

Indonesia

# Buku Panduan Pencegahan Bencana Untuk Orang Asing



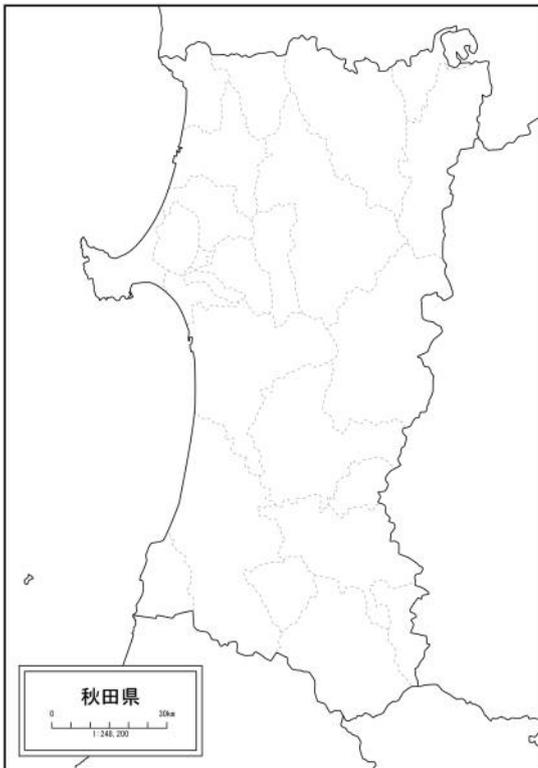
Yayasan Kepentingan Umum Asosiasi  
Internasional Akita



# Pendahuluan

Ada pepatah di Jepang yang mengatakan (Bencana alam datang ketika Anda melupakannya). Yang dimaksud dengan (Bencana Alam) adalah bencana yang terjadi akibat kekuatan alam. Anda tidak akan pernah tahu kapan bencana akan terjadi. Mempersiapkan diri sebelum bencana terjadi, akan membantu melindungi diri Anda dan keluarga, serta mengurangi kerusakan sebanyak mungkin.

Buku panduan ini menjelaskan hal-hal yang harus dipersiapkan sebelum bencana terjadi, jenis-jenis bencana, dan apa yang harus dilakukan ketika bencana terjadi. Silakan lihat ke buku panduan dan pikirkan tentang cara melindungi diri Anda dan orang yang Anda cintai.



📍 Tahukah anda dimana kota, kota kecil atau desa tempat anda tinggal?  
Berita tentang bencana sering kali disertai dengan peta. Informasi bencana akan lebih mudah dipahami jika Anda mengingat dimana lokasi tempat tinggal Anda.

## Bencana besar juga pernah terjadi di Prefektur Akita



Gempa Bumi Laut Jepang Tengah (26 Mei 1983)



Hujan Lebat pada bulan Juli 2017



Hujan salju lebat pada Januari 2021



Hujan Lebat pada bulan Juli 2023

## Daftar isi

Pendahuluan/Daftar isi

<b>Belajar tentang bencana alam</b>	
Gempa bumi .....	2
Skala Intensitas seismik dan guncangan gempa.....	4
Tsunami .....	5
Angin topan/Hujan lebat • Banjir.....	6
Hujan Salju Lebat.....	7
Bencana Tanah Longsor.....	8

## Persiapan menanggulangi bencana

Pelajari informasi tentang bencana .....	9
Cara mengungsi .....	10
Perbekalan darurat (Hal-hal yang perlu dipersiapkan jika terjadi bencana).....	12
Bahasa Jepang untuk digunakan pada saat bencana .....	14
Simbol petunjuk evakuasi/Cara menggunakan telepon umum ...	15
Periksa keselamatan anda (Apakah anda aman atau tidak)	
Memo pencegahan bencana.....	16

# Belajar tentang bencana alam

## Gempa bumi

Gempa bumi adalah guncangan hebat yang terjadi di tanah. Hal ini sangat berbahaya karena bangunan besar dapat hancur dalam gempa besar. Selain itu, setelah guncangan awal diikuti oleh gempa bumi, yang disebut (gempa susulan)



〈Kata-kata tentang gempa bumi〉

- Ukuran kekuatan gempa/magnitudo... Besarnya gempa bumi
- Intensitas gempa... Besarnya guncangan  
Gempa yang sama tetapi memiliki intensitas yang berbeda-beda tergantung lokasinya.
- Pusat gempa... Lokasi pusat gempa (dibawah permukaan tanah)

## Berhati-hatilah saat mulai ada guncangan

### ● Jika berada di dalam rumah

- Sembunyi di bawah meja.
- Lindungi kepala.
- Tunggu sampai guncangan berhenti.

### Saat guncangan berhenti

- Matikan api ketika menggunakannya.
- Buka pintu dan jendela, untuk membuat jalan keluar.
- Saat mengungsi ke tempat lain selain rumah, matikan aliran listrik. Sebab ada resiko kebakaran saat listrik dialirkan.



●Jika berada di luar rumah

- Jauhi benda-benda yang dapat roboh,berjatuhan, seperti blok tembok beton dan papan baliho



●Jika berada di dalam lift

- Tekan tombol semua lantai. Segera turun di lantai tempat lift berhenti.
- Jika pintu tidak terbuka, tekan tombol darurat.



●Saat Anda mengendarai mobil

- Menepilah parkirkan mobil Anda disisi kiri jalan.
- Jika merasa tidak aman untuk tetap berada di dalam mobil, tinggalkan mobil. Pada saat itu jangan kunci pintunya, tinggalkan kuncinya di dalam mobil.



●Saat Anda berada di dalam bus,kereta api dan lainnya

- Pegang erat handle grip atau pegangan tangan.

●Saat Anda berada di fasilitas dengan banyak orang

- Jangan panik dan ikuti instruksi staff.



# Skala Intensitas seismik dan guncangan gempa



Intensitas 0	Orang tidak dapat merasakan getaran apapun.
Intensitas 1	Sejumlah orang merasakan sedikit getaran, saat berada di dalam ruangan.
Intensitas 2	Banyak orang yang merasakan guncangan, saat berada di dalam ruangan. Benda-benda yang digantung bergerak
Intensitas 3	Sebagian besar orang yang merasakan guncangan, saat berada di dalam ruangan.
Intensitas 4	Ornamen yang tidak stabil bisa terjatuh. Benda-benda menggantung berayun secara signifikan.
Intensitas 5 lemah	Perabotan yang tidak stabil dapat terguling, piring dan buku terjatuh. Blok tembok beton bisa runtuh.
Intensitas 5 kuat	Perabotan rumah yang berat bisa terjatuh. Sulit untuk berjalan.
Intensitas 6 lemah	Sulit untuk berdiri. Pintu menjadi tidak bisa dibuka. Dinding dan kaca jendela bangunan rusak. Perabotan rumah tanpa penahan bergerak.
Intensitas 6 kuat	Anda hanya bisa bergerak dengan merangkak. Beberapa rumah rusak.
Intensitas 7	Anda tidak dapat bergerak. Banyak rumah yang rusak. Jalan juga rusak.

# Tsunami

Tsunami (Gelombang tinggi) dapat terjadi setelah gempa bumi.

Kadang-kadang tsunami dapat terjadi segera setelah gempa bumi.

Ketika tsunami besar terjadi, dapat menghanyutkan bangunan dan mobil.



## Apa yang perlu diwaspadai

●Jika Anda berada di dekat laut dan sungai

**Segera mengungsi ke tempat yang tinggi**

●Jika berada di dekat gunung

Batu mungkin akan berjatuhan. Jangan mendekati tebing.

●Meskipun tidak ada gempa bumi di dekatnya, tsunami mungkin akan datang.

Kumpulkan informasi dari TV dan radio

●Jika Anda merasa 'tidak aman untuk tinggal di rumah'

Mengungsi ke tempat evakuasi yang lebih tinggi dari rumah.

Mengungsi ke Pusat evakuasi (Hal. 15).

### 〈Peringatan•Informasi siaga ada tsunami〉

Informasi ini dikeluarkan oleh **Badan Meteorologi Jepang**.

Ketika tsunami akan datang, peringatan dan informasi siaga tsunami akan disiarkan di TV dan media lainnya.

Jenis- jenis peringatan• Informasi siaga	Perkiraan tingginya tsunami	
	Di umumkan secara numerik (berurutan)	Kata-kata untuk ukuran besarnya tsunami
Peringatan tsunami besar	Lebih dari 10 m	Besar
	10m	
	5m	
Peringatan tsunami	3m	Tinggi
Informasi siaga tsunami	1m	—

## Angin topan

Sering terjadi di bulan Agustus hingga Oktober. Ketika topan melintas, anginnya sangat kencang berhembus, dan juga hujan yang sangat deras.



### Hal-hal yang perlu diperhatikan

- Jangan keluar rumah
- Bawa masuk benda-benda yang mungkin akan terbang jika berada diluar rumah.
- Tutuplah tirai untuk mencegah cedera, karena jendela dan kaca lainnya dapat pecah.
- Siapkan senter, karena listrik mungkin padam

## Hujan lebat•Banjir

Kadang hujan turun dalam waktu yang lama secara berturut-turut, dan kadang hujan deras dalam waktu yang singkat.

Kalau hujan deras, sungai bisa meluap.

Rumah bisa kebanjiran atau hanyut.

Ketika hujan deras dalam waktu singkat ditempat yang sama itu disebut 'Hujan Lebat Lokal'

Hujan lebat lebih mungkin terjadi menjelang akhir musim hujan (sekitar bulan Juni hingga Juli) dan saat terjadi angin topan.

Saat hujan lebat, akan berbahaya untuk pergi ke tempat evakuasi.

Jika Anda dalam bahaya, larilah ke ruangan yang paling aman di dalam gedung.



### Hal-hal yang perlu diperhatikan

- Jangan pergi keluar rumah kecuali Anda sedang mengungsi
- Jangan mendekati sungai dan gunung
- Jangan bepergian dengan mobil
- Jangan berjalan saat air setinggi lutut orang dewasa



# Hujan Salju Lebat

Di Akita, banyak salju turun di musim dingin.

## Hal-hal yang perlu diperhatikan

- Bus dan kereta mungkin berhenti beroperasi
- Jangan mengendarai sepeda atau sepeda motor
- Kenakan sepatu yang tidak mudah tergelincir
- Ganti ban mobil dengan ban studles untuk musim salju
- Hati-hati terhadap tsurara/ pilar es saat berjalan di bawah atap
- Kuras air jika Anda tidak menggunakannya (metode pengurasan berbeda-beda tergantung pada rumah atau apartemen yang Anda tinggali, jadi periksalah terlebih dahulu)



### Tsurara/ Pilar es

Dapat menyebabkan cedera serius jika jatuh mengenai kepala atau bagian tubuh lainnya



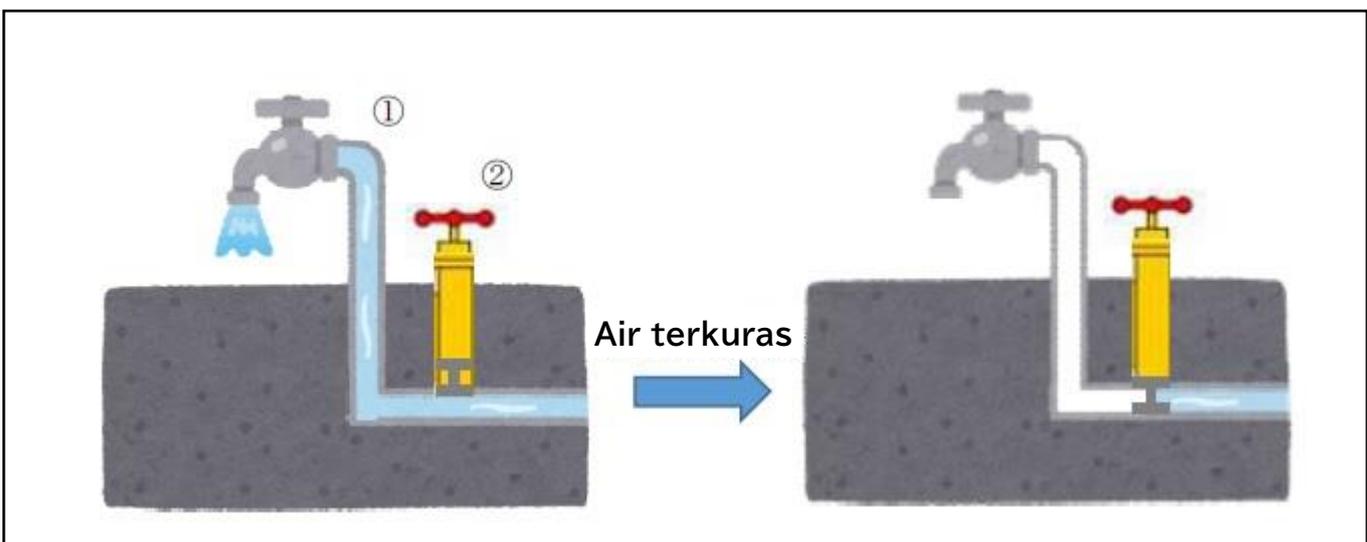
### Ban studless

Ban ini memiliki alur yang lebih dalam, halus dan dangkal daripada ban biasa. Ban ini tidak mudah tergelincir saat turun salju, dan juga di jalan yang membeku.

Untuk ban studless, tertulis 'STUDLESS' disisi ban.



### Menguras air



# Bencana Tanah

Hujan lebat ,dan gempa bumi dapat menyebabkan tanah di lereng yang lemah runtuh.



## Tentang level siaga dan evakuasi jika terjadi bencana tanah longsor ·Hujan lebat

Informasi yang dikeluarkan oleh **pemerintah kota**. Untuk bencana angin topan dan tanah longsor, digunakan 'informasi evakuasi lima tingkat'. Periksa informasi di TV, internet, dan aplikasi lainnya.

Level Siaga	Apa yang harus dilakukan.	Informasi tentang evakuasi akan ditampilkan seperti ini
5	Segera lakukan tindakan untuk keselamatan diri Anda sendiri	'Memastikan Keselamatan Darurat'
4	<b>Evakuasi semua Orang</b> Segera mengungsi dari area berbahaya ke tempat penampungan atau tempat yang aman terdekat	'Instruksi evakuasi'
3	Evakuasi lansia dan penyandang disabilitas yang membutuhkan banyak waktu. Yang lain harus bersiap untuk mengungsi.	'Proses evakuasi Lansia'
2	Periksa tindakan evakuasi (Bagaimana cara mengungsi).	
1	Perhatikan informasi baru	

# Persiapan menanggulangi bencana

## Pelajari informasi tentang bencana

Jika terjadi bencana, nyalakan televisi dan radio. Informasi bencana juga dapat ditemukan melalui alat dan aplikasi pencegahan bencana.

### ●Situs Portal Pencegahan Bencana Prefektur Akita

Situs web ini menyediakan berbagai informasi yang berguna jika terjadi bencana. Informasi mengenai cuaca dan evakuasi dapat dilihat dalam berbagai bahasa.



URL  
<https://www.bousai-akita.jp/>



### ●NHK WORLD JAPAN

Berita NHK dapat dilihat dalam berbagai bahasa. Anda juga dapat menerima informasi tentang bencana. Gratis.

Versi  
Android



Versi  
IOS



### ●Safety Tips

Dapatkan informasi tentang bencana dalam berbagai bahasa. Gratis.

Versi  
Android



Versi  
IOS



Logo 'Safety Tips'  
(Sumber: Situs web Badan Pariwisata Jepang)

# Cara mengungsi

Cari tahu terlebih dahulu di mana dan bagaimana cara mengungsi jika terjadi bencana.

## ●Periksa peta bahaya

Peta ini menunjukkan tempat-tempat berbahaya dimana bencana dapat terjadi dan tempat pengungsian.

Di buat oleh Pemerintah kota.

Periksa sendiri peta bahaya di kota tempat tinggal Anda.

Dapat juga dilihat melalui home page pemerintah kota



Di kota besar, peta dibagi berdasarkan wilayah.

秋田市 水害ハザードマップ⑥  
 山王・中通・南通・川尻・楢山・茨島・東通・横森・桜・新屋・浜田・牛島・仁井田・御所野など

危険度	浸水想定	土砂災害警戒区域	避難場所	避難経路	タイミング
レベル					
メーター	内	外			

※あなたの住まいの危険度と避難場所、避難経路を事前に把握し、避難準備を完了させよう。

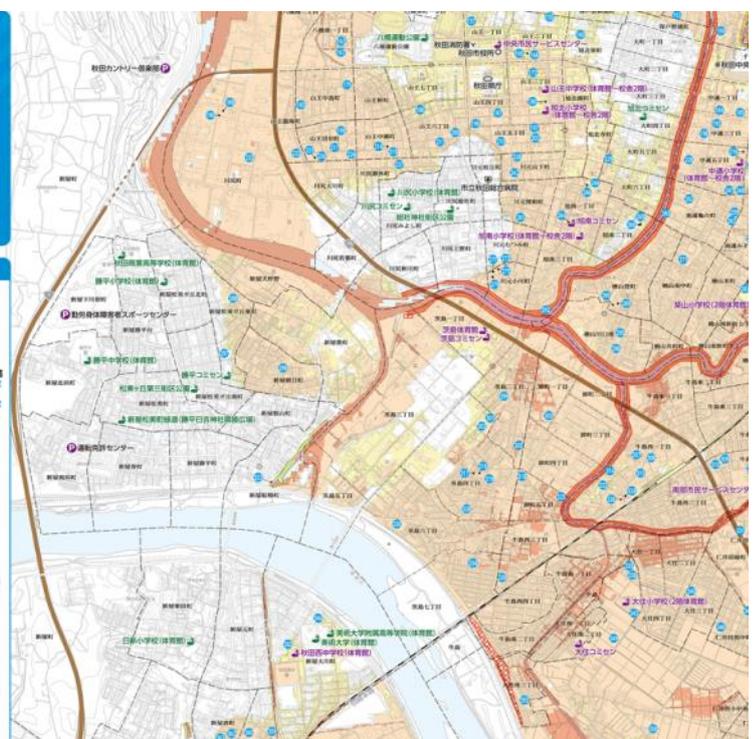
マップ上で避難経路を見入して下さい。

浸水が始まる前に自らの判断で避難場所へ。

水害ハザードマップの範囲

凡 例

- 特に早期に避難が必要な地域
  - 避難準備特別警戒区域(2区 基 地)
  - 避難準備特別警戒区域(4区 準 浸 水)
- 浸水した場合に想定される水深
  - 4区(準)の浸水深
  - 5.0m以上~10.0m未満
  - 4区(準)の下で浸水深
  - 3.0m以上~5.0m未満
  - 4区(準)の下で浸水深
  - 0.5m以上~3.0m未満
  - 4区(準)の下で浸水深
  - 0m以上~0.5m未満
- 土砂災害(特別)警戒区域
  - 土砂災害警戒区域
  - 土砂災害特別警戒区域
- 防災重点ため池
  - ため池
- 浸水区域外の指定緊急避難場所
  - 避難場所
- 浸水区域内(3m未満)の指定緊急避難場所
  - 避難場所(浸水深以上の範囲を掲載しています)
- 車庫による一時避難場所
  - 指定避難所(浸水深が浅い)
  - 駐車スペース
  - 駐車スペース+トイレ
- 浸水想定区域および土砂災害(特別)警戒区域内にある施設(避難者利用施設)
  - 避難者利用施設
- その他



## ●Pergilah ke pusat evakuasi/tempat pengungsian

•Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, balai penduduk, dll yang dapat digunakan sebagai pusat evakuasi jika terjadi bencana.

•Siapaapun dapat menggunakannya secara gratis.

•Anda akan diberikan makanan dan minuman.

•Ada selimut dan tempat tidur (terkadang tempat tidurnya di lantai yang keras).

•Anda bisa mendapatkan informasi tentang bencana dan kehidupan sehari-hari.



Simbol pusat evakuasi



## ●Tata krama dan peraturan di tempat pengungsian

- Ada meja resepsionis di mana Anda dapat menuliskan nama dan informasi lainnya. Beritahu resepsionis jika Anda akan pulang ke rumah atau ke tempat pengungsian lainnya.
- Jumlah makanan yang dapat Anda terima dan waktu yang dapat Anda terima sudah ditentukan. Jika ada antrian, Anda harus mengantri untuk mendapatkan makanan.
- Banyak orang menghabiskan waktu bersama di tempat penampungan, jadi berhati-hatilah untuk tidak berbicara keras.

## ●Apa yang harus dipakai saat mengungsi

- Hindari memaparkan kulit Anda, kenakan baju lengan panjang dan celana panjang.
- Kenakan sarung tangan
- Kenakan sepatu yang nyaman
- Tutupi kepala anda dengan helm, topi dll
- Masukkan barang bawaan Anda ke dalam ransel dan bawa di punggung Anda



## ●Hal-hal yang harus diperhatikan saat mengungsi

- Kenakan pakaian dan sepatu yang nyaman dan aman untuk berjalan. hindari memakai sepatu bot hujan saat banjir, karena air dapat masuk kedalam sepatu bot dan menyulitkan untuk berjalan.
- Saat di luar gelap, ada resiko terjatuh atau tercebur ke selokan. Berjalanlah di jalan yang terang dan lebar.
- Bawalah senter dan perhatikan langkah Anda saat berjalan.



# Perbekalan darurat

(Hal-hal yang perlu dipersiapkan jika terjadi bencana)

Pasca bencana, akan sulit untuk membeli makanan dan kebutuhan sehari-hari. Siapkan barang yang diperlukan seminim mungkin agar dapat segera dibawa keluar Jika Anda mengungsi.

Ada dua jenis hal yang harus dipersiapkan sebagai perbekalan darurat.

① 'Barang bawaan darurat' yang harus di bawa saat mengungsi.

② 'Barang persediaan darurat' yang harus disiapkan di rumah jika listrik· gas ·air terputus.



Periksa untuk masing-masing barang, barang apa saja yang Anda butuhkan

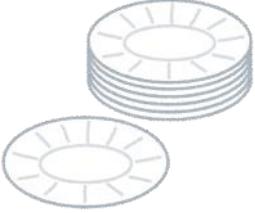
## ●Barang bawaan darurat

Persiapkan dengan memasukkannya ke dalam ransel agar dapat dibawa saat mengungsi. Cobalah berjalan sambil membawa tas di punggung Anda. Berhati-hatilah agar tidak membawa barang yang terlalu berat.

 <p>Air</p>	 <p>Makanan</p>	 <p>Handuk·Tisu</p>	 <p>Pakaian· Pakaian dalam</p>	 <p>Kotak P3K</p>
 <p>Buku tabungan bank dll</p>	 <p>Paspor</p>	 <p>Kartu Tanda Penduduk Jepang</p>	 <p>Kartu Asuransi kesehatan. Fotokopi kartu Askes</p>	 <p>Uang tunai (koin 10 yen dan koin 100 yen dapat digunakan di telepon umum)</p>
 <p>Ponsel dan pengisi daya</p>	 <p>Senter· Baterai cadangan</p>	 <p>Radio portabel</p>	 <p>Obat- obatan yang selalu Anda minum</p>	 <p>Dan lain-lainnya. Hal-hal yang dibutuhkan</p>

## ●Barang persediaan darurat

Usahakan untuk memiliki persediaan setidaknya untuk tiga hari, bila memungkinkan untuk 1 minggu.

 <p>Air 3 liter sehari</p>	 <p>Makanan</p>	 <p>Bungkus plastik/ plastik wrap Aluminium foil</p>	 <p>Peralatan makan sekali pakai</p>
 <p>Selimut</p>	 <p>Dry sampo/ sampo tanpa air</p>	 <p>Set sikat gigi Obat kumur</p>	 <p>Kompor kaset Bahan bakar</p>

Persediaan darurat yang anda butuhkan berbeda untuk setiap individu. Persiapkan apa yang Anda dan keluarga butuhkan.



# Bahasa Jepang untuk digunakan pada saat bencana

Ingat kata-kata ini, diperlukan untuk melindungi diri sendiri.

Pengungsian atau evakuasi	避難	Hinan	Untuk melarikan diri ke tempat yang aman
Gempa susulan	余震	Yoshin	Gempa bumi yang terjadi setelah gempa bumi besar (dapat terjadi berkali-kali)
Intensitas gempa	震度	Shindo	Besarnya gempa
Runtuh	倒壊	Toukai	Rumah, bangunan runtuh dan rusak
Kebakaran/ Bencana kebakaran	火事/火災	Kaji/Kasai	Terbakarnya rumah dan benda-benda lainnya
Mati listrik	停電	Teiden	Listrik padam
Pemadaman air	断水	Dansui	Air menjadi tidak dapat digunakan
Sedang dalam perbaikan	不通	Futsuu	Tidak ada akses listrik, air dan gas/ Jalan tidak bisa dilewati
Stasiun pasokan air	給水所	Kyuusuijo	Tempat di mana orang bisa mendapatkan air untuk diminum
Ambulans	救急車	Kyuukyusya	Kendaraan yang mengangkut orang yang sakit dan terluka.
Dapur umum/ Menyiapkan makanan hangat	炊き出し	Takidashi	Telah disiapkan makanan gratis dalam jumlah besar di pusat evakuasi dll.
Pengisian daya	充電	Juuden	Menyimpan daya listrik untuk ponsel dan radio.
Banjir	洪水	Kouzui	Bencana yang disebabkan oleh peningkatan volume air secara tiba-tiba di sungai setelah hujan lebat atau salju mencair.
Banjir genangan	浸水	Shinsui	Terendamnya bangunan dan struktur lainnya oleh air.
Banjir sungai	氾濫	Hanran	Peningkatan volume air secara tiba-tiba di sungai, menyebabkan air yang meningkat mengalir keluar dari sungai.
Sungai besar	河川	Kasen	Sungai

# Simbol petunjuk evakuasi

Periksa sekeliling rumah Anda sendiri, ingatlah simbol-simbol apa saja yang ada

Pusat evakuasi		Tempat pertama untuk mengungsi jika terjadi bencana. Area yang luas seperti taman dan lapangan sekolah
Tempat evakuasi tsunami		Tempat dimana Anda dapat menyelamatkan diri dari tsunami. Gunung yang lebih tinggi dari daerah sekitarnya atau bangunan tinggi seperti hotel
Pusat evakuasi		Tempat berkumpulnya orang-orang yang rumahnya rusak atau dalam bahaya. Mereka bisa mendapatkan air dan makanan. Sekolah, balai penduduk, pusat komunitas dll.
Tanda di atas permukaan laut		Tanda ini menunjukkan seberapa tinggi daerah tersebut di atas laut. Jika terjadi tsunami, segeralah melarikan diri ke tempat yang lebih tinggi.

## Cara menggunakan telepon umum

● Saat menelepon ambulans • Pemadam kebakaran dan polisi

**Ambulans • Pemadam kebakaran 119      Polisi 110**

Telepon tanpa tombol panggilan darurat

- ① Angkat gagang telepon
- ② Tekan 119/110

Telepon dengan tombol panggilan darurat

- ① Angkat gagang telepon
- ② Tekan tombol panggilan darurat
- ③ Tekan 119/110

● Saat menelepon seseorang di Jepang, pada saat terjadi bencana (Pada saat terjadi bencana besar, layanan ini mungkin gratis)

Telepon tanpa tombol panggilan darurat

- ① Angkat gagang telepon
- ② Tekan nomor telepon orang yang Anda hubungi

Telepon dengan tombol panggilan darurat

- ① Angkat gagang telepon
- ② Masukkan koin (10 atau 100 yen)
- ③ Tekan nomor telepon yang Anda hubungi



Tombol panggilan darurat

## Periksa keselamatan anda (Apakah anda aman atau tidak)

Saat terjadi bencana, mungkin akan sulit untuk melakukan panggilan telepon. Tentukan beberapa cara yang berbeda untuk memeriksa keselamatan keluarga dan teman.

### ●Dial pesan bencana

Pesan yang direkam melalui telepon dapat diperiksa orang lain. Anda dapat menelepon dari telepon rumah, ponsel, dan telepon umum.

Cara pengguna aan	Untuk merekam: Tekan 171→ Tekan 1→ Tekan nomor telepon Anda→ Tekan 1→ Perekaman selesai
	Untuk mendengarkan pesan: Tekan 171 → Tekan 2 → Tekan nomor orang yang ingin anda konfirmasi→ Tekan 1→ Dengarkan

### ●Versi pesan bencana (web171)

Jika Anda mendaftarkan pesan teks di situs web, orang lain dapat memeriksanya. Anda dapat mendaftar dan melakukan pengecekan dari komputer atau smartphone.

Cara pengguna an	Akses <a href="https://www.web171.jp">https://www.web171.jp</a> → nomor telepon Anda(nomor telepon orang yang ingin Anda konfirmasi)
---------------------	--

### ●Person finder

Anda dapat mengkonfirmasi keselamatan Anda dan mendaftarkan informasi keselamatan Anda. Dalam berbagai bahasa

<https://www.google.org/personfinder/japan>

## Memo pencegahan bencana

Catalah jika terjadi bencana

Nama	
Alamat	
Nomor telepon	
Alergi	
Obat-obatan yang selalu Anda minum	
Nomor telepon Kedutaan Besar· Konsulat	
Area evakuasi dekat dengan rumah	
Pusat evakuasi dekat dengan rumah	
Nama keluarga	
Nomor telepon keluarga	
Tempat berkumpulnya keluarga	





## Buku Panduan Pencegahan Bencana Untuk Orang Asing

Diterbitkan pada Maret 2024

Diterbitkan oleh  
Yayasan Kepentingan Umum Asosiasi Internasional  
Akita

Asosiasi Internasional Akita(AIA)  
Akita City Nakadori 2-3-8 Atrion 1F  
TEL:018-893-5499 FAX:018-825-2566 E-mail: aia@aiahome.or.jp

Kami dapat memberi tahu  
Anda jika terjadi bencana  
Follow kami

