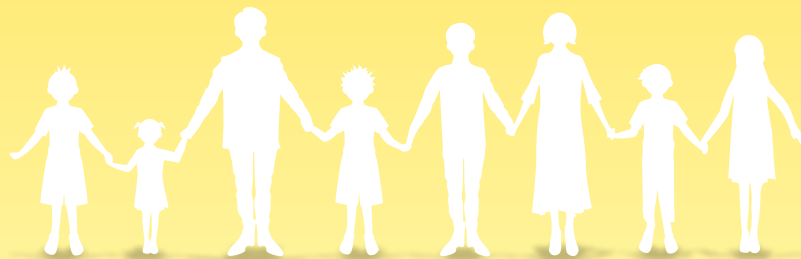


**Elementarya  
(Grado 1-3) Edisyon**

# Manwal sa Pagpangandam sa Katalagman

~ Pagpanalipud sa Kinabuhi sa mga Katalagman ~



Board sa Edukasyon, Mie Prefecture

# Mga hinigugma kong mga magtuluon sa Grade 1,2 at 3,



Ako si Dr. Catfish. Ako ang nakabalo kung unsay linog wa nay lain pa. Nahibalo ba mo sa nahitabo nga mga dagkong linog sa silangang parte sa Japan kaniadtong Marso 2011, sa Kumamoto Prefecture kaniadtong Abril 2016, ug sa Noto Peninsula sa Ishikawa Prefecture kaniadtong Enero 2024? Daghan ang nawad-an sa ilang kinabuhi sa mga linog nga nahisgutan. Tungod ato, gihimo nako ning manwal sa pag-pangandam haron mapanalipdan ang inyong mga kinabuhi masalba nato ang atong kinabuhi sa takna nga samang kakusog nga linog ang mahitabo sa atong dapit. Importante kini haron mapangandaman ang atong mga kaugalingon sa kusog nga hangin ug mga kadaot sa baha sama sa bagyo. Palihug, ug basa ang tanan nga gisulat dinhi sa manwal haron masalba nimo ang imong kaugalingon.

## Gihigugma Nakong Mga Ginikanan Ug Mga Magbalantay

Mintras ang linog sa Nankai Trough gitakna nga moabotay sa umaabot nga panahon ug ang grabe nga pag-ulan misamot pa kada tuig, kinahanglan gyud nga ato pang pahingpiton ang pagkaalam sa atong mga bata tungod sa katalagman ug tudluan sila ug unsaon pagpanalipud sa ilang kaugalingon sa oras sa katalagman para mapabantayan ang ilang kinabuhi gikan sa katalagman. Haron nga maobot ni, kinahanglan kitang mga magulang nila, naay taas nga nahibal-an mahitungod sa mga katalagman mintras ang pamaagi sa pagpa-undang sa mga kadaot gihimo na sa atong mga panimalay. Mao nga kami, misalig nga kamo muapil sa mga programa sa pagtuon bahin sa mga pagpugongsa mga disgrasya gamit ang manwal sa pagpanalipud sa panahon sa katalagman uban ang inyohang mga anak haron nga kamo sa inyong mga panimalay makhimo mo ug pamaagi nga mapugngan ang mga peligro sa inyong panimalay ug sa inyohang dapit. Kami sad nangandoy nga kining manwal mahimong gamit para motaas ang kaalam mahitungod sa mga disgrasya sa usa ka lugar kay tungod sa modaghan ang mga tawo nga adunay taas nga kasinatian sa mga katalagman. Kami nagmaton nga kamo makig-usa pinaagi sa manwal sa pagpanalipud sa mga bata.



Tunghaang Preparasyon  
sa Katalagman sa Mie

# Listahan sa Mga Sulod



## 1. Sa Kaso Nga Kusog Nga Linog Naa Mo Sa Eskwelahan Oras Nga Walay Klase

- (1) Kakuyaw sa Sulod sa Klase ..... 3
- (2) Sa takna nga naay Kusog nga Linog unya na-a ka sa Gawas sa Inyohang Klasrom ..... 4

## 2. Sa Kaso Nga Ana-ay Kusog Nga Linog Paingon Ka Sa Inyong Balay Gikan Sa Tunghaan

- (1) Peligro sa Pagpa-uli sa Balay ..... 5
- (2) Sa kaso nga Kusog Nga Linog Nahitabo samtang Pauli Ka sa Inyohang Balay ..... 6

## 3. Sa Kaso Nga Adunay Kusog nga Linog Ana-a Ka Sa Balay

- (1) Peligro sa Balay ..... 7
- (2) Kung Naay Kusog nga Linog nga Nahitabo samtang naa ka sa inyohang balay ..... 8

## 4. Sa Kaso Nga Adunay Linog Nga Naa Ka Sa Gawas

- (1) Peligro sa Gawas ..... 9
- (2) Sa kaso nga Adunay Kusog nga Linog samtang Naa Ka sa Gawas ..... 10

## 5. Kung Moabotay ang Bagyo

- (1) Mga Kakuyaw nga Tungod sa Bagyo ..... 11
- (2) Kung Niabot ang Bagyo ..... 12

## 6. Hangin ug Kadaot sa Baha nga Kalit Niabot

- (1) Makuyaw nga mahitabo tungod sa Buhawi ..... 13
- (2) Makuyaw nga mahitabo tungod sa Kalit nga Kusog nga Ulan ..... 14
- (3) Makuyaw nga mahitabo tungod sa Dalugdog ..... 14

## 7. Kung naa ka sa sentro sa pagbakwit

- (1) Unsaon klasehang lugar ang sentro sa pagbakwit ..... 15
- (2) Mga Timan-an sa Evacuation Center ..... 16
- (3) Unsay Atong dad-on sa Evacuation Center ..... 16

## Pakisayran

- (1) Pagkat-oan ang mahitungod sa dagkong balod ..... 17
- (2) Pagkat-onan ang mahitungod sa paghumok ugpagkainas sa yuta ..... 18
- (3) Pagkat-onan ang mahitungod sa landslide sa yuta ..... 18

### Worksheet (giapil)

- ① Tun-an unsaon Pagpanalipud sa Kaugalingon
- ② Paghimo ug Mapa para sa Pagbakwit
- ③ Tun-I ug Unsa-on Pag-gamit ang Disaster Emergency Message Dial (171)

1

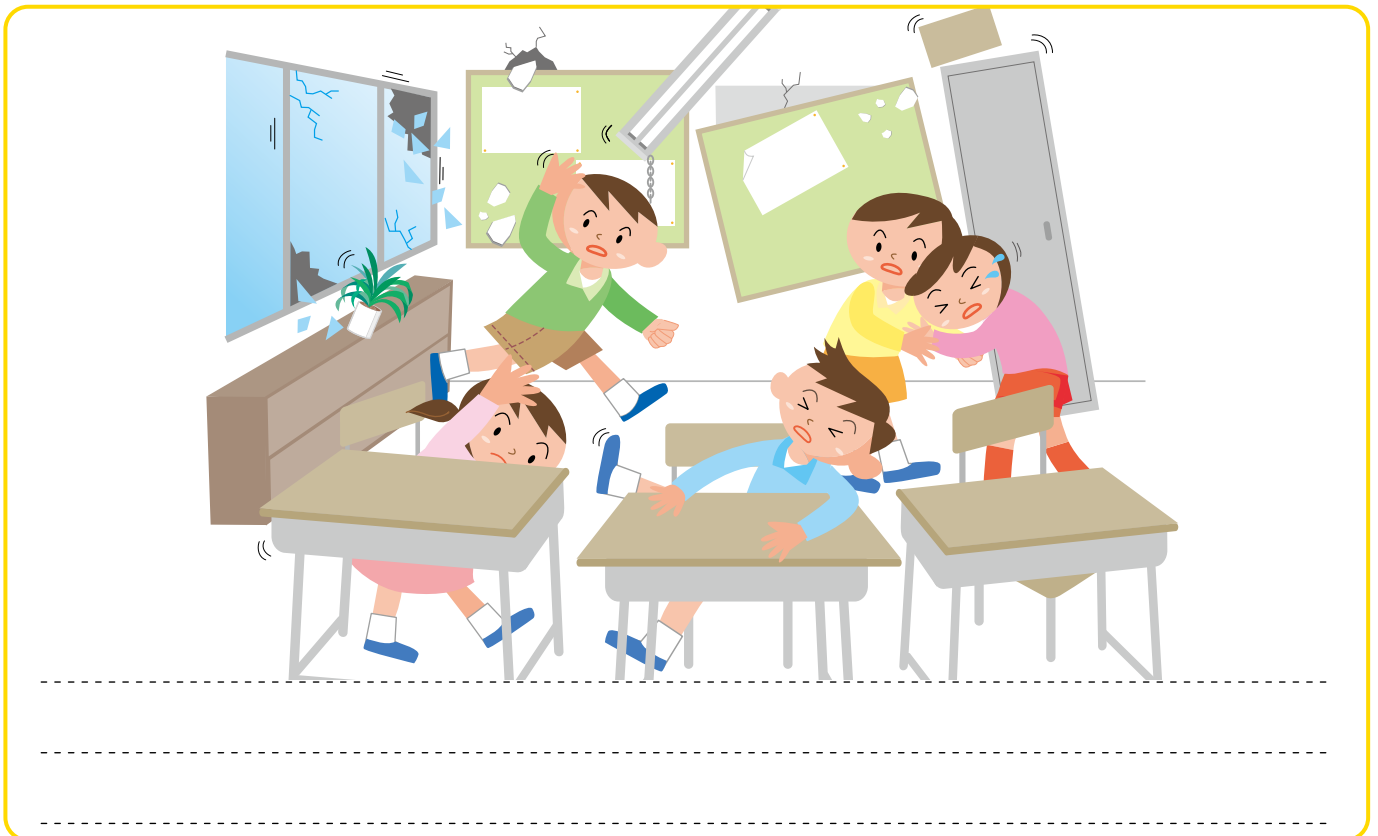
# Sa Kaso Nga Kusog Nga Linog Na-a mo Sa Eskwela han Oras Nga Walay klase



## (1) Kakuyaw Sa Sulod Sa Klase

Unsa ang mga peligrong pwede mahitabo sa sulod sa klase kung dunay linog?

Huna-hunaa gamita ang ilustrasyon nga ana-a sa ubos.



### [Mga Butang nga Pwede Gubaon inig Molinog]

Mahugno ang mga bungbong

Mahulog ang mga fluorescent o mga suga

Mangatumba ang mga bookshelf



Litrato Ng: Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology



Litrato Ng: Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology



Litrato Ng: Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology

**?** Unsay peligro ang ana-a sa mga lugar sa gawas sa room?

Padayon sa lugar nga walay mahagbong, nga malumpag o modagan padulong nimo.

## (2) Sa Takna Nga Naay Kusog Nga Linog Unya Na-a Ka Sa Gawas Sa Inyohang Klasrom

Unsay buhaton sa takna nga adunay kusog nga linog sa oras nga nagbreak mo? Isulat ang imong nahuna-huna-an gamiton nimo ang ilustrasyon sa ubos angay basehan.

Tupad sa school building



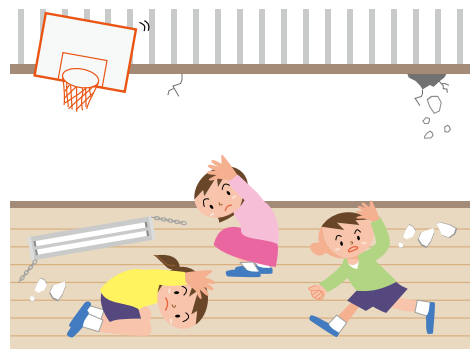
Agi-anan ug hagdanan



Butanganan ug sapatos

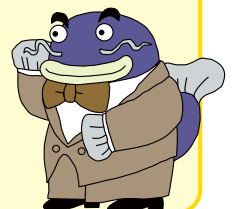


Gym



### Sa PagpamalhinPagkahuman Sa Linog

- Paminaw sa mga Pahibalo ug Maayo
- Ayaw ug panuklod sa uban kung naa mo sa agi-anan o hagdanan (O sanai). Ayaw ug pagdagan (HA shiranai). Ayaw ug pag-istorya (SH aberanai).
- Mag-amping sa mga nabuak nga mga salamin kung nagbalhin.
- Inig naay Tsunami nga moabot, adto sa taas nga dapit dayon
- Makausa nga kamo makabalhin na sa luwas nga lugar, ayaw nagbalik sa imong gigikanan (MO doranai).



## 2

# Sa Kaso Nga Ana-ay Kusog Nga Linog Paingon Ka sa Inyong Balay Gikan Sa Tungha-an



## (1) Posibleng Kakuyaw Samtang Pauli Ka Sa Inyohang Balay

Unsay peligro nga mahitabo kung naay linog, nga kita nagpadulong pauli pa lang sa atong balay.

Huna-hunaa gamita ang litrato ug ilustrasyon nga ana-a sa ubos.



### 【Butang nga Giguba sa Linog】

Nahugnong sementong bungbong.



Nahugnong balay



Nahugnong batong bungbong



❓ Unsay mga kakuyaw nga ana-a sa laing lugar, gawas sa inyohang tungha-an?

Padayon sa lugar nga walay mahagbong, nga malumpag o modagan padulong nimo.

## (2) Sa Kaso Nga Kusog Nga Linog Nahitabo Samtang Pauli Ka Sa Inyohang Balay

Daghang lugar gawas sa inyohang tungha-an. Unsay atong buhaton kon dunay linog? Isulat ang imong nahuna-hunaan gamita ang ilustrasyon nga anaa sa ubos.

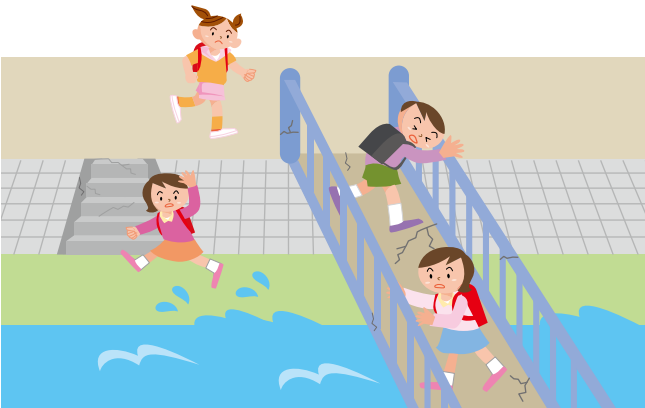
### Interseksyon



### Duol sa Pangpang



### Duol sa Suba ug Tulay



### Duol sa Kadagatan



## Unsaon Pagbakwit Inig Human sa Linog

- Paminaw ug maayo sa balita.
- Bakwit, mintras nga gihuna-huna ang mahitungod salugar nga diha mo nakaistar
- Kon ang tsunami moabotay, balhin dayon sa taas nga dapit.
- Ayaw adto duol sa mga kuyaw nga lugar.



## 3

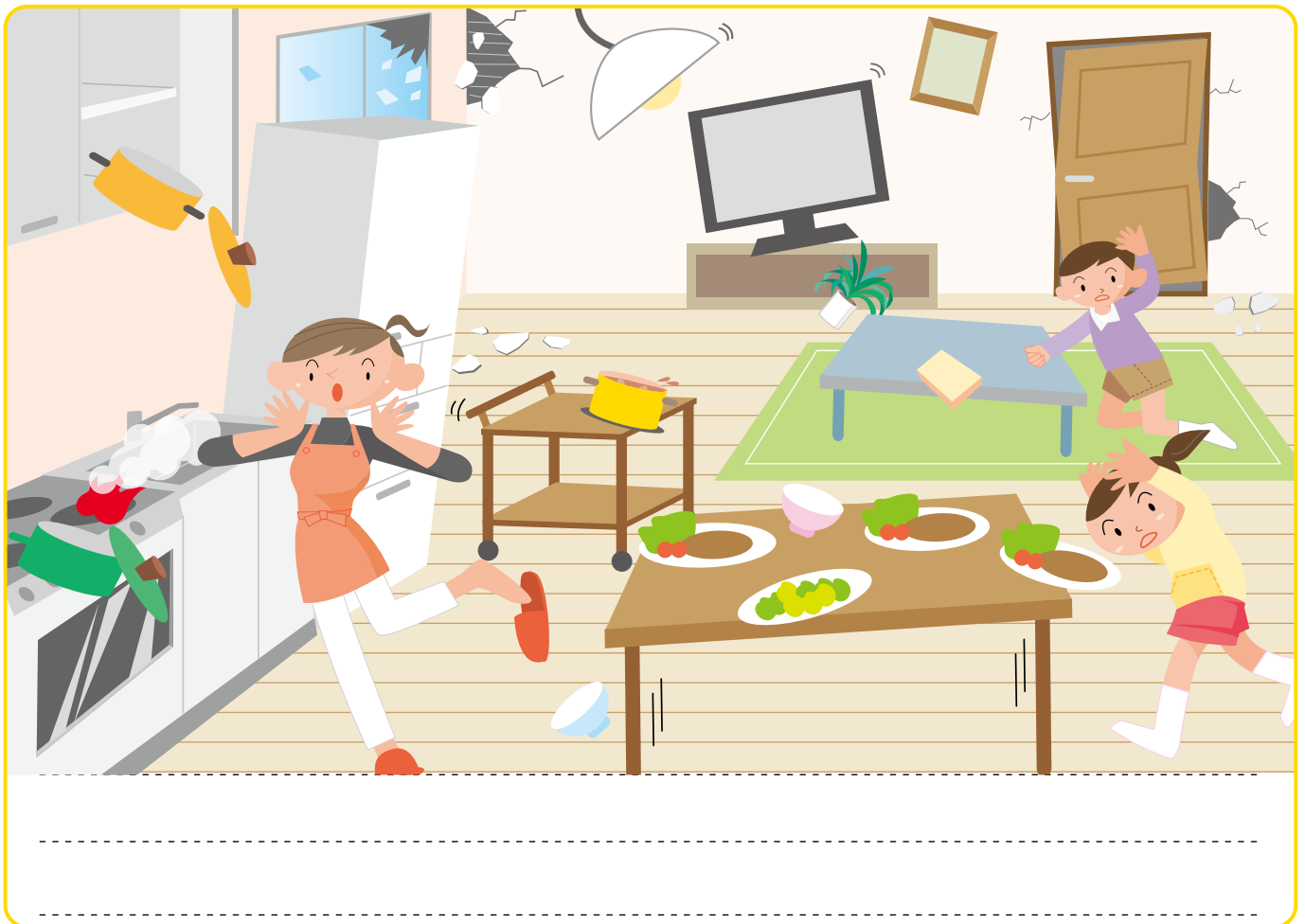
# Sa Kaso Nga Adunay Kusog Nga Linog Ana-a Ka Sa Balay



## (1) Peligro sa Balay

Unsang Kakuyaw ang na-a kung dunay linog nga na-a ka sa sulod sa balay.

Huna-hunaa gamita ang ilustrasyon nga ana-a sa ubos.



### [Unsaon Pagpamalhin o Pagbakwit Sa Takna Nga Adunay Sunog]

- Ang kalayo muhatag ug makahilong gas. Para kamakalingkawas sa aso, tabuni ug tela ang imong babaug ilong, sama sa panyo, ug imong iubos ang posisyonsa imong lawas kung mahimo.
- Inig makabakwit na, ayaw usag balik sa imong gigikanan.
- Sa kaso nga ang sunog modako na, bakwit dayon sa gawas, sama sa dulaanan.



### ? Unsay mga peligro nga pwedeng mahitabo sa lain pang lugar sa balay?

Padayon sa lugar nga walay mahagbong, nga malumpag o modagan padulong nimo.

## (2) Kung Naay Kusog Nga Linog Nga Nahitabo Samtang Naa Ka Sa Inyohang Balay

Unsay himuon sa takna nga adunay linog nga ana-a ka sa inyohang balay? Isulat ang imohang nahuna-huna nga gamit ang ilustrasyon nga ana-a sa ubos.

### Samtang Nagdigamo Ka Sa Inyohang Panihapon



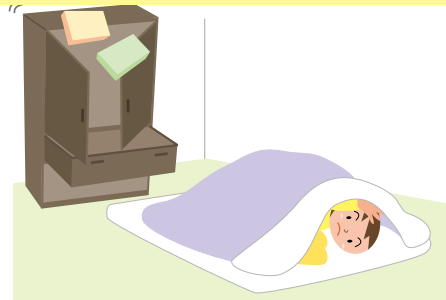
### Samtang Nag-tuon Ka



### Samtang Naligo Ka



### Samtang Natulog Ka



## Unsaon Pagbakwit Inig Human sa Linog

- Paminaw ug maayo sa balita.
- Kon ang tsunami moabotay, balhin dayon sa taas nga dapit.
- Pagbantay sa mga nabuak nga mga salamin sa bintana mintras mobakwit.
- Inig Nakapamalhin na mo sa luwas nga Lugar, ayawusag balik sa imong gigikanan.



## [ Pangutana ni Dr. Catfish ]

Asa ka ug ang imong pamilya moadto inig kahuman sa linog?



# 4

## Sa Kaso Nga Adunay Linog Nga Naa Ka Sa Gawas



### (1) Peligro Sa Gawas

Unsay mga kakuyaw ang pwede mahitabo inig adunay linog, nga na-ka sa gawas sa inyohang balay? Huna-hunaa gamita ang litrato ug ilustrasyon nga ana-a sa ubos.



#### [MGa Mahitabo Inig Naay Linog]

Sunog



Litrato ng: Mr. Ikuo Kobayashi

Mga nabuak ug nahagbong nga mga salamin sa bintana



Tsunami



Litrato ng: Sendai City

### ? Unsay peligrongapwedengmahitabosalainglugar?

Padayon sa lugar nga walay mahagbong, nga malumpag o modagan padulong nimo.

## (2) Sa Kaso Nga Adunay Kusog Nga Linog Samtang Naa Ka Sa Gawas

Unsay buhaton nato sa takna nga naay linog nga kita naa sa dapit nga dili kaayo nasinati. Isulat ang imong nahuna-hunaan gamita ang ilustrasyon sa nga naa sa ubos.

### Sa Sulod Sa Bus Ug Tren



### Sa Department Store Ug Supermarket



### Ana-a Ka Sa Theme Park

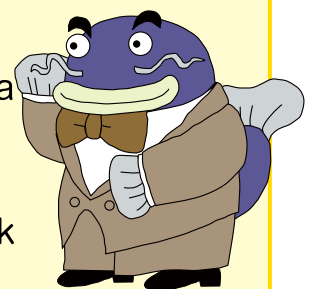


### Ana-a Ka Sa Dagat



## Unsaon pagbakwit Pagkahuman sa Linog

- Paminaw ug maayo sa balita.
- Pag-amping sa mga butang nga nabuak ug nagpasad sa salog.
- Bakwit, mintras nga gihuna-huna ang mahitungod salugar nga diha mo nakaistar.
- Kon ang tsunami moabotay, balhin dayon sa taas nga dapit.
- Inig Nakapamalhin na mo sa luwas nga Lugar, ayaw usag balik sa imong gikikanan.



# 5

## Kung Moabotay ang Bagyo

### (1) Mga Kakuyaw nga Tungod sa Bagyo

Unsa nga matang sa kakuyaw ang mahitabo kung moabot ang bagyo? Huna-hunaa gamita ang litrato ug ilustrasyon nga ana-a sa ubos.



-----

-----

### 【Mga Butang Mahitabo sa Oras nga Bagyo】

Kwarto sa mga maestra nga naay mga nabuak ngasalamin



Gibahang Suba



Lapok ug mga bato



## (2) Kung Niabot ang Bagyo

Unsa ang atong maayong himuon inig naay bagyo?

Isulat ang imong nahuna-hunaan gamita ang ilustrasyon sa ubos.

### Ang tubig nisulod sa balay



.....

.....

.....

### Ang karsada gibaha

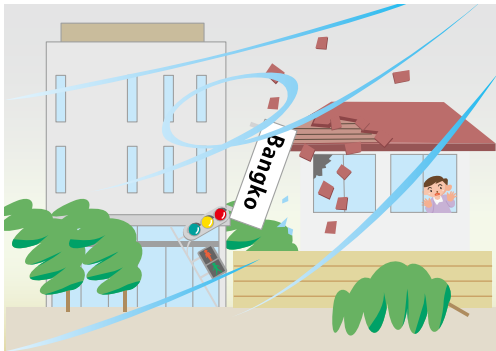


.....

.....

.....

### Kusog nga hangin



.....

.....

.....

### Ang mga bukid nahugno



.....

.....

.....

## Mangutana sa mga katalagman nga nahitabo na sa

Mangutana mahitungod sa katalagman na nahitabo na Mie nga tungod sa bagyo.

.....

.....

.....



Great Flood in the Kii Peninsula

# 6

## Hangin ug Kadaot sa Baha nga Kalit Niabot

### (1) Makuyaw nga mahitabo tungod sa Buhawi

Unsang mga katalagman ang mahitabo kung adunaybuhawi nga moabot? Huna-hunaa gamita ang litrato ug ilustrasyon nga ana-a sa ubos.



**[Mga Panghitabo sa Oras nga Adunay Buhawi]**

Mga nagkatag nga sulatanan



Litrato ng: Mooka City Nishidal Elementary School

### Unsaon pagpanalipud sa kaugalingon sa Buhawi?

Kung Naa Ka sa Sulod sa Balay

- Magpabilin ka layo sa bintana.
- Adto sa ilalom sa durabling mesa ug proteksyonan angimong ulo gamita ang imong mga kamot.

Kung Anaa Ka sa Gawas sa Imong Balay

- Bakwit paingon sa lig-on nga bilding.
- Pagtago sa sulod sa agianan sa tubig o sa buhosamtang giproteksyonan nimo ang imong ulo sa imong.



Nanglupad ang mga atop



Hulagway ni: Ministri ng Meteoroligal Ng Japan

## ( 2 ) Makuyaw nga mahitabo tungod sa Kalit nga Kusog nga Ulan

Unsang katalagman ang mahitabo kung naay kalit ngakusog nga ulan? Huna-hunaa gamita ang litrato ug ilustrasyon nga ana-a sa ubos.



### Unsaon pagpanalipud sa kaugalingon kun naay kalit ngakusog nga ulan

- Hawa dayon sa duol sa suba.
- Ayaw ug adto sa mga subway o sa mga ilalom nga.
- Bantayi ang imong paglakaw sa basa nga karsada.



-----

-----

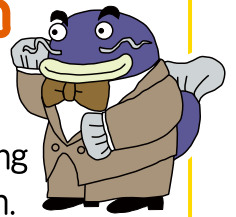
## ( 3 ) Makuyaw nga mahitabo tungod sa Dalugdog

Unsang mga kakuyaw ang mahitabo kung naaydalugdog unya naa ka sa gawas sa imong balay? Isulat ang imong nahuna-hunaan gamita ang litrato ugilustrasyon nga ana-a sa ubos.



### Unsaon Pagpanalipud sa Imong Kaugalingon Kung NaayDalugdog

- Inig madungog ninyo ang dalugdog, bakwit dayon.
- Layo dayon sa mga kahoy ug mga poste sa kuryente.
- Adto mo sa sulod sa bilding o kotse.
- Kung walay lugar nga kaadtoan, himoa nga ang imonglawas mobaluktot nga posisyon.



-----

-----

# 7

## Kung naa ka sa sentro sa pagbakwit

### (1) Unsang klasehang lugar ang sentro sa pagbakwit

Isulat ang imong kahimtang gamita ang litrato ug Ilustrasyon sa ubos nga gihatag sa imo.



-----

-----

-----

#### [Hulagway sa Evacuation Center]

Daghang Tawo Namakwit



Mga tawong naghulat sa rasyon sa tubig



Gatumpok nga basura





Litrato ng: Kawanishi City

Padayon sa lugar nga walay mahagbong, nga malumpag o modagan padulong nimo.

## (2) Mga Timan-an Sa Evacuation Center

Unsa-unsa ang mga butang nga kinahanglan ug atong ampingan ug mga panghimangno nga atong sundon sa evacuation center? Isulat ang imong nahuna-hunaan gamita ang ilustrasyon sa ubos.

<p><b>“Oras sa pagkatulog na…”</b></p>  <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p>	<p><b>“Asa na siya”</b></p>  <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p>
<p><b>“Gusto nakong motabang pagpanghatag sa tanan unsaon”</b></p> <p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p>	

## (3) Unsay Atong Dad-on Sa Evacuation Center

Isulat ang mga butang kinahanglan dalhon nimo sa evacuation center.

(Pareha sa)



-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

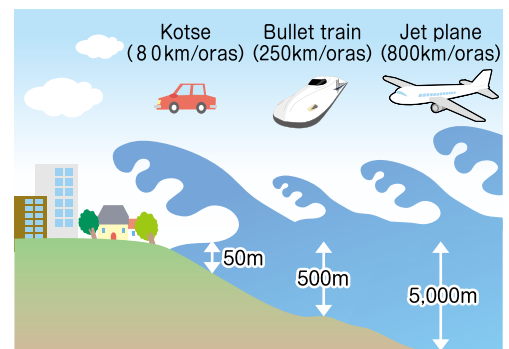
# Pakisayran

## (1) Pagkahibalo sa Tsunami

Para maluwas sa tsunami, importante nga ana-a kay nahibal-an mahitungod sa tsunami

### Mga Butang Nga Atong Tan-awon Sa Takna Nga Naay Tsunami

- ① Ang tsunami pwede moabot dayon depende sa lugar nga asa ang linog.
- ② Ang tsunami moabot sa kakusog sama sa jetplane (Makaabot ang tsunami sa kakusog sa jetplane sa libel nga kalawom sa tubig nga 5,000 metro, sa bullet train ug tubig nga 500 metro, ug sa kotse ug tubig nga 50 metro).
- ③ Mobalik-balik ang pag-abot sa tsunami.
- ④ Ang katas-on sa tsunami depende sa kakusog kung asa moigo.
- ⑤ Bisan ang tsunami naa sa 30cm naa nay kakusog nga pwede ka tumbahon.
- ⑥ Ang tsunami mosaka sa suba gikan sa dagat.
- ⑦ Ang paghunas dili na una nga sinyales sa tsunami.



### !! Pagbantay aning mga Sign!



Lugar nga Balhinan sa Takana nga naay Tsunami



Building Nga Balhinan Sa Taknan ga Naay Tsunami



Mga Pasidaan sa Tsunami



Mga Lugar Nga Kuyaw Sa Tsunami



Ang kadak-on sa tsunami depende sa kakusog sa linog ug uban pang mga hinungdanan. Ayaw gyud paghuna-huna nga luwas naka kay ang imong balay naluwas sa tsunami sa kaniadto.

**Kon moabot ang tsunami, balhin sa bungtod nga lugar!**



Padayon sa lugar nga walay mahagbong, nga malumpag o modagan padulong nimo.

## ( 2 ) Pagkat-onan ang mahitungod sa paghumok ugpagkainas sa yuta

Ang paghumok sa yuta mahitabo sa mga lugar nga duolsa dagat o suba sa mga gitambakan nga lugar. Ang kusog nga tubig mogawas gikan sa ilalom sa yutanga mahimong lapok nga motaas ang mga buho ngamotakilid ang mga bilding.



## ( 3 ) Pagkat-onan ang mahitungod sa landslide sa yuta

Ang katalagman sa yuta, nga gitawag nga " tsunami sabukid" mahitabo tungod sa bagyo o kalit nga kusog ngaulan. Ang pagkapukan sa yuta pwede mahitabopagkahuman sa linog.

### [Lain-lain nga Matang sa Landslide]

#### Pagkainas sa Bato ug Balas



Mga bato ug mga gagmay nga tipak nga mupadulongsa mga sapa tungod sa kusog nga bagyo.

#### Mga Buho sa Yuta



Ang tubig nga gikan sa ilalom, hinay hinay ngamupadulong sa yuta ug mopadanlog ani, sama sa lapok.

#### Landslide sa Yuta



Ang mga tag-as nga pampang mahugmak tungod sakusog nga bagyo.

### [Mga Timailhan sa Landslide]

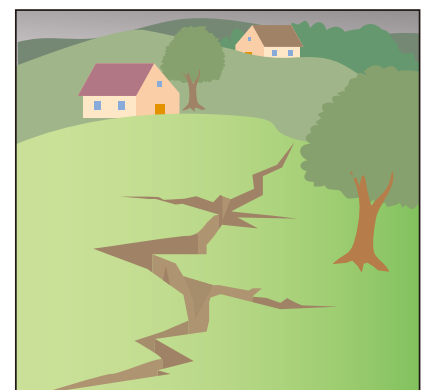
Pagbantay sa mga sunod nga timailhan:



Ang mga suba ug sapa lapok ang kauban sa bahagiubanan pa sa mga piraso sa mga kahoy.



Ang tubig nibugwak gikan sa taas sa bukid.



Mga nangagubang yuta.

# Sulayi ug tubag ang mga pangutana;

Pwedeng pangita-on nimo ang tubag sa sulod sa Manwal sa Pagpangandam sa Katalagman.



**Q1**



Unsa ang "O-HA-SH-MO", na kinahanglanun sa takna nga mobakwit, unsay buot ipasabot ani?

Mga Tubag

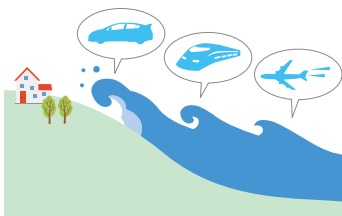
**Q2**

Unsaon pagpanalipud sa kaugalingon sa panahonsa buhawi?



Mga Tubag

**Q3**



Sa ang tubig moabot sa kalalom nga 5,000 metro, unsang sakyanan nga adunay kakusog pareho sa tsunami?

Mga Tubag

**Q4**

Unsang mga simbolo ang gipakita sa ubos ani?



Mga Tubag

**Q5**

Unsay himuon nato sa taknang moabot ang tsunami?



Mga Tubag

## Impormasyon sa Kontakon

ka tuig	grupo	Ngalan:
ka tuig	grupo	
ka tuig	grupo	

▶ Mahitungod sa Natural na Katalagman Board of Education General Affairs Division, Board of Education, Mie Prefectural Government **059-224-3301**  
 ▶ Sobre desastres naturales Disaster Prevention Department, Regional Disaster Prevention Promotion Section, Mie Prefecture **059-224-2184**

Puwede nimo idownload ang safety manual ug worksheet (giapil) [URL https://www.pref.mie.lg.jp/KYOIKU/HP/bosai/68638018172.htm](https://www.pref.mie.lg.jp/KYOIKU/HP/bosai/68638018172.htm)

Para sa impormasyon mahitungod sa natural nga katalagman, bisitaha ang ▶ Bosai Mie.jp [URL https://www.bosaimie.jp](https://www.bosaimie.jp)

Puwede nimong idownload ang Manwal sa Pagpangandam sa Katalagmanug worksheets (giapil).

## Manwal sa Pagpangandam sa Katalagman - Pagpanalipud sa Kinabuhi inig adunay Disaster

Board of Education General Affairs Division, Board of Education,  
Mie Prefectural Government

13 Komei-Cho, Tsu-Shi, Mie 514-8570 Japan Tel : 059-224-3301 Fax : 059-224-2319

Ika-13 edisyon, Abril 2026

(Nagdumala Ug Nagtambag)  
Jun Kawaguchi  
Professor, Graduate  
School of Engineering,  
Mie University



Bosai Note  
Worksheet



BOSAIMIE.jp