Unique Reference Code: 02

Event & Medium: Column Writing Filipino

Level (Elem/Sec): ELEMENTARY

HULING HILING

Ang kasalukuyang problema ngayon ay ang mga iba't-ibang sanhi ng pagkamatay ng mga Pilipino. Ang impormasyong ito ay paulit-ulit nang ibinalita ng Philippine Statistics Authority at iba pang makabagong balita. Nakikita ko na may labis talagang kakulangan ang Departamento of Health (DOH) pagdating sa buhay ng tao. Ngunit ano nga ba ang ulo ng sakit na ito?

Ang DOH ay hindi natugunan ang sakit na pang-pisikal. Ayon sa PSA may limang pangunahing sanhi ang sunod-sunod na pagkamatay. Isa na dito ang Ischaemic Heart Diseases, Pneumia, Cerebrovascular Deases, Diabetes at Neoplasms. May 26.6% para sa Heart Diseases, 9.3% para sa Pneumonia, 7.9 para sa Cerebrovascular Diseas, 7.7% para sa Neoplasms at 5.0% naman sa Diabetes.

Ang kasalukuyang isyu ng iilang pagkasawi ay isang malaking maling kagawaran talaga ng tao. Ipinapakita lamang nila na hindi sila responsable sa pag-aalaga sa kanikanilang sarili. Dag-dag pa rito wala ring napatupad na hiling ang DOH. Dahil kulang sila sa mga doktor at medesina upang ipagamot sa mga apektadong mamamayan.

Isa pa kapag ngayon lang ipinatupad ng pamahalaan ang solusyon na mga hospital at mga medical center huli na ang lahat. Dahil marami na ang naapektohan, nasawi at binawian na buhay sa kadahilanan lang dito. Huwag nating hayaang maging dahilan ito upang bumaba ang popotasyon ng mga mamamayang Pilipino.

Dapat bigyan pa natin ng mas malalim na pag papahalaga ang repotasyon at kapakanan ng tao. Kailangan nating mas seguraduhin kong sapat pa ba ang ating mga kagamitan. At sana huwag tayong magmukhang pera ~~para~~ lang maging kapalit ng ating buhay.

Sa huli ang kagawaran ng pangkalusugan ay puno ng kakulangan na dapat punan ng kinauukulan. Bilang isang batang manunulat maipapanukala ko na dapat tayong maging responsable at seryoso sa pagkakataong ito dahil hindi biro ang pagkakaroon ng ganitong sakit. Sana, walang maiwan sa likod at hindi lang gagamutin sa mga maraming hiling. Dapat tayong bumangon sabay-sabay at mabuhay na pantay-pantay.

DAVAO ORIENTAL DSPC DIVISION SCHOOLS PRESS CONFERENCE 2026

Unique Reference Code: 12

Event & Medium: Column writing (Filipino)

Level (Elem/Sec): Elementary

2

Ganti ng Kalikasan
Lumalaganap na sakit sa ating bansa

Nakapanghihinayang na maraming sakit ang lumalaganap dito sa ating bansa. Ang dahilan nito ay ang marumi na kapaligiran. Dahil dito, maraming tao ang nagkakasakit. Kinakailangan itong tugunan agad ng pamahalaan upang maiwasan natin ang kapahamakan na dulot nito.

Ayon sa Philippine Statistics Authority (PSA) limang sakita ang naging sanhi ng pagkamatay dito sa Pilipinas ngayong 2026. Para sa akin, dapat na maalarma ang gobyerno dito upang hindi na dumami ang masasawing biktima.

Sa aking pananaw, lumaganap ang sakit na dahil sa maling pag-trato natin sa kalikasan. Kaya, maraming sakit ang dala nito sa atin na naging ganti sa atin ng kalikasan.

Kusang tumutulo ang aking luha habang nakikita ko na maraming mamayang Pilipino ang naghihirap dahil sa kalbaryong ito. Kaya maraming tao ang namamatay dahil sa lumalaganap na sakit ito.

Sa aking palagay, kaya maraming sakit ang pagala-gala dahil sa pagkakalat ng mga basura. Dahil dito, nasisira ang ating kalikasan. Kaya, dapat na paigtingin ang mga batas na maaaring mapatigil sa problemang ito, tulad ng Republic Act 10053 o Solid Waste Management.

Ang pagkalat ng sakit ay dahil sa kapabayaan nating mga tao walang tigil na paggamit ng karbon at langis na nagdudulot ng sakit sa baga at sa pagtatapon ng basura kahit saan na na nagdudulot ng water pollution at air pollution, may mga batas sanang ipinatutupad ngunit hindi ito sinusunod ng mga tao.

Bilang isang mag-aaral, pangalagaan natin ang ating kapaligiran upang may magadang maidulot ito sa ating kalusugan at huwag magkalat ng basura, matuto tayong ilagay sa tamang lalagyan. Sundin natin ang mga batas upang maging malinis ang ating kalikasan. Sa gobyerno naman dapat na paigtingin pang lalo ang mga batas, upang hindi masama ang magiging ganti sa atin ng kalikasan.

Unique Reference Code: 06

Event & Medium: Column Writing - Filipino

Level (Elem/Sec): Elementary

37 fo

Nakasalalay ang pisi ng buhay

Ang ating mundo ay hindi perpekto dahil may mga ibang nagpapatayan at ang iba naman ay nag-aayusan pero paano kung ang sinasabi nilang namamatay at nagbibigay ng mga semtoms sa mga tao ay isa sa mga dahilan kung bakit may namamatay. Nagpalabas ng limang dahilan ng kamatayan dito sa pilipinas ngayong 2026 ang International Clasification Diseases, kabilang na dito ang Heart Diseases, Pneumonia, Cerebrovascular Diseases, Neoplasms at Diabities Mellitus. Kaya mas mainam na bigyan ng gabot ang mga sakit na ito dahil baka hindi mo namamalayan na nasa likod mu na pala ang susi sa iyong kamatayan.

Bagamat marami ring mga pilipino ang nadamay ay dapat lang na may magawang gamot ang mga doktor sa sakit na ito. Mahigit kumulang 5,222 ang kaso ng Pneumonia o sakit sa baga. Sa ganitong sitwasyon ay dapat na talagang mag-ingat ang karamihan sa atin dahil dadating ang araw na bababa na ang popolasyon ng mga tao sa pilipinas. Kaya mas mainam na bigyang diin ito ng mga doktor at humanap ng lunas dito para naman may matira pang maagapan ang kanyang ganitong sakit.

Bukod pa dito, Hindi din maiikaila na marami rin ang mga taong namamatay sa ibang sakit tulad ng Dengue, Cancer at Heatstroke. Dagdag pa rito, marami ring namatay sa sakit na Ischaemic heart diseases sakit sa puso na kadalasang dahilan kung bakit namamatay ang mga may hawak sa sakit na ito. Ang ganitong sakit ay mapanganib dahil nasa 26.6% ang mga taong mamamatay dito. Kaya dapat tayong mag pahinga kapag tayo ay pagod dahil ang sakit na ito ay parang ahas na kapag ikaw ay nakagat ay panganib ang iyong pupuntahan.

Ang mga ganitong sakit ay dapat iwasan dahil malabo ng makakuha ng lunas. Meron ding sakit na Pneumonia na sikat sa pilipinas dahil hindi lamang matanda ang dinadapuan nito kundi pati mga kabataan. Ang sakit ng Pneumonia ay isang sakit para sa baga na kung omipekto ito ay puwede kang hindi makahinga at kong hindi madaling naagapan ay puwedeng kang mamatay. Kaya para maiwasan ito ay dapat wagkang masyadong magpagod dahil isa ito sa dahilan kung bakit may maraming namamatay na bata pati matanda.

Nananawagan ako sa mga taong may sakit na Heart diseases, Pneumonia, Cerebrovascular diseas, Neoplasms at Diabities Melitus na pangtilihin ang kanilang kalusugan na malusog at mag-ehersisyo. At dapat ding magbigay ang mga doktor ng gamot. Una, dapat hindi palaging nagpapagot. Pangalawa, dapat magpatupad ang Department Of Health (DOH) ng libreng Checkup. Panghuli dapat gumawa ang mga doktor ng lunas sa mga sakit na ito.

Unique Reference Code:	01	Event & Medium:	Column Writing - Filipino
		Level (Elem/Sec):	Elementary

ANG IBA'T IBANG SAKIT NA NARARANASAN NG MGA PILIPINO

DAVAO ORIENTAL - kadalasan dito sa pilipinas ang nakapagbibigay ng sakit sa mga pilipino na kadalasang hindi na malulunasan. Pero bakit nga ba ito nangyayari?

Ang mga tao na nagkakaroon ng mga sakit gaya ng Heart Disease, Diabetes at sakit sa baga, dahil sa karamihan ng mga tao dito sa Davao Oriental ay maraming gumagamit ng mga sigarilyo sa paligid, at halos damay-damay na.

Ako na mag-aaral lagi kung nakikita ang paghihirap ng mga tao dito sa Davao Oriental dahil may pamilya silang gumagamit ng mausok na kanilang nalalanghap sa paligid. Pero paano ito masusulosyonan?

Minsan ang mga tao na gumagamit ng mausok ay nakakaapikto din sa mga taong hindi gumagamit nito dahil kahit nakakakita sila sa kanilang paligid na nakatatak ang "No Smoking" pero hindi ito nila sinusunod, ito yata ang sanhi kung bakit may mga taong namamatay dahil sa sakit.

Kaya ang paalala namin sa mga gumagamit ng mga nakakasira sa ating katawan na dapat naman silang sumunod sa mga alituntunin o mga dapat sundin sa paligid dahil hindi lang sila

ang naaapektuhan nito kundi ang mga taong nasa paligid nila at mga batang nakakalanghap ng matinding usok sa kanilang paligid.

Kaya ngayon ang pakiusap ko lamang sa mga taong gum-agamit nito na sana huwag naman nilang suwayin ang mga batas na kailangan nilang sundin at dapat nilang pag-aralan kung bakit at kung ano ang apekto nito sa karamihan at la-long lalo na sa mga kabataan dito sa Davao Oriental.

Unique Reference Code: 10

Event & Medium: COLUMN WRITING FILIPINO

Level (Elem/Sec): ELEMENTARY

Kumikitil na Sakit.

Nakaaawa sabihin na maraming sakit ang kumakalat sa Pilipinas. Gaya ng Ischaemic heart diseases, Pneumonia o sakit sa baga, Cerebrovascular diseases, Neoplasms, at Diabetes Mellitus. Ang ganitong uri ng mga sakit ay sikat saating bansa at nakamamatay.

Nakababahala na dumadami ~~na~~ ang mga taong pumanaw dahil sa mga malalalang disease. Dahilan ito ng mga usok na nalalanghap natin, bumubuo ito ng sakit sa baga na mahihirapan tayo huminga. Kaya, dapat na itong bigyang pansin ng gobyerno sa pamamagitan ng paggawa ng batas na bawal magsunog ng mga plas-tics at mababahong basura upang maiwasan natin ang lumalalang sakit.

Dahil sa sobrang pag kain ng matatamis ~~gaya~~ ng mga tsokolate ay nakatataas ng blood sugar, 5.0% ang total ng mga taong namatay. Ang pamahalaan ay dapat bawalan na ang mga matamis na pagkain dahil kumikitil ito ng buhay ng marami.

Ang Ischaemic Heart Diseases ay ang napaka taas na antas dahil 26.6% ang total deaths nito. Isa itong mapanganib na sakit dahil 14,921 cases ang kaso nito. Dapat ang Presidente ay magbigay ng mga gamot para ~~humina~~ na ang pagkalat nito, at maggapan pa ito.

Nakalulungkot malaman na marami pala ang mga diseases na malubha. Sa aking palagay, dapat paramihin ang mga manggagamot sa Pilipinas upang hindi lumakas ang kasong ito.

Ang mga malubhang sakit ay kumikitil ng maraming buhay. Kaya, madami ring tao ang namamatay. Isa rin itong kagagawan ng tao dahil sa pagsusunog ng basura na bumubuo ng usok kaya maraming kaso ang Pneumonia.

Bilang Pilipino, dapat ring umiwas tayo sa mga pagkain ~~na~~ sumisira saating kalusugan. At ang gobyerno ay gumawa ng batas na ikabubuti sa ating bansa at pagbawal ng mga gawaing bumubuo ng mapanganib na sakit.