

2 Persiapan terhadap gempa

Menjaga keselamatan diri

Untuk menjaga keselamatan jiwa

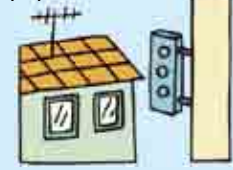
Ketika gempa terjadi menjaga keselamatan diri dan jiwa merupakan prioritas pertama. Periksa lingkungan sekeliling dan jadikanlah lingkungan anda lebih aman

Daftar kondisi lingkungan di luar rumah

- Pengamanan untuk vas bunga yang diletakkan di beranda



- Pemeriksaan terhadap kondisi genteng dan papan reklame



- Pencegahan jatuhnya mesin pendingin ruangan (AC) yang terletak di luar rumah

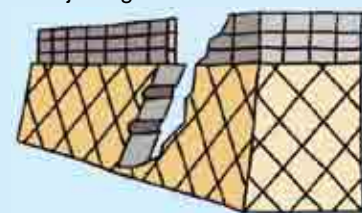


- Pencegahan robohnya mesin vending (Vending Machine)



- Pengamanan tembok pagar
 - Apakah terlalu tinggi ?
 - Adakah peyangganya ?
 - Apakah miring, dan terdapat retak ?

- Apakah ada kelainan pada tembok dan "jurang" ?



Persiapan di apartemen dan mansion

- Persiapkanlah peralatan seperti linggis yang dapat di gunakan untuk mendobrak pintu



- Jangan menyimpan barang-barang yang mudah terbakar dan dapat menghalangi jalan di depan pintu darurat dan tangga



Periksa

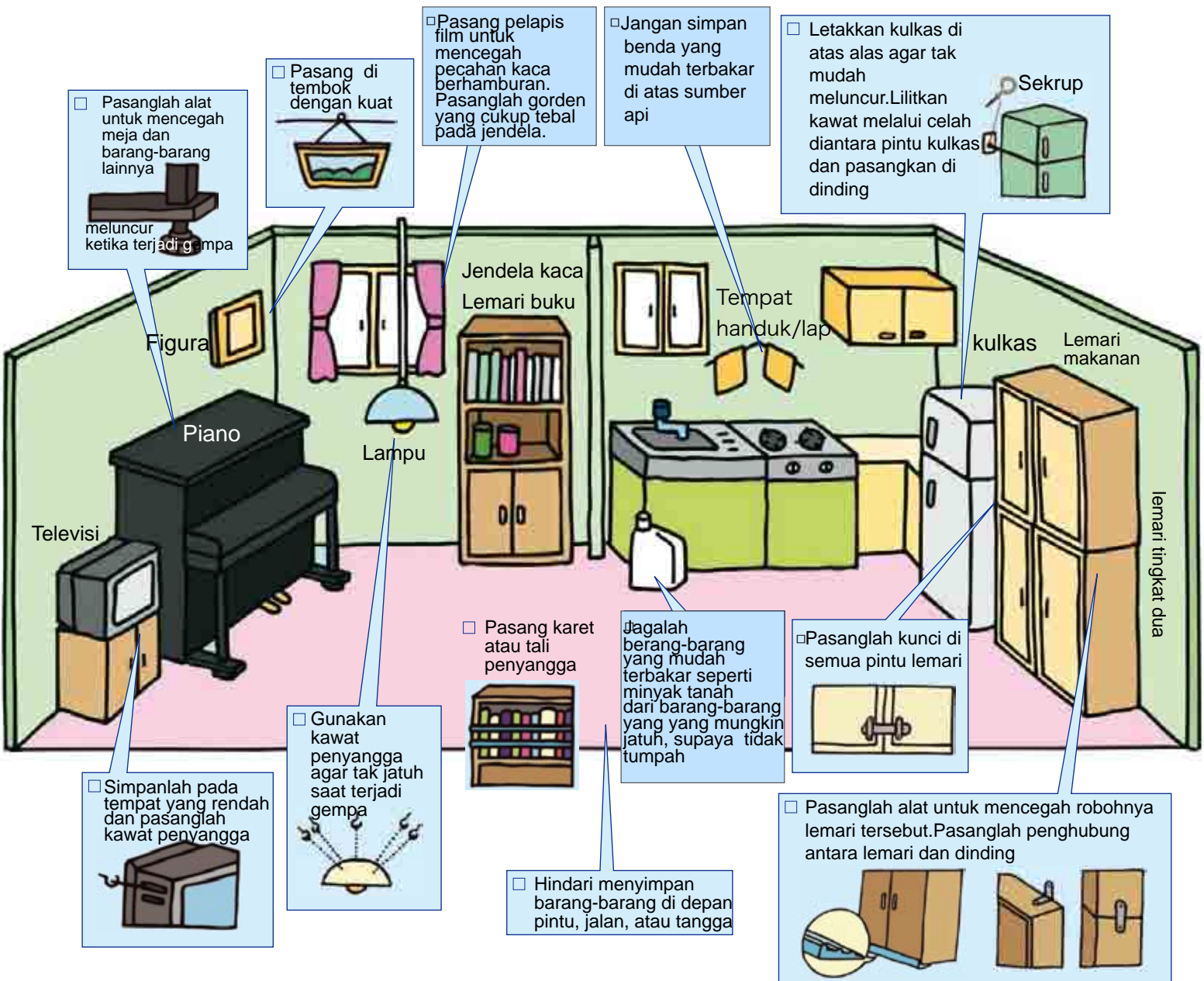
1. Periksa alat untuk melarikan diri yang ada di beranda.
2. Jangan letakan barang-barang di sekitar alat tersebut.

Cek list keselamatan dalam rumah

Periksa

Hal-hal untuk mencegah Bergeraknya, jatuhnya dan rubuhnya barang rumah tangga

1. Di kamar yang mempunyai sedikit pintu masuk keluar, aturlah barang-barang sebaik-baiknya agar terdapat ruang aman di dalamnya.
2. Kurangilah barang rumah tangga di kamar bagi orang lanjut usia dan anak-anak. Jangan letakkan barang-barang yang mudah jatuh di dekat tempat tidur
3. Posisikan alat-alat rumah tangga yang menempel ke tembok dengan posisi agak condong ke belakang.
4. Pasanglah alat untuk mencegah benda-benda beroda meluncur.
5. Sebaiknya letakkan alat-alat rumah tangga di atas lantai kayu. Jangan letakkan benda-benda yang mudah roboh di atas karpet atau *tatami*.
6. Aturlah sehingga barang-barang yang berat berada di bawah, dan yang ringan di atas.
7. Buatlah sehingga barang-barang di dalam lemari tidak berhamburan keluar walaupun berguncang.
8. Pasanglah alat pencegah kerobohan, setelah memeriksa kekuatan tembok/atap.
9. Hindarilah membeli alat-alat rumah tangga yang mudah roboh.



2 Persiapan Gempa Bumi

Cara bertahan hidup di perusahaan/kantor

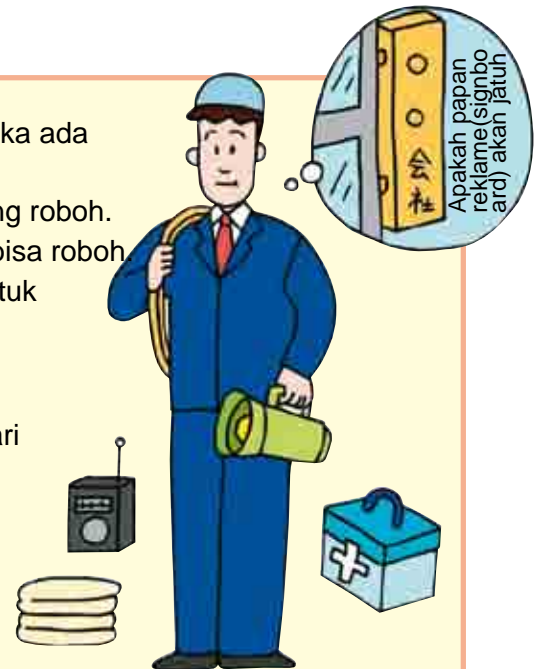
Bagi perusahaan, bertindak bersama sangatlah penting ketika terjadi gempa bumi. Rencana yang memprioritaskan keamanan (*safety*) bagi karyawan dan pengunjung adalah hal yang sangat berarti.

Adalah penting untuk menjaga komunitas anda melalui kerjasama bersama tetangga.

Periksalah di dalam dan luar kantor

Periksalah

- Buatlah tahan gempa untuk bangunan ; cek lah, dan jika ada titik yang lemah,segera diperkuat.
- Cegah pecahan kaca, papan pengumuman dan dinding roboh.
- Yakinkan semua rak buku dan semua alat kantor tak bisa roboh
- Lakukan penanganan dan penyimpanan yang baik untuk material berbahaya seperti bahan kimia dan material manufaktur. Pengaman fasilitas produksi juga sangat dianjurkan.
- Perkuat tahanan anti gempa pada elevator, dan pelajari bagaimana menolong orang yang terjebak dalam elevator jika terjadi keadaan darurat.
- Buatlah komputer supaya aman sehingga tak terjadi kerusakan seperti data hilang.
- Yakinkan semua saluran aman dan tahan terhadap gempa, termasuk saluran listrik.
- Jika bangunan digunakan oleh beberapa perusahaan, susunlah dan perjelas tugas untuk dilakukan oleh pengelola kantor. Juga rencanakan tata cara untuk mengamankan suplai air dan listrik



Membuat rencana cara bertahan hidup

Periksalah

- Apakah rencana cara bertahan hidup dan manualnya telah siap ?
- Apakah kriteria bagi pendirian pusat bencana telah dilakukan?
- Sudahkah informasi kerusakan dibuat?
- Apakah system untuk memberitahu kepada para karyawan telah dibuat ?
- Apakah rencana untuk mencegah kebakaran dan pemadaman api telah dibuat ?
- Apakah prosedur darurat untuk mencegah bocornya material berbahaya telah diputuskan ?
- Apakah anda bisa yakin akan keamanan karyawan anda dan juga pengunjung ?
- Apakah anda telah menyimpan persediaan yang cukup ?
- Apakah anda telah menyimpan dokumen-dokumen penting ?
- Apakah anda tahu rumah sakit dan tempat evakuasi terdekat ?
- Apakah anda mendorong karyawan untuk membuat rencana cara bertahan hidup jika ada bencana,lalu mendiskusikannya dengan keluarga?
- Apakah anda juga membuat rencana untuk membantu masyarakat sekitar ?

Persediaan dan Peralatan Darurat

Berkaitan dengan daftar berikut, menyimpan persediaan dan perlengkapan

Periksalah

Suplai dan peralatan

- lampu senter dan betere
- Radio
- Helm
- Linggis, gergaji, sekop
- dan peralatan lainnya
- Perlengkapan P3K
- Tali dan tangga
- Alat untuk penggotong yang sakit atau cedera
- Daftar nama karyawan, dan peta
- Megaphone
- Sarung tangan dan masker
- Sepeda
- Pelampung, generator portable, dan bahan

Suplai untuk bertahan hidup

- biskuit dan beras (cukup untuk 3 hari per orang)
- piring
- kantong plastik
- air minum (3 liter per hari)
- kompor
- kompor gas portable □ toilet portable

Persiapan bagi yang tak bisa pulang ke rumah

Jika bencana terjadi dan semua karyawan diminta untuk pulang, semua station kereta akan penuh. Tergantung seberapa besar bencana, izinkan tamu/pengunjung dan karyawan untuk pulang secara bertahap. Izinkan bagi mereka yang tak bisa pulang untuk tinggal di kantor

Periksalah

10 catatan bagi mereka yang tak bisa pulang ke rumah

- tetap tenang dan kendalikan situasi
- selalu menyimpan radio di saku anda
- buat peta perjalanan dari rumah anda ke kantor
- selalu menyimpan pakaian training di loker anda
- selalu menyimpan coklat dan karamel di meja anda
- diskusikan dengan keluarga , tentang tempat dan cara untuk saling mengontak periksa keluarga anda dan saudara yang selamat dengan menggunakan NTT 'Disaster Message Exchange', dengan menekan nomor 171
- latihan pulang dengan berjalan kaki
- siapkan cara untuk tinggal di tempat hangat atau dingin sesuai dengan musim (seperti penghangat portabel dan handuk)
- saling tolong menolong

Pelatihan bertahan hidup ketika bencana

Ikuti latihan bertahan hidup jika bencana terjadi dan ikut turut serta di pelatihan-pelatihan umum penanggulangan bencana. Gunakan pusat belajar penanggulangan gempa, truk simulasi penanggulangan bencana, dan pelajaran penyelamatan yang diselenggarakan oleh departemen pemadam kebakaran

Interaksi dan kerjasama dengan masyarakat

kantor perusahaan adalah sarana penting bagi masyarakat. aktivitas kerjasama, seperti memadamkan api secara diri dan membantu evakuasi adalah sangat penting. Berusahalah untuk mempererat persahabatan dengan lingkungan masyarakat anda

Pemeliharaan dan Penyimpanan Dokumen

Pertimbangkan untuk mem-*back-up* dokumen-dokumen penting, mencegah pencurian dan mengamankan kantor alternatif.

2 Persiapan untuk gempa bumi

Jika tanda peringatan gempa secara resmi (*Tokai earthquake*) dikeluarkan

Tanda peringatan resmi gempa (*Tokai earthquake*), mungkin bisa diprediksi

Tanda peringatan gempa secara resmi (*Tokai earthquake*) bisa diprediksi, jadi badan meteorologi secara kontinyu memonitor gempa selama 24 jam. Dengan mengetahui *Tokai earthquake*, kita bisa meminimalkan kerusakan

Asumsi kerusakan bagi Kota Meguro

- Tanda peringatan gempa secara resmi (*Tokai earthquake*) bisa diprediksi, jadi badan meteorologi secara kontinyu memonitor gempa secara 24 jam. Dengan mengetahui *Tokai earthquake*, kita bisa meminimalkan kerusakan

Apa yang terjadi dengan di gempa kecil di bawah 5

Banyak orang mencari aman

Ditakutkan akan ada kepanikan dan meluasnya informasi salah. Sangat penting untuk tidak panik, tetapi bertindaklah dengan tenang



Dinding dan batang – batang rumah kayu yang kurang tahan gempa akan rusak

langkah pertama siapkan diri anda

Jika ketidaknormalan ditemukan di stasiun seismic

Rapat penilaian oleh para ahli gempa akan dilakukan; dan akan membahas apakah data yang tak biasa tersebut berkaitan dengan gempa besar.

langkah kedua, yakinkan keamanan diri anda

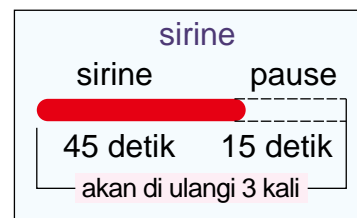
Dari hasil penilaian para ahli, jika gempa besar akan terjadi, Perdana Menteri akan mengumumkan tanda peringatan secara resmi. Pengumuman peringatan “Ada kemungkinan gempa akan terjadi atau ada kemungkinan gempa akan terjadi dalam dua sampai tiga hari”

Dari hasil penilaian para ahli, jika gempa besar akan terjadi, Perdana Menteri akan mengumumkan tanda peringatan secara resmi. Pengumuman peringatan “Ada kemungkinan gempa akan terjadi atau ada kemungkinan gempa akan terjadi dalam dua sampai tiga hari”

Tetap tenang ! yakinkan keselamatan anda dan keluarga

Tetap tenang ! yakinkan keselamatan anda dan keluarga

- ketika rapat penilaian para ahli berlangsung, media massa juga akan diberitahu dan pengumuman kepada publik akan segera dibuat
- Jika tanda peringatan dikeluarkan, televisi dan radio akan meluncurkan tanda peringatan secara bersamaan. Sirine tanda peringatan akan dinyalakan dari tower radio yang berlokasi di sekolah dasar dan sekolah menengah pertama, dsb



catatan: tanda peringatan akan berhenti tergantung situasi

di rumah anda

periksalah

Informasi yang benar dan penyebaran

- periksalah informasi dengan melihat dan mendengarkan berita di TV dan radio.
- Perhatikan pemberitahuan dari kantor pemerintahan kota. Jangan percaya dengan rumor.
- Jangan gunakan telephone jika tak perlu.
- Informasikan siapa saja yang butuh pertolongan, juga keluarga mereka. Bagi yang membutuhkan pertolongan, beritahukan kepada yang terdekat dimana keberadaannya.



Api tak sebaiknya jangan digunakan jika tak perlu

- gunakan seminimal mungkin pemakaian peralatan api dan yakinkan api padam jika telah selesai digunakan



Persiapan memadamkan api

- siapkan pemadam api.
- simpan air di bak. simpan air minum untuk 3 hari. (3 liter/hari/orang)

Siapkan baju dan perangkat peralatan darurat

- ganti baju dengan baju yang lebih tahan api, simpan sepatu olahraga.
- jangan lupa untuk memakai pelindung kepala atau helm.
- periksalah perangkat peralatan darurat anda.

periksalah keamanan rumah anda

- yakinkan bahwa barang-barang furniture tak akan jatuh atau terguling.
- lapislah jendela dan kaca sehingga bisa mencegah pecahan kaca berhamburan.
- yakinkan pintu aman.
- buatlah satu ruangan yang aman bagi anda dan keluarga anda untuk tidur.

periksalah keamanan sekitar rumah anda

- periksalah tembok dinding
- Ikat dinding yang tak aman dengan tali

Gunakan mobil jika dalam darurat

- metropolitan expressways dan jalan umum : kecepatan maksimum 20 km/jam
- jalan tol : kecepatan maksimum 40 km/jam
- Aturan lalu lintas darurat : lalu lintas tak diizinkan di dalam sekitar area Kanna Dori



Dampak terhadap kehidupan sehari-hari

berjalan seperti biasa

- **kantor kota**

- **kantor pos, bank**
 pelayanan hanya fokus pada penarikan uang
- **rumah sakit, klinik, pusat kesehatan umum**

- **telephone umum**
 telephone umum berwarna hijau atau abu-abu


Operasi pelayanan/bisnis berkurang

- **Departemen store, super market**
 Hanya buka untuk mensuplai bahan makanan dan kebutuhan sehari-hari. Jagalah kebutuhan anda minimal untuk 3 hari

- **kereta, bus, taksi**
 kecepatan akan berkurang

- **lalu lintas**
 jangan gunakan mobil anda

- **telephone biasa**
 mungkin tak akan bisa digunakan


Penutupan sementara

- **sekolah, taman kanak-kanak dan perawatan**
 siswa taman kanak-kanak dan sekolah dasar akan dijaga sampai orang tuanya datang menjemput. Siswa sekolah menengah pertama akan dipulangkan secara berkelompok

- gedung umum, gedung anak-anak, perpustakaan, tempat olahraga umum, gedung pendidikan
- Tempat teater, bioskop

