

Key Items to Stockpile

During disasters, access to drinking water, food and toilets is a major concern. For drinking water, it is a good idea to have a seven day supply of around 3L per person per day. It is also important to have flashlights, mobile phone batteries and other battery-powered resources available for when the power is down. Households with babies should stockpile diapers and milk. In anticipation of interruptions to material distribution and other lifelines, it is essential that each person have a supply of life-sustaining medicines, sanitary items and other resources that they may personally require.

储备品的要点

灾害时,确保饮料水、食品和洗手间会成为一个重大的课题。饮料水的大致目标是,每人3公升×7日的分量。作为停电对策,预备好手电筒、携带用电池等也很重要。有小宝宝的家庭还要储备好尿布和炼乳。诸如久病的药以及卫生用品等,为了防备发生物流和重要的交通线停止的情况,请预先储备好各自必要的物品。

儲備品的要點

發生災害時,確保足夠的飲用水與食品、以及維持洗手間運作會是個重大課題。飲用水儲備量的大約目標是保持每人每天喝3公升×7日的分量。為應付停電而採取的對策是預備好手電筒與攜帶用的電池。有嬰兒的家庭還要儲備好尿布與煉乳。此外,為了防備發生物流與重要交通線中斷的情況,請預先儲備好適應個人需求的物品,例如慢性病用藥與衛生用品等。

비축품의 포인트

재해 시에는 음료수와 식료품, 화장실 확보가 큰 과제가 된다. 음료수는 1인 3L×7일분이 기준이다. 정전 대책으로서 손전등, 모바일 배터리 등을 준비해 두는 것도 중요하다. 아기가 있는 가정은 기저귀와 분유도 비축해 둔다. 질병에 필요한 약이나 생리용품 등 물류나 라이프라인이 멈췄을 경우에 대비해 각자가 필요한 것을 비축해 둔다.

Các mặt hàng chính để dự trữ

Trong các thảm họa, việc tiếp cận với nước uống, thực phẩm và nhà vệ sinh là mối quan tâm chính. Đối với nước uống, nên cung cấp khoảng 3L mỗi người mỗi ngày trong bảy ngày. Điều quan trọng nữa là phải có sẵn đèn pin, pin điện thoại di động và các nguồn năng lượng chạy bằng pin khác khi mất điện. Các hộ gia đình có trẻ sơ sinh nên dự trữ tã và sữa. Đề phòng sự gián đoạn trong việc phân phối vật chất và các dây cứu sinh khác, điều cần thiết là mỗi người phải có nguồn cung cấp thuốc duy trì sự sống, vật dụng vệ sinh và các nguồn lực khác mà cá nhân họ có thể yêu cầu.

Mga pangunahing bagay na dapat isali sa pag-imbak

Isang malaking problema ang pagsiguro sa inuming tubig, pagkain pati paggamit ng kubeta sa panahon ng kalamidad. Kailangang maglaan ng 7 araw na supply ng inuming tubig (3 litros bawat tao). Bilang paghahanda sa kawalan ng kuryente, mahalaga din na ihanda ang flashlight, mobile battery, at iba pa. Para sa mga sambahayang nag-aalaga ng sanggol, kailangang mag-imbak ng diapers at gatas. Dapat maging handa kung sakaling matigil ang transportasyon ng mga bagay at lifeline, sa pamamagitan ng pag-imbak sa mga bagay na kailangan upang maipagpatuloy ang kabuhayan, tulad ng mga gamot na ginagamit para sa sariling karamdaman, sanitary products at iba pa.

Artigos Chave que Devem Ser Preparados

Na ocorrência de um desastre, uma questão importante é garantir água potável, alimentos e banheiro. Deve-se deixar guardado, por pessoa, 3 litros de água potável x 7 dias. Também é importante deixar providenciados lanterna, bateria móvel, etc. para o caso de faltar luz. Famílias com bebês também devem preparar fraldas e leite. Armazene os artigos necessários, tais como medicamentos, produtos de higiene feminina e outros, preparando-se para uma eventual interrupção de luz, água e gás, assim como de distribuição de produtos.