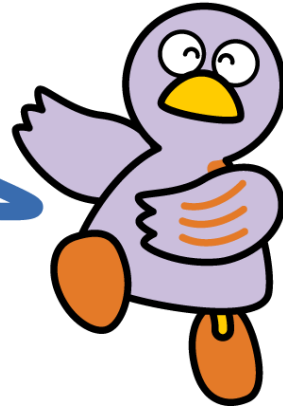


## Kabanata-2

Sa panahon ng emerhensiya at kalamidad, pag-iwas sa krimen, at kaligtasan ng trapiko



Kobaton, mascot ng Saitama

- 1 Mga lugar na maaring tawagan sa panahon ng emerhensiya
- 2 Mga patakaran o alituntunin ng trapiko sa Japan
- 3 Mga aksidente sa daan
- 4 Mga hakbang sa pagpigil ng krimen
- 5 Pagbigay suporta sa mga biktima ng krimen
- 6 Natural na kalamidad

---

### 1 Mga lugar na maaring tawagan sa panahon ng emerhensiya

#### (1) Para sa sunog, pagkapinsala, biglaang pagkakasakit at iba pa - 119

Sa pagtawag ng bombero at ambulansiya, i-dial ang 119 at ipaalam ang pagkakaroon ng sunog o emerhensiya. Kapag may sumagot sa linya, ipaalam agad ang lagay ng pangyayari, kung sunog, emerhensiya, aksidente at iba pa. Ibigay ang sariling pangalan at numero ng telepono, lokasyon ng pangyayari at pangalan ng gusaling nasa paligid na madaling makita.

Kapag gagamit ng ambulansiya, ang paghatid sa pagamutan ay libre, ang anumang gastos sa pagamutan ay kailangang bayaran ng magpapagamot. Ihanda ang sariling Health Insurance Card at cash na kinakailangan.

**Ang ambulansiya ay ginagamit sa panahon ng emerhensiya, sa kaso ng pakapinsala, biglaang pagkakasakit at iba pa, upang mabilis na maihatid ang pasyente sa pagamutan.** Maliban sa emerhensiya, iwasan ang paggamit nito, sa halip ay gumamit ng taxi at iba pang sasakyan. Kung hindi alam kung saang pagamutan o ospital na dapat pumunta, tumawag sa Saitama Emergency Phone Consultation (#7119 o 048-824-4199) kung saan isinasagawa ang 24 oras na pagbigay ng impormasyon ukol sa mga pagamutang maaring puntahan (maliban sa dentista, oral surgeries, psychiatrist).

Bukod pa rito, isinasagawa din sa himpilan ng bombero ang pagbigay ng impormasyon ukol sa “Fire Headquarters-Certified Ambulance” (may bayad) na maaring gamitin ng mga pribadong pasyente sa oras ng pagpasok, paglabas o papatingin sa ospital.

## Gabay sa pamumuhay ng mga dayuhan, Saitama Prefecture

### Halimbawa ng pagtawag sa 119

Sa kaso ng sunog:	“May sunog! Nasusunog ang XX.” “ <i>Kaji desu. XX ga moeteimasu.</i> ”
Sa kaso ng emerhensiya:	“Pakitawag po ng ambulansiya.” “ <i>Kyukyu-sha o onegai-shimasu.</i> ” “May nasugatan sa aksidente ng sasakyan.” (pakibigay ang detalye, tulad ng “pagkaipit” at iba pang kondisyon) “ <i>Kotsu jiko de keganin ga imasu.</i> ” “Pakitawag po ng ambulansiya.” “ <i>Kyukyu-sha o onegai-shimasu.</i> ” “May biglaang nagkasakit.” (pakibigay ang detalye, tulad ng “kawalan ng malay-tao” at iba pang kondisyon) “ <i>Kyubyonin ga demashita.</i> ”
Pagkatapos, ibigay ang:	
Pook ng pangyayari:	“Ang address po ay nasa XX (bayan) XX (numero ng kalye).” “ <i>Basho wa, XX machi XX banchi desu.</i> ” “Ang numero po ng telepono ay XXX-XXXX. Kalapit ng lugar na ito ay may XX.” “ <i>Denwa bango wa, XXX-XXXX desu. Chikaku-ni XX ga arimasu.</i> ”
Sariling impormasyon:	“Ang pangalan ko po ay si XX.” “ <i>Watashi no namae wa, XX desu.</i> ”

### (2) Pulisya – 110

Sa pagiging biktima ng isang krimen o sa oras na masangkot sa isang aksidente ng sasakyan, tumawag sa **110** upang ipaalarm sa pulisya ang lagay ng emerhensiya. Kapag may sumagot sa linya, una sa lahat ay ipaalarm kung anong uri ng pangyayari, kung isang “insidente” o di kaya’y “aksidente ng sasakyan”. Sabihin kung may nasugatan, anong oras nangyari (ilang minuto ang nakalipas), saang lugar (pook ng pangyayari o di kaya’y bagay o gusaling nasa palibot na madaling makita), anong ginawa ng kabilang partido (ang may gawa ng krimen). Pagkatapos nito ay ibigay ang sariling pangalan, numero ng teleponong ginagamit at iba pa. Sa ganitong paraan isasagawa ng pulis ang mga katanungan, kaya sagutin ang mga ito ng mahinahon.

### Halimbawa ng pagtawag sa 110

Insidente o aksidente:	“Ninakawan ako (ng snatcher). Wala namang nasaktan.” “ <i>Dorobo (hittakuri) higai ni aimashita. Keganin wa imasen.</i> ”
Anong oras nangyari:	“May tatlong minuto po ang nakakalipas.” “ <i>Ima kara 3 pun kurai mae desu.</i> ”
Saan lugar nangyari:	“Sa XX (bayan) XX (numero ng kalye). Kalapit ng Post Office.” “ <i>XX machi XX banchi desu. Chikaku ni XX yubinkyoku ga arimasu.</i> ”
Ano ang ginawa ng kriminal:	“Nakasakay po ang dalawang tao sa kulay XX na motorsiklo, at tumakas patungo sa XX train station.” “ <i>XX iro no baiku ni notta futarigumi de, XX eki houko ni nigete ikimashita.</i> ”
Sariling impormasyon:	“Ang pangalan ko po ay si XX. Ang numero ng aking telepono ay XXX-XXXX.” “ <i>Watashi no namae wa, XX desu. Denwa bango wa, XXX-XXXX desu.</i> ”

### (3) Pagbigay-alam sa pamamagitan ng pampublikong telepono (libre para sa emerhensiya)

#### ① Pagtawag sa teleponong kulay berde

Para sa teleponong may “Emergency Button” na kulay pula:

Pagkatapos damputin ang hawakan o receiver ng telepono, pindutin ang Emergency Button na kulay pula. Pagkatapos ay i-dial ang 110 o 119.

Kapag walang makitang Emergency Button na kulay pula:

Pagkatapos damputin ang hawakan ng telepono, i-dial ang 110 o 119.

## Gabay sa pamumuhay ng mga dayuhan, Saitama Prefecture

### ② Pampublikong telepono na kulay abo:

Pagkatapos damputin ang hawakan ng telepono, i-dial ang 110 o 119.

### (4) E-Mail / FAX 110

E-Mail 110 <http://saitama110.jp/>

FAX 110 0120-264-110

---

## 2 Mga patakaran o alituntunin ng trapiko sa Japan

### (1) Pangunahing alituntunin ng trapiko

- Bilang patakaran, sa bandang kanan dapat maglakad ang mga pedestrians, at sa kaliwa naman ang mga sasakyan at bisikleta.
- Mas may prioridad ang mga pedestrians kesa mga sasakyan at bisikleta.
- Sundin ang mga signal lights at karatula sa daan (road signs).
- Sundin ang instruksyon ng pulis.

### (2) Pangunahing alituntunin ng paglalakad sa daan (bilang isang pedestrian)

- Kung sa tabi ng daanan ng sasakyan ay may sidewalk, gamitin ang sidewalk
- Sa mga bangketa (sidewalk) o mga side-strip na kung saan walang sapat na puwang o space, maglakad sa gilid ng daan.
- Sa crossroads o intersections sundin ang signal para sa pedestrians.
- Sa pagtatawid ng daan, kapag may kalapit na pedestrian crossing ay gamitin ito sa pagtawid.
- Sa isang pedestrian crossing na walang traffic light, itaas ang iyong kamay upang ipahiwatig ang iyong balak na pagtawid.
- Maging maingat sa pagtatawid, tingnan ang kanan at kaliwang daanan bago tumawid.
- Sa paglalakad sa gabi, ugaliing magsuot ng bagay na makintab (reflector) o di kaya'y damit na maliwanag ang kulay.

### (3) Pangunahing alituntunin ng pagsakay ng bisikleta

- Bilang patakaran, ang mga bisikleta ay dapat patakbuhan sa daan na kasama ng mga sasakyan. Ang paggamit ng daanan para sa mga naglalakad ay isang eksepsyon.
- Ang mga bisikleta ay dapat sa kaliwang bahagi ng daan.
- Kung kailangan mong dumaan sa bangketa, bigyang-prioridad ang mga pedestrian at magpatakbo nang dahan-dahan patungo sa kalsada.
- Sundin ang mga patakaran sa trapiko
  - ① Ipinagbabawal ang pagbibisikleta ng lasing, dalawahang pagsakay sa bisikleta, o sabayang pagpatakbo ng bisikleta.
  - ② Gumamit ng ilaw pag-nagbibisikleta sa gabi.
  - ③ Sundin ang signal ng traffic lights at huminto ng panandalian sa crossing. Maging maingat at tingnan maigi ang paligid bago sumakay at magpatakbo.
- Ang mga bata ay dapat gumamit ng helmet sa pagbibisikleta.

Kailangan din na pumasok sa insurance para sa bisikleta

※ Sa Saitama Pref. ay inoobligahang ipasok sa insurance ang mga bisikleta.

<https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/jitensya/jitensyajyourei.html>

## Gabay sa pamumuhay ng mga dayuhan, Saitama Prefecture

### (4) Pangunahing alintuntunin para sa sasakyan

- Kailangang may lisensya sa pagmamaneho para makapagmaneho ng sasakyan.
- Ipinagbabawal ang pagmamaneho ng lasing.
- Ang driver ay dapat naka-seatbelt at gayun din ang mga pasahero ay kailangang gumamit ng seatbelts.
- Siguraduhin ang paggamit ng child seat para sa batang may edad 6 na taon gulang o mas bata.
- Gumamit ng helmet sa pagsakay ng motor bike.
- Gumamit ng ilaw ng mas maaga ng konti sa bandang hapon o paglubog ng araw.
- Huwag gumamit o makipag-usap sa cell phone habang nagmamaneho.
- Kung dadaan malapit sa may mga naglalakad na tao, bagalan ng konti ang pagpapatakbo at bigyan ng daan ang mga naglalakad.

---

### 3 Mga aksidente sa daan

#### (1) Kapag nagkaroon ng aksidente sa daan

- ① Isagawa ang first-aid kapag may nasugatan, tumawag sa **119** upang ipaalam ang pangyayari at humiling ng ambulansiya. Isagawa ang first aid hanggang sa dumating ang ambulansiya.
- ② Pumunta sa ligtas na lugar at tumawag sa **110**, ipaalam sa pulisya ang pangyayari at sundin ang pag-uutos ng pulis.
- ③ Kumpirmahin ang pangalan, tirahan, numero ng telepono, numero ng lisensiya, plate number ng sasakyan, pangalan o uri ng seguro at iba pa, ng taong nasangkot sa aksidente (kabilang partido).
- ④ Kung may saksi sa pangyayari, kunin ang numero ng telepono ng taong ito.
- ⑤ Tumawag sa kompanya ng car insurance kung saan naka-insured.
- ⑥ Magpatingin kaagad sa duktora.

#### (2) Konsultasyon kaugnay sa aksidente sa daan

Sa Saitama Prefecture Traffic Accident Consultation Office, isinasagawa ang karaniwang konsultasyon sa wikang Hapon ukol sa mga aksidente sa daan, out-of-court settlement, paraan sa pagtanggap ng compensation mula sa seguro, pagkalkula sa kabayaran mula sa pagkapinsala at iba pa. Maaring kumunsulta mula Lunes hanggang Biyernes, 9:00 ~12:00, 13:00~17:00 , (hanggang 16:30 ang oras ng pagtanggap). Para sa mga detalye, sumangguni sa tanggapan ng Traffic Accident Consultation Office.

## Gabay sa pamumuhay ng mga dayuhan, Saitama Prefecture



### Consultation counter kung saan maaring kumunsulta / contact information

Pangalan ng institusyon	Telepono	Address	Oras ng pagtanggap
Saitama Prefecture Traffic Accident Consultation Office	048-830-2963	Saitama Prefectural Office Building No. 2, 1 <sup>st</sup> Flr. Sa loob ng Center para sa pangkalahatang konsultasyon ng prepektura 3-15-1 Takasago, Urawa-ku, Saitama-shi, Saitama Prefecture	Lunes ~ Biyernes (maliban sa mga araw ng pista opisyal, mga araw ng pagtatapos ng taon at bagong taon 9:00~12:00 13:00~17:00 ※ ang oras ng pagtanggap ay hanggang 16:30

URL: <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/soudankyuhu/koutuujikosoudan.html>

#### 4 Mga hakbang sa pagpigil ng krimen

##### (1) Para huwag maging biktima ng pang-aagaw ng bag o gamit

- ① Siguruhing maglagay ng “anti-snatch” cover at iba pang kagaya sa basket ng bisikleta.
- ② Kapag naglalakad, hawakan ang bag ng taliwas sa daan (huwag hawakan sa kamay na nasa bandang daanan ng mga sasakyan).
- ③ Ang paggamit ng mobile / smart phone o di kaya may earphone sa tainga habang nakikinig sa musika habang naglalakad, ay nakapag-aagaw ng atensyon at hindi gaanong tuunan ang pansin sa kapaligiran.
- ④ Mag-ingat sa motorsiklo, bisikleta at iba pa na papalapit mula sa likod.

##### (2) Kaligtasan ng mga bata

Kailangang ituro ng magulang sa bata ng paulit-ulit ang mga sumusunod.

- ① Huwag maglagi na mag-isa o walang kasama.
- ② Huwag hayaang hindi ipaalam sa magulang na hindi na pala nakakasunod sa paglalakad at napapalayo na.
- ③ Kapag naramdamang nasa panganib, umalis sa lugar na yun at humingi ng tulong.
- ④ Ipaalam sa pamilya kung saan naroroon, sino ang kasama at hanggang anong oras maglalaro.
- ⑤ Kung sakalaing mag-isang naglalakad dumaan sa may maraming tao o mga tindahan.

##### (3) Kaligtasan ng mga kababaihan

- ① Dumaan sa maliwanag na kalsada na may maraming tao, paminsan minsan lumingon sa likod at paligid at magingat.
- ② Ilagay ang “crime-prevention buzzer” sa labas ng bag upang magamit agad sa panahon ng panganib.
- ③ Kapag mahuhuli sa pag-uwi, magpasundo sa miyembro ng pamilya o di kaya’y sumakay ng taxi.
- ④ Siguraduhing naka lock ang pintuan at mga bintana kahit na nasa bahay ka.
- ⑤ Ang paggamit ng mobile / smart phone o di kaya may earphone sa tainga habang nakikinig sa musika habang naglalakad ay makakatawag pansin sa taong hindi kilala, lubhang mapanganib, maari lamang itigil ito.

##### (4) Para huwag mapasukan ng magnanakaw

- ① Lagyan ng 2 o higit pang auxiliary locks o mga pang-suportang kandado maliban sa main locks ang mga pintuan at mga bintana.

## Gabay sa pamumuhay ng mga dayuhan, Saitama Prefecture

- ② Maging nasa loob ng bahay o pag lalabas ng bahay kahit sandali lang ay ugaliing ikandado o susian ang pintuan at mga bintana.

### **(5) Para huwag manakaw ang bisikleta**

- ① Siguraduhing i-lock ang bisikleta kahit na ipaparada ito sa iyong bahay.
- ② Siguraduhing i-lock ito sa mga sandaling hindi gagamitin kahit panandalian lamang.
- ③ Magkabit ng wire lock, atbp. para gawin itong two-lock.
- ④ Mas maiging iparada ang iyong bisikleta sa isang parkehan na may namamahala, maliwanag ang lugar at abot tanaw ng namamahala.
- ⑤ Kung nagmamay-ari ka ng bisikleta, siguraduhing magparehistro para sa pag-iwas sa krimen.

URL: <http://www.police.pref.saitama.lg.jp/>

---

## **5 Pagbigay suporta sa mga biktima ng krimen**

### **(1) Kung ikaw ay nahihirapan sanhi ng pinagdaanang krimen o aksidente**

Ang pamilya o mga naiwan ng dumanas ng krimen ay maaaring mahirapan hindi lamang dahil sa direktang dulot nito gaya ng pagkakapatay (pagkawala ng kapamilya), pinsala o mapagnakawan kundi pati pagdaramdam at panghihina dahil sa aksidente, pagiging mahirap dahil sa pagpapagamot o kawalan ng kita, pagpapabaya, sobrang pag-iisip o kabagalan ng imbestigasyon at desisyon sa kaso o dagdag na pinsala ng gumawa ng krimen at iba pa, mga pahirap na pangyayari matapos ang krimen.

### **(2) Tanggapan ng Pangkalahatang Konsultasyon**

Ang one-stop support center ng Saino-kuni para sa mga biktima ng krimen ay nasa gusali ng pamahalaan sa Musashi-Urawa sa ikatlong palapag ng Lamza Tower. Ang Saitama prefecture office, Saitama prefecture police station at Crime Victim Support Center ng Saitama, Public Interest Incorporated Association ay nandito din. Tumutulong kami sa mga biktima ng krimen at mga kapamilya nila. Maaaring dumulok sa mahigit isang support center ng libre. Lahat ng konsultasyon ay pananatiliing lihim.

## Gabay sa pamumuhay ng mga dayuhan, Saitama Prefecture



### Konsultasyon

Pangalan ng opisina	Numero ng Telepono	Lugar	Oras ng Konsultasyon
Sai no kuni Crime victim one-stop support center	0120-735-001 o kaya 048-862-0001	3F Lamza Tower Numakage, Minami-ku Saitama-shi (Musahi Urawa Joint Gov't Building)	8:30-17:15, Lunes-Byernes (maliban kung holidays at public holidays)
Saitama Prefecture Crime Prevention and Traffic Safety Division	048-710-5036		8:30-17:15, Lunes-Byernes (maliban kung holidays at public holidays)
Saitama Prefecture Police Crime Victim Support Office	0120-381-858		8:30-17:00, Lunes-Byernes (maliban kung holidays at public holidays)
Public Interest Incorporated association Saitama Prefecture Crime Victim Support Center	048-865-7830		8:30-17:00, Lunes-Byernes (maliban kung holidays at public holidays)

URL : <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/hanzaihigaisya/soudanmadoguchigaishoni.html>

### (3) Para sa mga kasong kaakibat ng sekswal na krimen

Konsultasyon sa telepono para sa mga biktima ng krimen gaya ng sekswal na karahasan at iba pa– Iris Hot line

Maaaring kumonsulta dito ang mga biktima at kapamilya ng sekswal na karahasan o krimen maging anuman ang kasarian ng biktima. Isang tagapayong kawani na legal na obligado na panatilihin kumpidensyal ang sasagot sa iyo, upang maaari kang kumonsulta nang may kumpiyansa. Maraming uri ng tulong gaya ng konsultasyon sa telepono, konsultasyon sa pakikipanayam, pagpunta sa ospital, patnubay na suporta, payong legal, at iba pa.

## Gabay sa pamumuhay ng mga dayuhan, Saitama Prefecture



### Konsultasyon

Pangalan ng opisina	Numero ng Telepono	Lugar	Oras ng Konsultasyon
Konsultasyon at maaring tawagan ng mga biktima ng seksual ng krimen – iris hot line	#8891 0120-31-8341 o kaya 048-839-8341	3F Lamza Tower Numakage, Minami-ku Saitama-shi (Musahi Urawa Joint Gov't Building)	Maaring tumawag 24 oras, araw-araw.

URL : <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0311/hanzaihigaisya/seibouryoku2.html>

## 6 Natural na kalamidad

### (1) Lindol

Madalas magkaroon ng lindol sa Japan. Sa pagdating ng isang malaking lindol, maaring mabuwal ang mga kasangkapan na nagiging sanhi ng pagkapinsala, natitigil ang tubig, gas at iba pa, at mahihirapang bumili ng pagkain at iba pang bagay na kailangan sa araw-araw na pamumuhay. Sa ganitong mga pangyayari, kailangang isagawa sa loob ng pamilya ang mga nararapat na hakbang o paghahanda para sa panahon ng emerhensiya.

#### **Sampung gabay ukol sa pagkakaroon ng kaalaman sa “Disaster Prevention” sakaling magkaroon ng isang malaking lindol :**

- 1 Paghahanda- Isagawa ang mga hakbang upang maiwasan ang pagkabuwal o pagkahulog ng mga kasangkapan, paraan ng pagkontak sa pamilya at pook na kung saan magtitipon, paraan ng pagtakas o pagsilong sa ligtas na lugar, paghahanda ng mga gamit na kakailangangin sa panahon ng emerhensiya.
- 2 Una, siguruhin ang sariling kaligtasan (ikubli ang sarili sa ilalim ng matibay na mesa at maglagay ng kutson sa ulo para protektahan ito.)
- 3 Patayin agad ang apoy at isara ang main gas valve (lumayo sa apoy kapag malakas ang pag-uga at patayin ito pagkatapos humupa ang pag-uga.)
- 4 Buksan ang bintana at siguruhing maaring lumabas sa labasan o exit.
- 5 Huwag magmadali sa paglabas.
- 6 Kapag may apoy, maging mahinahon at patayin muna ito (sumigaw sa kapitbahay at magtulungan sa pagpatay ng apoy.)
- 7 Lumayo sa mga bakod at vending machines
- 8 Mag-ingat sa mga bubog o basag na salamin sa loob ng bahay.
- 9 Makipagtulungan sa bawat isa sa pagsagawa ng first aid.
- 10 Alamin o kunin ang tamang impormasyon.

Mga gamit na kakailanganin sa panahon ng emerhensiya : first aid kit o mga gamot para sa emerhensiya, iba pang gamot, inumin, pagkain (emergency food), charger ng smart phones/cell



## Gabay sa pamumuhay ng mga dayuhan, Saitama Prefecture

phones, portable radio set, reserbang batteries, headlights,(flashlight), aluminum sheet para sa taglamig, helmet, army knife, tuwalya, guwantes, lubid, tissue paper, portable toilets, wet tissues, mask, plastic bags, plastic shopping bags, mga dyaryo, kapote, sports shoes (medyas)

※ Iba pang gamit na pang personal na kakailanganin at ng inyong kapamilya.

① “Lakas ng loob laban sa lindol” (sa homepage ng Fire Safety & Disaster Prevention Center )

Inilathala ang isang pamphlet na naglalaman ng summary o pagbubuod sa mga bagay na dapat gawin bilang paghahanda para sa lindol at mga aksiyon o kilos na dapat gawin sa oras ng paglindol (sa wikang Nihongo, English, Chinese, Korean, Vietnamese, Portuguese).

URL : <https://www.bousai-kensyu.com/knowhow/pamphlet01/>

② Paghahanda para sa kalamidad (homepage ng Saitama Prefectural Police)

Nakalagay ang impormasyon kaugnay sa paraan ng pagbawas ng pinsalang dala ng paglindol at may check sheet ukol sa kaligtasan ng pamilya (sa wikang Nihongo, English, Chinese, Korean, Spanish, Portuguese, Tagalog, Vietnamese, Arabia, Urdu, Thai, Turkey, Malay).

URL : <http://www.police.pref.saitama.lg.jp/g0050/kurashi/earthquake-foreigner.html>

### (2) Bagyo

Malaki ang pinsalang dulot ng malakas na hangin at ulan na dala ng bagyong nagsisimula sa Summer hanggang Autumn season. Bago dumating ito ay siguruhing tanggalin o patibayin ang mga bagay sa paligid ng bahay na maaring tangayin o patalsikin ng malakas na hangin. At dahil maaring mawalan ng kuryente, kailangang ihanda ang flashlight, kandila, portable radio, reserbang baterya, charger ng smart phones/cell phones, at iba pa.

Sa pangkaraniwang araw tingnan ang isinagawang hazard map ng inyong syudad, bayan o pook at suriin ang maaring maging mapanganib sa panahon ng sakuna mula sa bahay hanggang lokasyon ng shelter o mapagkakanlungan. Kapag tumaas ang peligro ng isang sakuna dahil sa papalapit na bagyo, ang impormasyon tungkol sa paglikas ay ilalabas ng munisipyo kung saan ka nakatira gamit ang antas ng alerto. Para sa mga nangangailangan ng oras upang lumikas, tulad ng mga matatandang ay sa alert level 3, ang lahat ay dapat na gumawa ng aksyon sa paglikas sa alert level 4.

### (3) Evacuation area o pook-silungan sa panahon ng kalamidad

Bilang paghahanda sa oras ng kalamidad, itinakda sa bawat munisipalidad ang malalaking gusali tulad ng mga paaralan, upang gamiting pook-silungan para sa mga nawalan ng tirahan. Sumangguni sa tanggapan ng Disaster Management Section ng munisipyong kinabibilangan, upang alamin kung saan naroroon ang pinakamalapit na pook-silungan. Depende sa munisipyo, may mapang ipinamamahagi sa mga residente na naglalaman ng listahan ng mga evacuation area.

### (4) Pag-uulat sa wikang banyaga sa panahon ng kalamidad

Sa panahon ng kapahamakan, isinasagawa ang pag-uulat ng “disaster-relief” information sa wikang Ingles at iba pa.

Radyo: Inter-FM (89.7 MHz), NHK-2 Broadcasting (693kHz)

TV: NHK General TV-1, BS-1, BS-2 (Bilingual Broadcast)

### (5) NTT Disaster Emergency Message Dial “171”

Sa panahon ng kapahamakan, nagkakaroon “overload” o sobrang tawag sa pook na

## Gabay sa pamumuhay ng mga dayuhan, Saitama Prefecture

naapektuhan ng kalamidad, kung saan mahihirapang makatawag. Sa panahong ito, maaring gamitin ang Disaster Emergency Message Dial, upang maisagawa ang matiwasay na pagkontak at pagkumpirma sa kaligtasan ng pamilya. Hindi na kailangang gamitin ang dialing code, sa pag-dial ng 171 ay madaling naisasagawa ang recording at playback ng mensaheng nais iparating. Para sa mga detalye ukol sa paraan ng paggamit, tingnan ang website ng NTT East.

URL : <http://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/index.html> (Nihongo)  
<https://www.ntt-east.co.jp/en/saigai/voice171/> (English)

May Message Board Service din sa bawat kompanya ng mobile phone at website sa wikang Ingles.

【docomo】

<http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi> (Nihongo)  
<http://dengon.docomo.ne.jp/Etop.cgi> (English)

【au】

<http://dengon.ezweb.ne.jp/> (Nihongo)  
<http://dengon.ezweb.ne.jp/E/service.do> (English)

【SoftBank / YMOBILE】

<http://dengon.softbank.ne.jp/pc-1> (Nihongo)  
<http://dengon.softbank.ne.jp/pc-e1.jsp> (English)

### (6) Pagkolekta ng impormasyon

#### ① Kaligtasan at seguridad sa Saitama (website ng Saitama Prefecture)

Mga impormasyon at pag-uulat ukol sa krisis, pinsala, at iba pang kalamidad, at sa mga pangangasiwa nito ay ipapahayag sa website ng Saitama Pref., "Kaligtasan at seguridad sa Saitama" Hindi lamang sa pamamagitan ng PC, maari din na tingnan ito mula sa mobile phone. Sa pamamagitan nito ay maaring tanggapin ang mahalagang impormasyon kaugnay sa paghahanda sa panahon ng kapahamakan, kaya inaasahang ito ay makakatulong sa lahat ng residente.

URL: <http://www.pref.saitama.lg.jp/theme/anzen/index.html>

#### ② Disaster Support Information para sa mga dayuhang residente (website ng CLAIR - Council of Local Authorities for International Relations)

Itinatag ang isang website na nagbibigay ng impormasyon sa mga dayuhang residente ukol sa suportang ipinagkakaloob sa panahon ng kapahamakan, pagkulekta at pamamahagi ng impormasyon kaugnay sa disaster support. Kalakip nito ang mga halimbawa o kaso ng relief / disaster prevention activities na nakatuon sa mga dayuhang residente ng bawat rehiyon pati "link" sa websites na nagpapahayag sa isinasagawang support activities ng mga dayuhang residente.

URL : <http://www.clair.or.jp/j/multiculture/tagengo/saigai.html>

#### ③ Mga hakbang na isinasagawa sa pangangasiwa ng radioactive substances (website ng Saitama Prefecture Environmental Policy Division)

Sa loob ng Saitama Prefecture, regular na sinusukat at sinusuri ang epekto ng radiation dose at mga radioactive substance sa hangin, tubig at pagkain, at ang resulta ng pagsusuri ay inilalathala sa website ng Saitama Prefecture (may link din sa Health Consultation Service).

URL : <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0501/housyasen-sokuteikekka.html>

### (7) Paghahanda para sa kalamidad

## Gabay sa pamumuhay ng mga dayuhan, Saitama Prefecture

① Sa mga syudad at bayan ng Saitama Prefecture ay may mga iba' ibang pagsasanay sa pagsugpo ng kalamidad para sa paghahanda kung sakaling magkaroon ng malakihang paglilindol. Sa mga pagsasanay na ito ay inaasahan ding sumali ang mga dayuhang residente. Tingnan lamang sa sumusunod na mga website.

URL:

[【Japanese】 http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaijapa.pdf](http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaijapa.pdf)

[【Simpleng Japanese】](http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaiyasasii.pdf)

<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaiyasasii.pdf>

[【English】 http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaienglish.pdf](http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaienglish.pdf)

[【Chinese】 http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaichina.pdf](http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaichina.pdf)

[【Korean】 http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaikankokuchosen.pdf](http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/202008bosaikankokuchosen.pdf)

② Ang pamahalaan ng Saitama Prefecture at sa tulong ng NPO na kilala sa malawak na karanasan sa pagsuporta sa mga dayuhang residente, ay nabuo ang paggawa ng Disaster Prevention Guidebook na nakasalin sa 7 lengguage (Nihongo, English, Chinese, Korean, Spanish, Portuguese, Tagalog). Makikita ito sa website ng Saitama Prefecture.

URL: <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/7kakokubosaigaidobukku.pdf>

③ Mayroon ding Emergency Card para sa mga dayuhang residente na maari nilang magamit sa paghingi ng tulong sa mga Hapon sa panahon ng emergency.

Makikita ito sa website of Saitama Prefecture.

[Sa harapan (Japanese, English, Chinese)]

<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/549226.pdf>

[Sa likod (Japanese, English, Chinese)]

<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/documents/549227.pdf>

④ Para magkaroon ng salitan ng pag-uusap ang mga tagapangasiwang Hapon at mga banyagang lumikas at tumuloy sa refuge centers, may ginawang set examples na mga pag-uusap sa website ng Saitama Prefecture .

○Point-and-talk sheet sa iba't ibang lengguage [Simpleng Nihonggo, English, Chinese, Korean, North Korean, Spanish, Portuguese, Tagalog, Thai, Vietnamese]

<http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378845.pdf>

○Pagtatanong o questionnaire para sa mga banyagang lumikas

[English] <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378846.pdf>

[Chinese] <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378848.pdf>

[Korean/North Korean] <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378852.pdf>

[Spanish] <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378847.pdf>

[Portuguese] <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378851.pdf>

[Tagalog] <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378855.pdf>

[Thai] <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378856.pdf>

[Vietnamese] <http://www.pref.saitama.lg.jp/a0306/tabunkakyousei/documents/378857.pdf>

### **(8) Pag-iwas sa heat stroke**

Pag matagal na nakatigil sa mainit na kapaligiran ay maari kayong magka- heat stroke. Ang mga sintomas ng heat stroke ay pagkahilo, sakit ng ulo, pagduduwal, at kung sakaling magka-kombulsyon ay mas malaki ang posibilidad ng heat stroke. Pumunta sa malilim na lugar at kaagad komunsulta sa

## Gabay sa pamumuhay ng mga dayuhan, Saitama Prefecture

duktor. Kung nasa loob ng bahay o gusali, gumamit ng air-con at palagiang uminom ng tubig.  
Mag-ingat tayo sa heat stroke.

Limang mga paalala para maiwasan ang heat stroke

URL : <https://www.pref.saitama.lg.jp/a0704/netsuchusyo/5point-e.html>