikas ❶

Lokasyon

●Pamilyar na lugar para sa paglilikas ❷

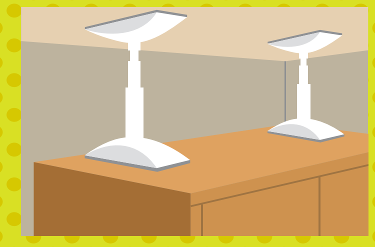
Lokasyon

Tingnan ang mapa ng panganib

* Ang bersyong Hapones ay maaari ring i-download.

Siguraduhing matibay at ligtas ang pagkakalagay ng mga muwebles.

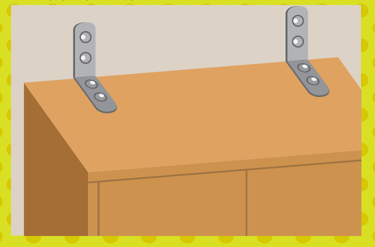
- **Hangga't maaari, iwasan ang paggamit ng mga muwebles at mga bagay na madaling matumba.**
  - * Ang mga kwarto at kwarto ng mga bata ay dapat siguraduhin na ligtas.
- **Ayusin ang mga muwebles sa paraang maaari kang makalikas nang ligtas kahit pa ito ay tumumba.**



- **Siguraduhing maayos at angkop ang pagkakalagay ng mga muwebles sa bawat tirahan upang maiwasan ang pagtumba o pagbagsak ng mga ito.**

<Halimbawa>

- Ang mga muwebles na may gulong ay dapat gawan ng paraan upang maiwasan ang paggalaw nito.
- Ang salamin sa mga bintana at muwebles ay dapat matibay at hindi madaling mabasag sakaling magkaroon ng pagyanig o aksidente.
- Ang mga pintuan ng kabinet ay dapat nakaseguro nang maayos upang hindi mahulog ang mga nilalaman nito.



Listahan ng Mga Kagamitang Pang-emergency

Kagamitan	Araw ng Inspeksyon		
☐Basang tisyu			
☐Tuwalya			
☐Mga gamit para sa pag-iwas ng impeksyon (mga maskara, sterilization sheets, atbp.)			
☐Cell phone, baterya ng cell phone (powerbank)			
☐Personal na selyo			
☐Pera (mga barya na 10 yen at 100 yen)			
☐Pangunang lunas para huminto ang pagdurugo			
☐Flashlight / Sulo			
☐Panloob na damit, guwantes			
☐Kagamitang pan-ulan, kapote, damit na panlamig			
☐Radyo, baterya			
☐Pagkain (madaling kainin)			
☐Tubig na inumin			
☐Helmet			
☐Salamin sa mata, contact lens			
☐Kopya ng insurance card			
☐Mga plastik na bag (malaki at maliit)			
☐Sapatos pang-jogging / pang-takbo			
☐Pito / sipol			

Talaan ng Reserbong Imbentaryo

Kagamitan	Araw ng Inspeksyon		
☐Tangke ng suplay ng tubig			
☐Cassette stove, silindro			
☐Tubig para sa pang-araw-araw na paggamit			
☐Tubig na inumin (3 litro kada tao bawat araw)			
☐Pagkain (Alpha rice, de-latang pagkain, pagkain sa retort pouch, nutritional supplements, meryenda, atbp.)			
☐Pambukas ng lata / Can opener			
☐Balot / plastic wrap, aluminum foil			
☐Kumot			
☐Damit			
☐Parol / Ilawan			
☐Simpleng kubeta / toilet			
☐Disinfectant, deodorant			
☐Panglinis ng ngipin / tooth brushing sheet			
☐Basang tisyu			
☐Pangunang lunas na kagamitan / first aid kit			
☐Mga gamit na panlinis (walis, basahan, atbp.)			
☐Mga produktong pangkalinisan			
☐Papel para sa palikuran / toilet paper			

Maaaring kailanganin mo rin ang mga bagay na ito

■Mga pamilyang may sanggol

Pagkain at gatas ng sanggol, kapa o kumot para sa pagpapasuso, mga kagamitang pampainit at pang-sterilisa, at mga disposable na lampin o diaper, Bum wipes at mga disposable na pampainit ng katawan (upang manatiling mainit), at iba pa.

■Mga Taong may Kondisyong Medikal, Mga Matatanda

Regular na gamot, impormasyon sa pakikipag-ugnayan sa pangunahing doktor, talaan ng gamot, panglinis ng dentures, baterya ng hearing aid, baston, atbp.

■Mga Pamilyang may alagang hayop

Impormasyon ng beterinaryo, tali at kulungan, pagkain ng alaga, pang-alaga sa dumi, pangalan na tag, atbp.

Taong Dapat Tawagan sa Oras ng Emergency

Bumbero at Ambulansya **119** Pulisya **110**

Pangalan	Telepono
Munisipyo ng Lungsod ng Toyota	0565 ― 31 ― 1212
Kagawaran ng Bumbero	― ―
Kagawaran ng Pulisya	― ―
Kumpanya ng Gas	― ―
Kumpanya ng Kuryente	― ―
Kumpanya ng Tubig	― ―
Ospital	― ―