

Bisitahin din ang aming website!



Website ng Tokyo Children's Safety Project

Ang pahinang ito ay naglalaman ng impormasyon tungkol sa lahat ng mga programa sa pag-iwas sa aksidente ng Pamahalaang Metropolitan ng Tokyo.



Marka ng link

Kung mag-click ka sa bahagi na may marka ng link, maaari kang matuto nang higit pa tungkol sa mga hakbang sa pag-iwas sa aksidente na isinasagawa ng Pamahalaang Metropolitan ng Tokyo.

Ang mga miyembro ng Lupon ng Editoryal ay tumulong sa paggawa ng handbook na ito.

Sa suporta ng Mga miyembro ng Lupon ng Editoryal para sa "Handbook para sa Pag-iwas sa Pinsala ng Bata" (mga titulo hindi isinama).

Pangunahin Mananaliksik, Pambansang Instituto Ng Industriyal Na Teknolohiya At Pananaliksik
Punong Tagapamahala At CEO, Space Inc.
Propesor / Pangalawang Punong Guro, Tokyo Gakugei University
Pinuno Ng "Yasashii Nihongo Project," Dunk Inc.
Presidente, Art&Arts LLC, May-Akda Ng "Kodomo Roppo

Mikiko Ono
Rie Fukumoto
Shinichi Komori
Junichiro Mori
Soichiro Yamazaki

Ang handbook na ito ay isinagawa at nilikha kasama ang mga mag-aaral mula sa Dai-ju Elementary School at Chiyoda-ku Kojimachi Elementary School.



Pag-eedit at Paglalathala ng Tokyo Metropolitan Government Liaison Office for Child-Oriented Policies, Kagawaran ng Pagpapalano at Pag-aayos, Seksyon ng Pagpapalano at Pag-aayos 2-8-1 Nishi-Shinjuku, Shinjuku-ku, Tokyo 163-8001. Telepono 03-5388-3812.

*Ang impormasyong nakasaad ay tama hanggang Pebrero 2024.

*Ang lahat ng ilustrasyon ay mga inilarawan na imahe.

*Ang hindi awtorisadong pagkopya, pagpaparami, o pagpapamahagi ng mga ilustrasyon at mga diagram na nakalathala sa aklat na ito ay ipinagbabawal maliban na lamang sa mga eksepsyon sa ilalim ng batas ng copyright.

Handbook para sa Pag-iwas sa Pinsala ng Bata /

Magtanong tayo kay Mr.KAERU tungkol sa Mga Bagay Na Maaari Nating Baguhin



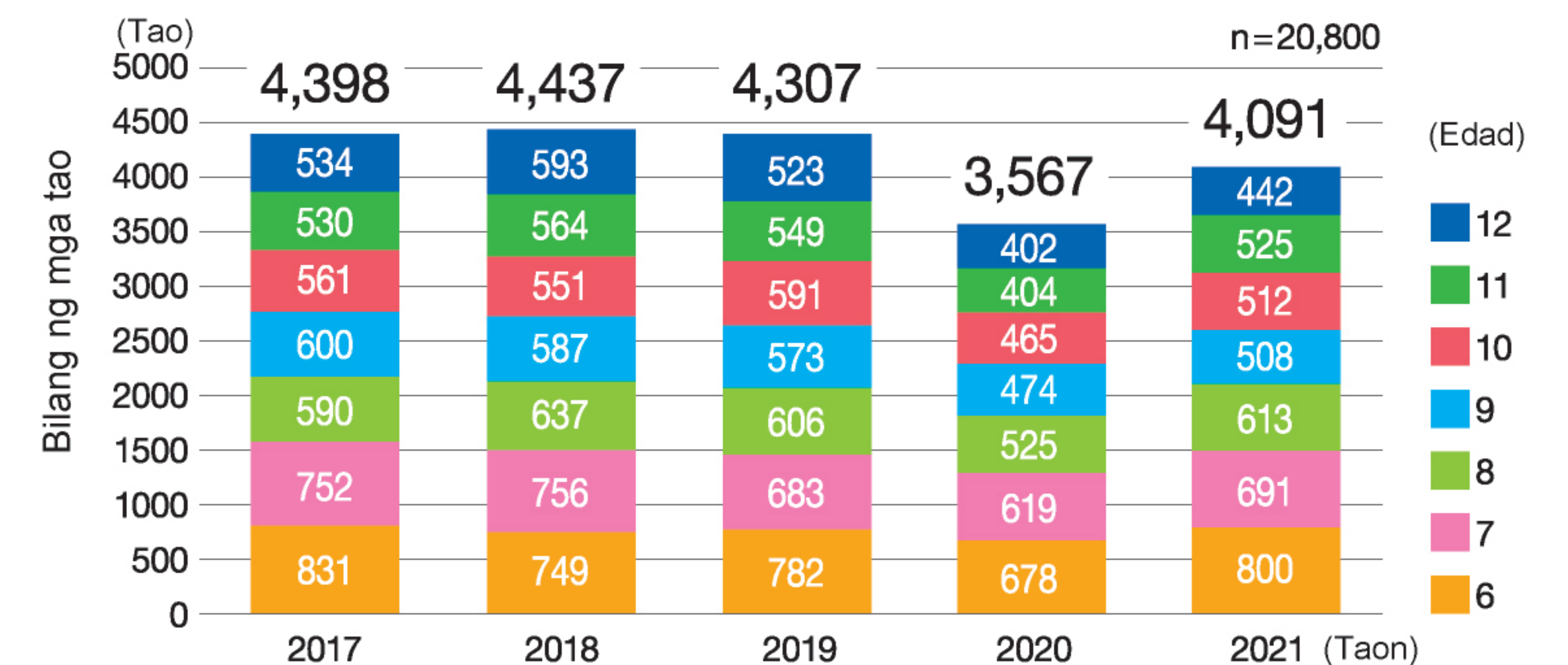
Ang Hakbang 2 ay pangunahing nakatuon sa mga mag-aaral sa elementarya (ika-4 hanggang ika-6 na baitang) upang matuto tungkol sa iba't ibang halimbawa ng aksidente.

Lahat ng uri ng aksidente ay maaaring mangyari sa paaralan at sa bahay.

Ang isang aksidente ay maaaring magresulta sa ilang gasgas lamang, o maaari itong humantong sa malubhang pinsala. Kahit na mag-ingat ka, maaaring mangyari ang mga aksidente.

Bawat taon, humigit-kumulang 4,000 na mag-aaral sa elementarya sa Tokyo ang dinadala sa ospital dahil sa mga aksidente.

Bilang ng mga batang may edad 6 hanggang 12 na dinala ng serbisyong pang-emerhensiya (mga lugar na sinusubaybayan ng Tokyo Fire Department).



Pinagmulan: "Mga Aktwal na Aksidente sa Pang-araw-araw na Buhay na Nakikita mula sa Datos ng Pang-emerhensiyang Sitwasyon" (2021)

Aah! Ang sintas ko!



Propesor KAERU*

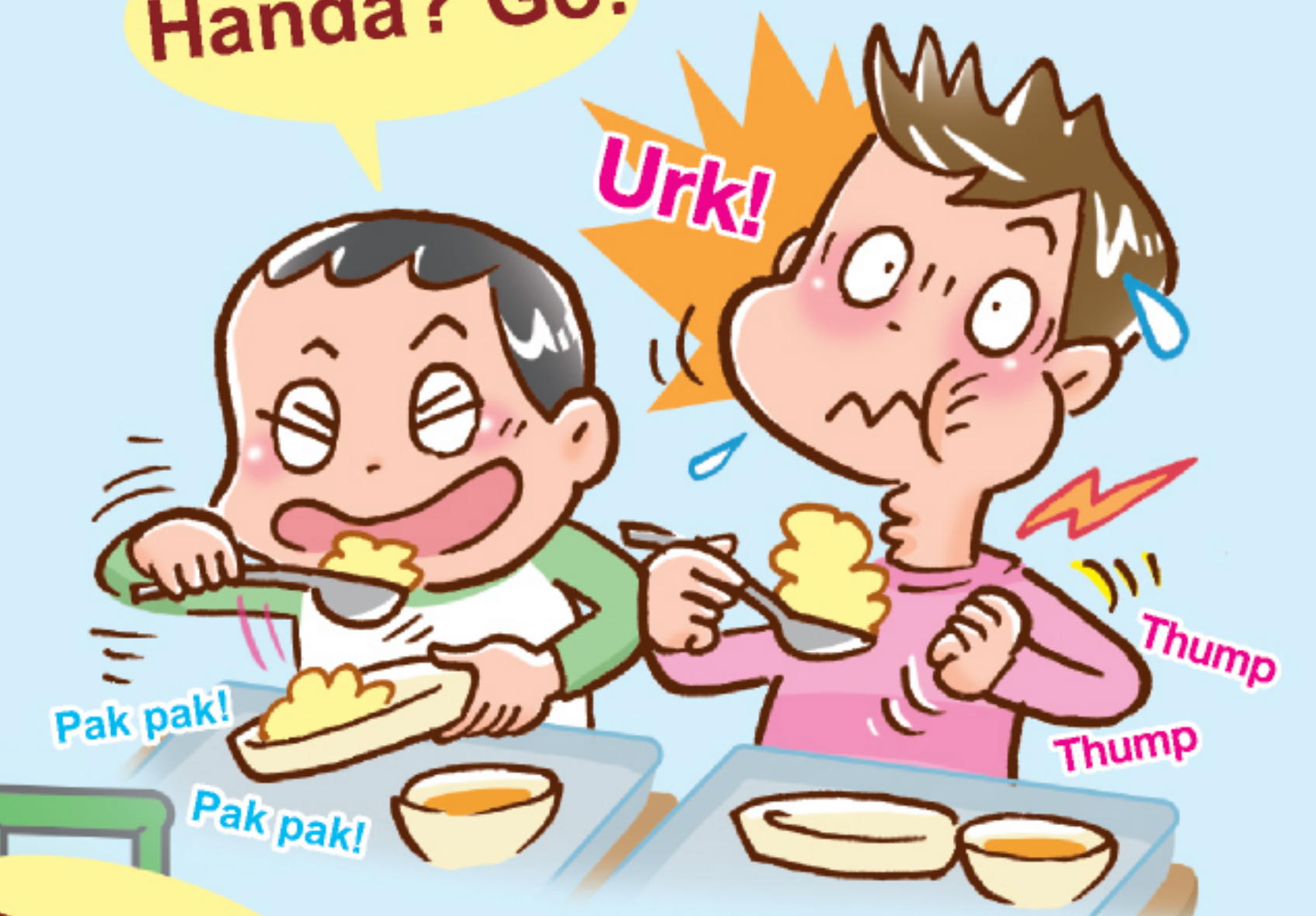
Gusto kong mabawasan ang bilang ng mga aksidenteng nangyayari sa mga bata sa pamamagitan ng pagbabago ng kanilang kapaligiran at asal.

*Ang salitang "KAERU" sa wikang Hapon ay maaaring mangahulugan ng "palaka" o "pagbabago."

Berde! Handa, go!



Handa? Go!



Tingnan! Walang kamay!



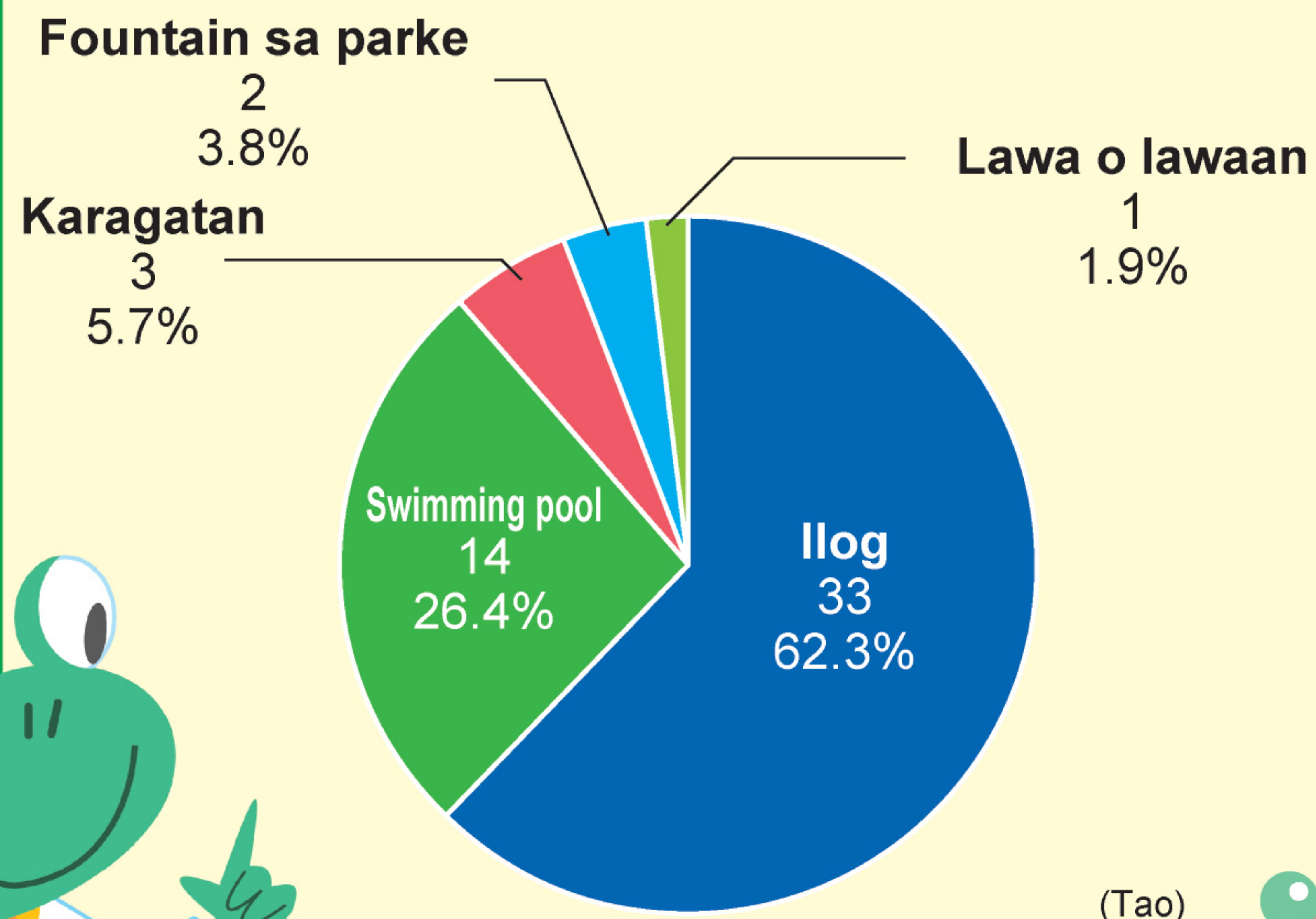
Pag-isipan natin ang mga aksidente na nangyayari sa ating paligid



Nalunod habang naglalaro sa ilog

Napakadelikado!

Bilang ng mga aksidente sa pagkalunod ayon sa lugar (2018–2022)



Pinakamarami ang pagkalunod na nangyayari sa ilog

Pinagmulan: Website ng Tokyo Fire Department

"Pigilan Natin ang mga Aksidente sa Tubig sa mga Ilog, Swimming Pool, at iba pa."
<https://www.tfd.metro.tokyo.lg.jp/life/topics/season/river/index.html>

Ang batang babae ay naglalaro sa ilog.

Plano lang niyang maglaro nang kaunti sa tubig, ngunit bigla siyang napunta sa isang malalim na bahagi. At pagkatapos, siya ay nalunod.

Mag-ingat!



Ano ang maaari nating gawin upang maiwasan ang mga aksidente?



Magsuot tayo ng life jacket upang maiwasan ang pagkalunod.

Tuwing tag-init, mas marami ang pagkakataon na maglaro sa mga ilog at mag-barbeque, tama? Kung ikaw ay pumasok sa isang malalim na bahagi, maaari kang malunod.

Gayunpaman, ang simpleng pagbabago mula sa hindi pagsusuot ng life jacket patungo sa pagsusuot nito ay nakakapagligtas sa iyo mula sa pagkalunod.

Baguhin natin ito

3 puntos na dapat pag-isipan kapag gumagawa ng pagbabago

The 3Es

1 Pagbabago ng mga delikadong bagay

Environment

2 Pagbabahagi ng kaalaman

Education

3 Pagbabago ng mga patakaran

Enforcement

Ang mga pinsala ay maaaring mapigilan sa pamamagitan ng **pagbabago** ng mga bagay. Kaya't mahalaga na pag-isipan **kung ano ang maaari mong baguhin**.

Pagkalunod sa mga ilog

Mga bagay na nais nating baguhin

- Ang bilis o lalim ng mga ilog
- Madulas na mga bato

Mga bagay na hindi natin kayang baguhin

Mga bagay na maaari nating baguhin

- Magsuot ng life jacket
- Magsuot ng sapatos pang-tubig
- Huwag pumunta malapit sa ilog nang walang kasama na matanda



Mag-aral tayo tungkol sa mga karaniwang aksidente

Pag-iisip tungkol sa **Kung** Ano ang **Maaari Mong** **Baguhin sa** **9** na Panganib

Kaso 1

Pagbagsak



Kaso 2

Pagkatumba



Kaso 3

Pagkalunok at mga ibang panganib na katulad nito



Caso 4

Pagbangga sa mga bagay



Kaso 5

Pagkakasangkot



Kaso 6

Pagkapaso



Kaso 7

Pagkakataga/Pagkabangga ng matalim na bagay



Kaso 8

Pagkakagat/Pagkatibo



Kaso 9

Pagkalunod



*Ang 9 na panganib ay nakagrupa ayon sa "Mga Aksidente sa Pang-araw-araw na Buhay" ng Tokyo Fire Department.
*Ang mga Kaso 1 hanggang 3 sa pahina 9 hanggang 11 ay naglilista ng top 5 sanhi ng bawat aksidente.
Pinagmulan: "Actual Daily Life Accidents as Seen from Emergency Situation Data" (2021)



Mag-isip tayo tungkol sa bawat isa

Pagbagsak

Paano mo maiiwasang mahulog mula sa mga gamit sa playground?



Magsimula tayo ng pagbabago mula rito

- Huwag bibitiw habang sumasakay sa swing
- Huwag tumalon mula sa tuktok ng jungle gym
- Huwag umakyat nang paatras sa slide
- Mag-isip pa tayo ng iba pang ideya

Sa website ng Tokyo Fire Department, may video na tinatawag na "Alamin ang mga Panganib na Nakatago sa Pang-araw-araw na Buhay [Pang-elementaryang mag-aaral]" na nagpapakita kung paano ligtas na gamitin ang mga gamit sa playground. Bisitahin natin ito. (Japanese lamang)

Alamin natin ang mga lugar kung saan madalas masaktan

Mga lugar ng pagkalaglag

Ito ang top 5 na pinakakaraniwang lugar kung saan nadadapa ang mga mag-aaral sa elementarya (6 hanggang 12 taong gulang).

- | | | | |
|-------|---------------------|-------|-------------------|
| Ika-1 | Skateboards | Ika-4 | Bakod, pader |
| Ika-2 | Mga baras ng unggoy | Ika-5 | Pahalang na baras |
| Ika-3 | Slide | | |

Pagkatumba

Paano mo maiiwasang matumba sa escalator?



Magsimula tayo ng pagbabago mula rito

- Laging tumayo sa loob ng dilaw na linya
- Siguraduhing hindi mahuhuli ang iyong sintas ng sapatos sa mga bitak
- Mag-isip pa tayo ng iba pang ideya

Mag-ingat na huwag matumba habang nag-iisketboard. Bago maglaro, magsuot ng helmet at mga pad, at mag-warm-up. Huwag maglaro sa mga lugar na ipinagbabawal. Siguraduhing i-check ito.

Mga lugar ng pagtumba

Ito ang top 5 na pinakakaraniwang lugar kung saan natutumba ang mga mag-aaral sa elementarya (6 hanggang 12 taong gulang).

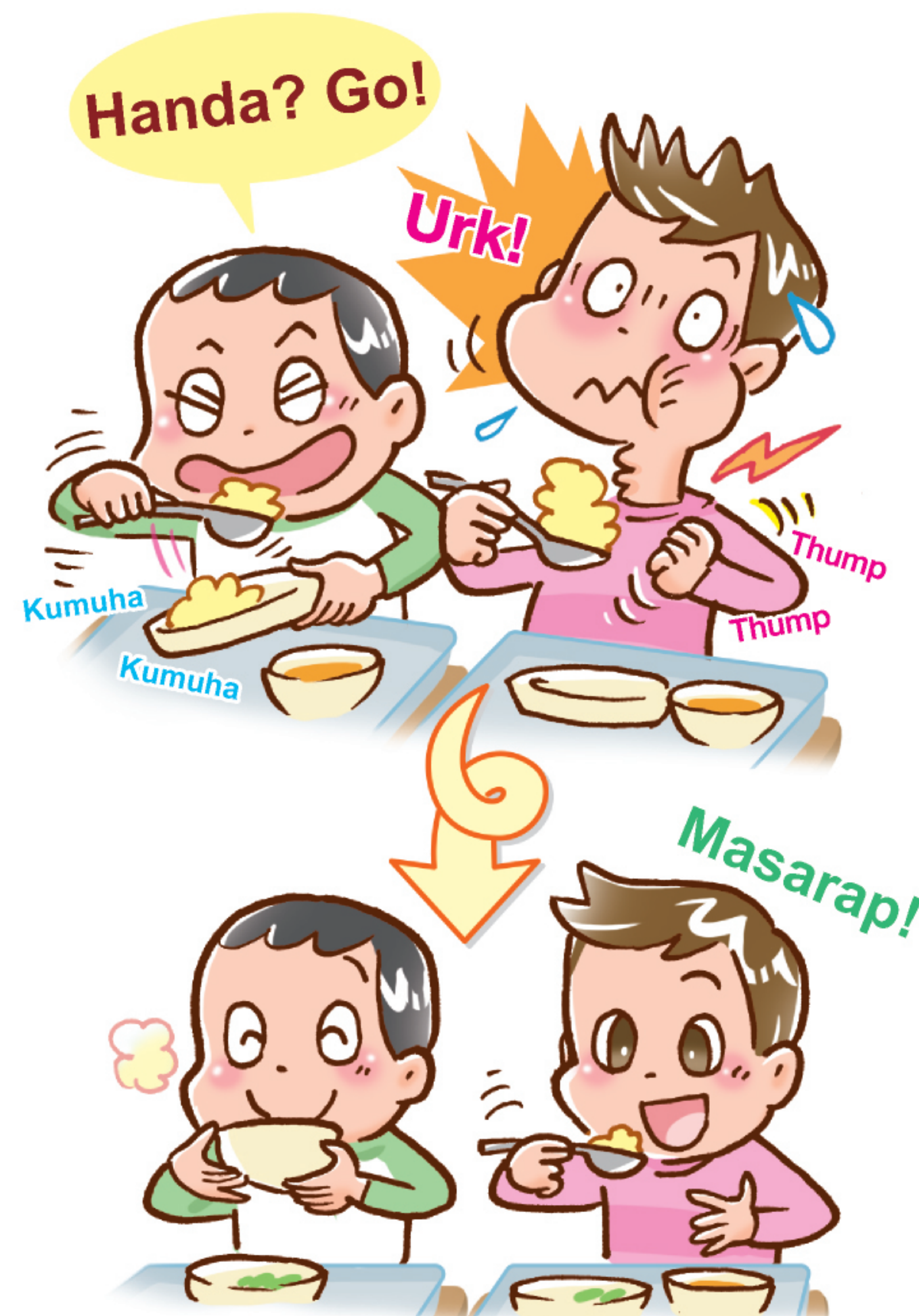
- | | | | |
|-------|-------------|-------|---------------|
| Ika-1 | Skateboards | Ika-4 | Bakod, pader |
| Ika-2 | Hagdanan | Ika-5 | Mesa o lamesa |
| Ika-3 | Hakbang | | |



Mag-isip tayo tungkol sa susunod na uri ng panganib

Pagkalunok at iba ibang panganib na katulad nito

Paano mo maiiwasang mabilaukan habang kumakain?



Magsimula tayo ng pagbabago mula rito

- Huwag magmadali at kumain nang dahan-dahan
- Huwag subukang isubo ng buo ang pagkain
- Huwag maglaro habang kumakain
- Mag-isip tayo ng iba pang mga ideya

Kapag ang pagkain ay naipit sa iyong lalamunan, ito ay humahadlang sa iyong daanan ng hangin, na nagiging sanhi ng hirap sa paghinga. Mahalaga na kumain nang dahan-dahan at paunti-unti, at nguyain nang maayos.

May narinig ka bang pamilyar sa mga ito?



Mga sanhi ng pagkalulun at iba pang mga panganib na katulad nito

Ito ang top 5 na pinakakaraniwang sanhi ng pagkabilaukan sa mga mag-aaral sa elementarya (6 hanggang 12 taong gulang).

- | | | | |
|-------|---|-------|------------------|
| Ika-1 | Maliit na mga buto, tulad ng isda | Ika-4 | Mga meryenda |
| Ika-2 | Mga marble | Ika-5 | Matigas na kendi |
| Ika-3 | Mga laruan na may blocks, mga magneto, barya, atbp. | | |

Pagbangga sa mga bagay

Paano mo maiiwasang mabangga sa isang sasakyan?



Magsimula tayo ng pagbabago mula rito

- Huwag tumakbo sa kalsada
- Magsuot ng mga reflective na materyales kapag madilim
- Tingnan ang magkabilang direksyon bago tumawid sa tawiran
- Mag-isip tayo ng iba pang mga ideya

Ang biglaang pagtakbo papunta sa kalsada ay delikado. Tumawid nang tama sa tawiran. Isaisip ang mga hakbang tulad ng mga ito: Suriin kung may paparating na sasakyan. Kung may sasakyan, suriin kung huminto na ito. Tingnan kung may ibang sasakyan na padating.

Opisyal na site ng impormasyon tungkol sa kaligtasan sa kalsada ng Tokyo Metropolitan Police Department TOKYO SAFETY ACTION

TOKYO SAFETY ACTION ay isang site na nagbibigay ng lahat ng uri ng impormasyon tungkol sa kaligtasan sa kalsada. Marami kaming mga safety tips na pwedeng sundan ng lahat. Siguraduhing tingnan ang mga mini-game at pagpapakilala ng mga kaganapan para sa karagdagang impormasyon tungkol sa kaligtasan sa kalsada. [📄 \(Para sa Japanese lamang\)](#)



Mag-isip tayo tungkol sa susunod na uri ng panganib

Paano mo maiiwasan na maipit ang iyong paa sa bisikleta?



Magsimula tayo ng pagbabago mula rito

- Huwag magsuot ng sandals habang nagbibisikleta
- Tiyakin na maayos ang iyong mga sintas
- Mag-isip tayo ng iba pang mga ideya

Hindi lamang sandals ang kailangan nating maging maingat. Pati mga palda, scarves, at mga strap ng backpack ay maaaring maipit sa mga gulong ng bisikleta.

Paano mo maiiwasan na mapaso sa kalan?



Magsimula tayo ng pagbabago mula rito

- Siguraduhin na ang mga dulo ng damit at manggas ay hindi tatama sa apoy.
- Patayin ang kalan bago tanggalin ang mga kaldero mula sa kalan.
- Mag-isip tayo ng iba pang mga ideya



Kahit na patay na ang kalan, maaaring sobrang init pa rin ang IH cooktops. Maaaring mainit pa ito pagkatapos gamitin, kaya't huwag itong aksidenteng hawakan.

Ang simpleng kaalaman ay makakatulong para mabawasan ang mga aksidente

Huwag maipit sa upuan

Mag-ingat din dito!



Ang bahagi ng pagbukas at pagsara ng folding chair ay delikado dahil madaling maipit ang iyong mga daliri. Minsan, maaari pa itong maghiwa ng iyong daliri.

Kung ang iyong mga damit ay magliyak

Kung hindi mo matanggal ang iyong mga damit, at walang tubig o fire extinguisher malapit: **Tumigil**→**Yumuko**→**Mag-roll**



Mag-isip tayo tungkol sa susunod na uri ng panganib



Pagkakataga/ Pagkabangga ng matalim na bagay

Paano mo maiiwasan na maputol ang iyong daliri gamit ang kutsilyo?



Magsimula tayo ng pagbabago mula rito

- Huwag hayaang ang iyong mga daliri humawak sa talim habang nagpuputol
- Ilayo ang kutsilyo kapag hindi ginagamit
- Ibigay ang kutsilyo sa iba nang ang talim ay nakaharap palabas
- Mag-isip tayo ng iba pang mga ideya

Mag-ingat hindi lamang kapag tumutulong sa pagluluto. Maaari kang masaktan sa pamamagitan ng aksidenteng paghawak sa kutsilyo sa lababo. Mag-ingat tayo.

Laging mag-isip ng kaligtasan sa ating mga ginagawa

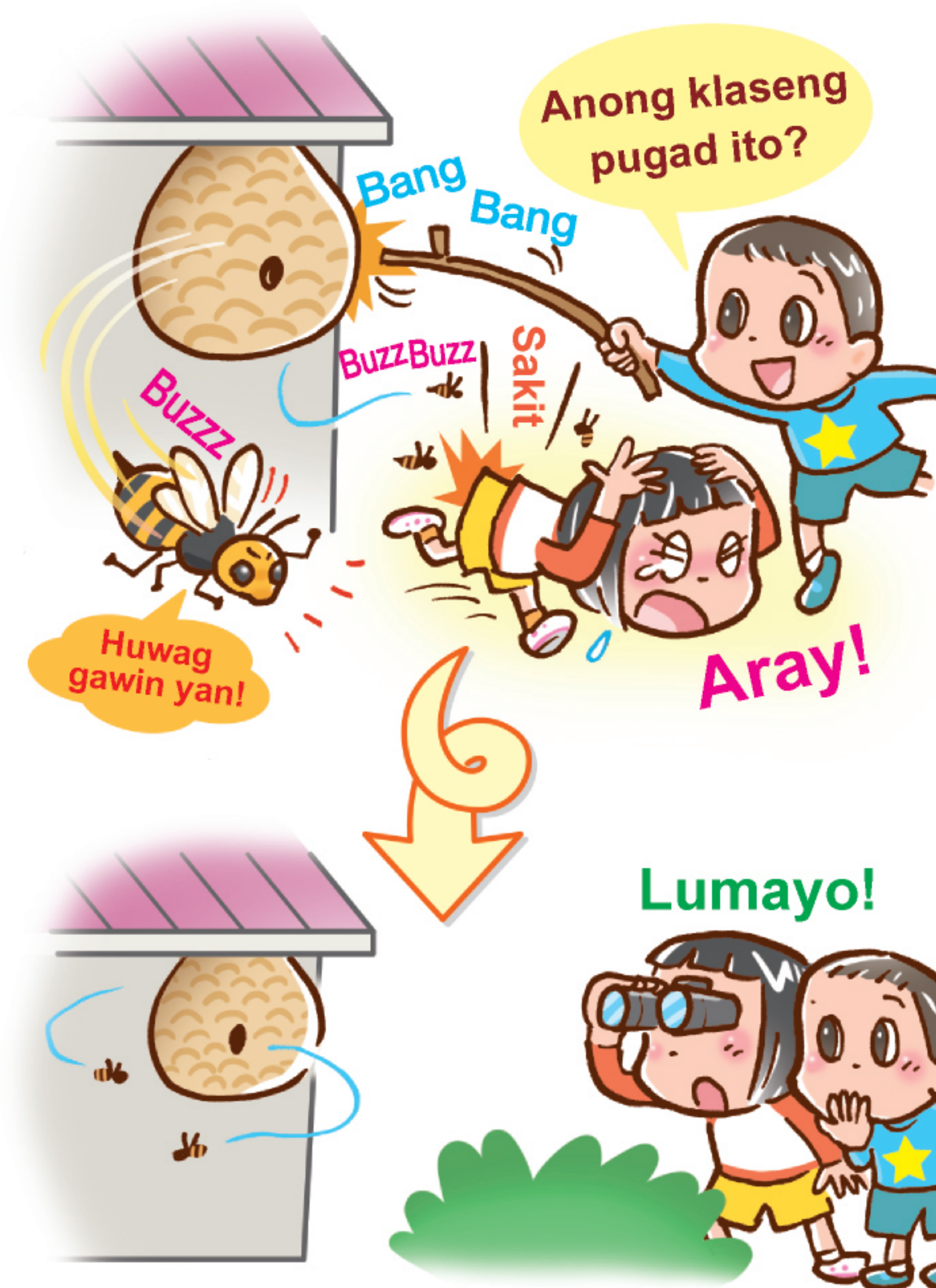
Pagbabago ng mga hiwa at tusok tulad nito



Ang mga juicer at blender ay hindi dapat gamitin bilang laruan; sa halip, gamitin ito kasama ang isang adulto kapag kinakailangan. Huwag ilagay ang iyong mga daliri sa loob ng lalagyan ng blender.

Pagkakagat/ Pagkatibo

Paano mo maiiwasan na matusok ng isang higanteng hornet?



Magsimula tayo ng pagbabago mula rito

- Huwag lumapit sa mga higanteng hornet
- Huwag istorbohin ang pugad at layuan ito hangga' t maaari Kung makakita ka ng pugad, huwag subukang tanggalin ito mag-isa
- Mag-isip tayo ng iba pang mga ideya

Ang amoy ng pabango at matamis na inumin ay maaari rin makaakit ng mga higanteng hornet. Ikinalungkot din ito ni Professor KAERU. Kailangan mong maging maingat sa mga bagay na dala mo at suot mo.

Mag-ingat din sa mga paper wasp

Marami pang ibang mga bubuyog bukod sa mga higanteng hornet. Ang mga paper wasp ay gumagawa ng mga pugad sa iba' t ibang lugar, kabilang ang mga paligid ng bahay at puno. Makikita mo ang mga bubuyog mula sa tag-init hanggang sa unang bahagi ng tag-lagas. Kung aksidente mong mahawakan ang isa o istorbohin ang kanilang pugad, matutuklaw ka.



Mag-isip tayo tungkol sa susunod na uri ng panganib

Pagkalunod

Paano mo maiiwasan na malunod sa dagat?



Magsimula tayo ng pagbabago mula rito

- Magsuot ng life jacket
- Magsuot ng water shoes
- Lumangoy kasama ang matanda
- Mag-isip tayo ng iba pang mga ideya

Kung makakita ka ng taong nalulunod, tumawag ng tulong nang malakas at sabihin agad sa malapit na adulto. Sa kaso ng emergency o aksidente sa dagat, tandaan na tumawag sa 118*.

*Ang emergency phone number ng Japan Coast Guard ay 118

Panoorin natin ang video nang magkasama



Mag-aral tayo kung paano tumawag sa 119

Sa online na pagsasanay sa pag-iwas sa sakuna ng Tokyo Fire Department, "Matuto kasama si Kyuta! Paano makipag-usap sa mga responder ng 119," tuturuan ka ni Kyuta, ang mascot character, kung paano makipag-usap sa mga responder ng 119, sa isang madaling maintindihan na paraan. Panoorin natin ang video at mag-aral kung paano. 📺 (Para sa Japanese lamang)

Aksidente sa bisikleta

Paano mo maiiwasan ang aksidente sa bisikleta?



Magsimula tayo ng pagbabago mula rito

- Magsuot ng helmet habang nagbibisikleta
- Huwag gumamit ng telepono habang nagbibisikleta
- Huwag gumamit ng payong habang nagbibisikleta
- Gumamit ng ilaw sa gabi
- Mag-isip tayo ng iba pang mga ideya

Nagbago na rin ang batas. Magsuot tayong lahat ng helmet habang nagbibisikleta. Ang pagsusuot ng helmet ay nagpapababa ng iyong pagkakataon na magka-seryosong pinsala sa ulo. Huwag magbisikleta habang gumagamit ng smartphone.

App para sa kaligtasan sa bisikleta "Wheel Training"

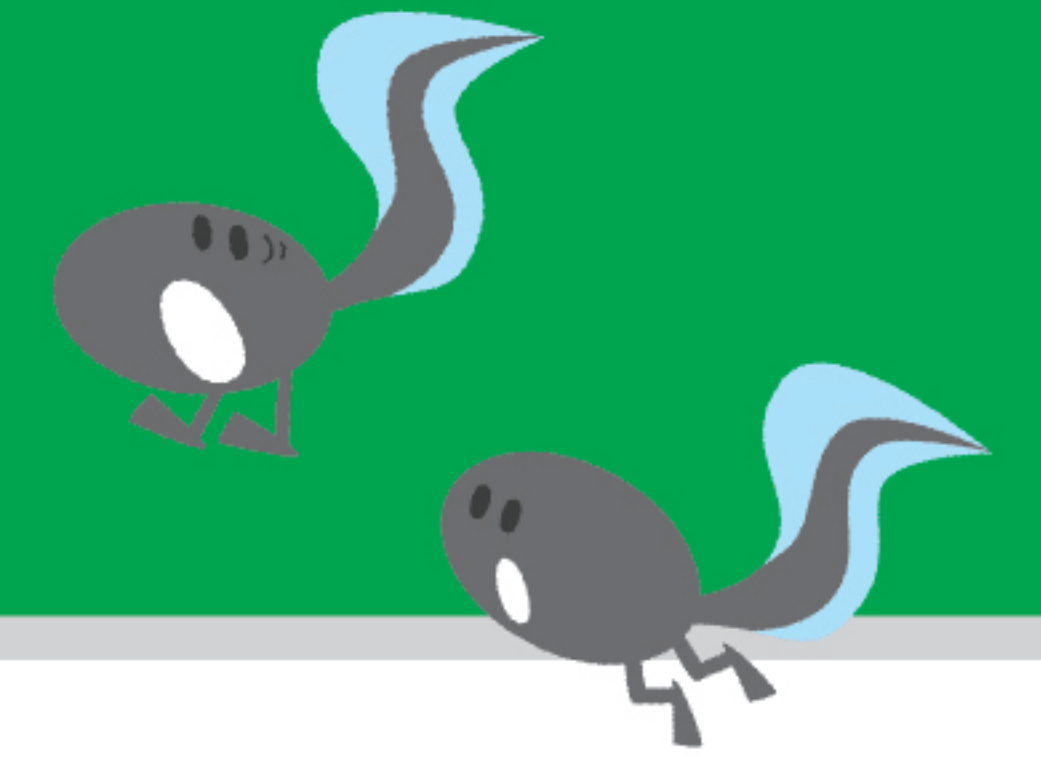
Naglabas ang Pamahalaang Lungsod ng Tokyo ng isang app na tinatawag na "Wheel Training (Rin Tre)" na nagtuturo kung paano magbisikleta ng ligtas. Maaari kang matuto tungkol sa mga patakaran sa trapiko para sa bisikleta at subukan ang isang simulasyon ng pag-bisikleta. Kung makapasa ka sa pagsusulit sa app, makakatanggap ka ng sertipiko ng pagkumpleto. 📺 (Mayroong pagsasalin sa Ingles (machine translation))



Balikan natin ang pag-iwas sa aksidente

Tingnan natin kung anong mga bagay ang pwedeng baguhin

Uh oh! May mga panganib sa lahat ng dako



Ilan sa mga ito ang maaari mong makita?



Tingnan natin ang mga bagay na maaari nating baguhin

Nakita mo ba ang mga bagay na maaari mong baguhin?

Ang paggawa ng mga ito ay makakatulong sa iyong kaligtasan.

