

Ang Japan ay isa sa mga bansang pinakamadaling tamaan ng lindol sa mundo.

Mahalagang maunawaan nang tama ang mga lindol at magkaroon ng kaalaman upang tumugon sa mga ito.

Sa pagkakataong ito narito ang mga dapat gawing paghahanda para sa mga lindol.

Una, ipapaliwanag natin ang pang-araw-araw na paghahanda para sa mga lindol.

Maraming tao ang nasusugatan kapag nahuhulog o natumba ang mga muwebles at kagamitan sa panahon ng lindol.

Mag-ingat upang protektahan ang iyong sarili at ang iyong pamilya sa pamamagitan ng pag-secure ng mga muwebles o pagbabago ng oryentasyon nito upang maging ligtas ito kahit na mahulog ito.

Upang matiyak na mabilis kang makakalikas, suriin ang lokasyon ng mga kalapit na lugar ng paglikas tulad ng iyong tahanan at lugar ng trabaho nang maaga.

Ang mga paaralan at malalaking parke ay pangunahing ginagamit bilang mga lugar ng paglikas.

Maghanda ng tubig, pagkain, flashlight, at mga regular na gamot na maaaring gamitin sa loob ng tatlong araw.

Maghanda ng mga pangunang lunas upang makapagbigay ka ng pangunang lunas kung sakaling magkaroon ng pinsala.

Kung ihahanda mo ang pinakamababang kinakailangang mga bagay bilang isang "emergency kit" sa isang bag, maaari mo itong kunin kaagad kapag lumikas ka.



Susunod, ipapaliwanag namin ang Earthquake Early Warning System.

Ang maagang babala sa lindol ay inilalabas sa pamamagitan ng telebisyon, radyo, at mga mobile phone pagkatapos na mangyari ang isang lindol na tinatayang may lakas.

Kapag nakarinig ka ng maagang babala sa lindol, gumawa ng mabilis na aksyon upang protektahan ang iyong kaligtasan.

Susunod, ipapaliwanag namin kung ano ang gagawin kapag nagkaroon ng lindol.

Una, magtago sa ilalim ng isang matibay na mesa o iba pang bagay upang matiyak ang iyong kaligtasan.

Sa partikular, huwag magmadaling lumabas o lumapit sa mga bintana.

Ang mga nahuhulog na bagay o basag na salamin ay maaaring magdulot ng mga pinsala.

Kung ikaw ay malapit sa baybayin at nakakaramdam ng malakas na pagyanig o isang matagal at mabagal na pagyanig, mabilis na lumikas sa isang ligtas na lugar tulad ng mas mataas na lugar bilang paghahanda sa isang tsunami.

Pagkatapos tumigil ang pagyanig, patayin ang mga kalan at mga pampainit ng tubig, at buksan ang mga pinto upang masiguro ang isang labasan.

Kung may sumiklab na sunog, patayin agad ito kung ito ay nasa mga unang yugto pa lamang.

Kapag lumilikas, huwag gumamit ng mga elevator o kotse.