



TAGENGO BŌSAI NAVI 多言語防災ナビ

PROTOSCOLOS EN CASO DE DESASTRES

Guía para estar preparado en caso de un desastre natural



Agencia
meteorológica



★Información en casos
de desastres y prevención



★Aviso de emergencia
en correo electrónico
en caso de desastres



NHK World Bōsai



Información médica de
emergencia



Yahoo ! Bōsai

La información también se distribuye en ㊦

@bouhan_koutsu @okazaki_koho
Información sobre prevención del delito y Relaciones
seguridad del tráfico en la ciudad de públicas de la
Okazaki ciudad de Okazaki

Municipalidad de la ciudad de Okazaki Sección Socio-Cultural
Departamento de Promoción de la Diversidad

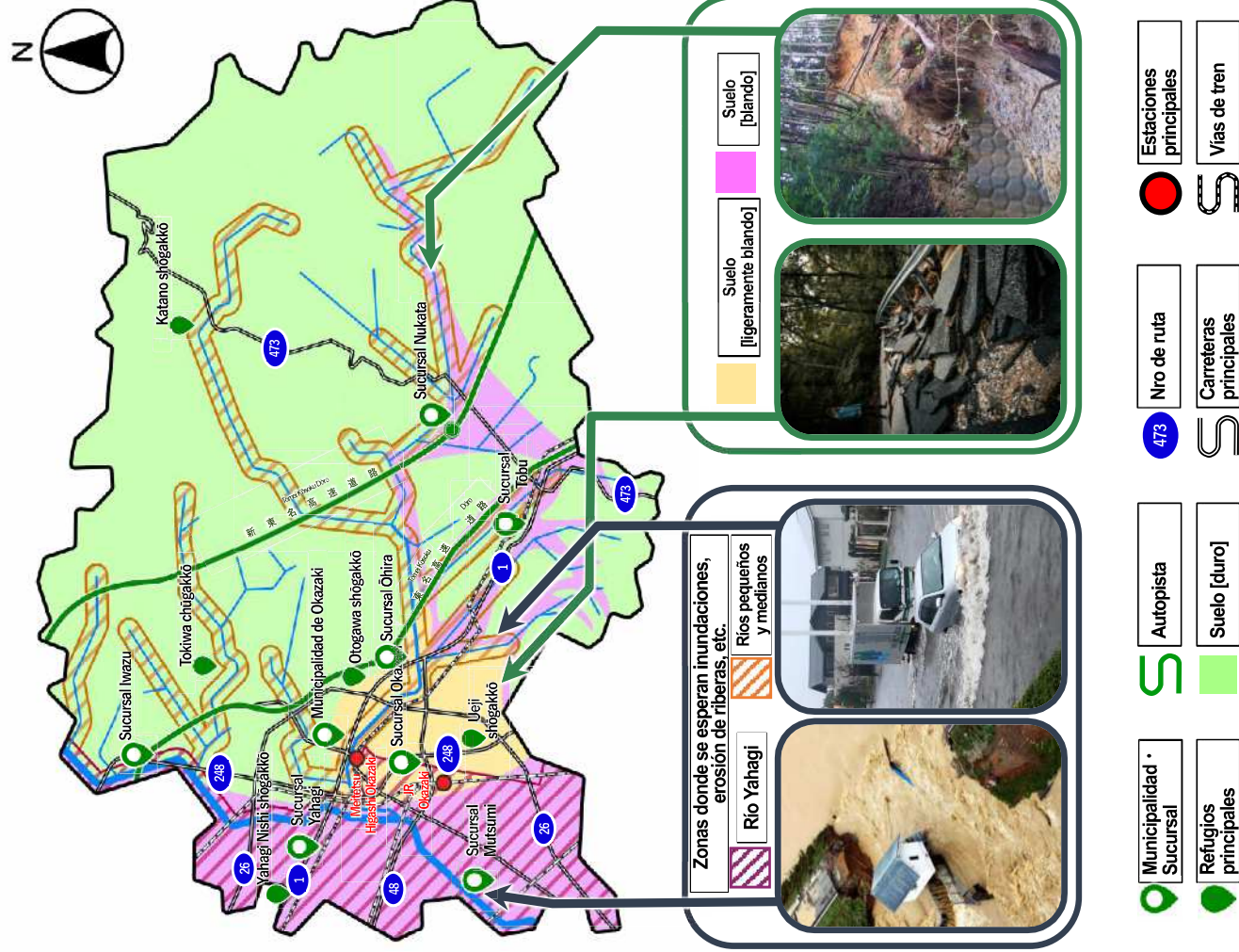
〒444-8601 Okazaki-shi Jūō-chō 2-chōme 9-banchi
☎ (0564) 23-6644

OKAZAKI

Mapa de zonas peligrosas	1	Alarma y orden de evacuación	2
Aproximación de un tifón	3	Inundaciones pluviales, súbitas y fluviales	4
Evacuación por deslizamientos de tierra e inundaciones	5	Preparación para un tifón	6
Ocurrencia de terremoto	7	Desde que cesa el temblor hasta la evacuación	8
Atrapado por un deslizamiento, extinción inicial de un incendio	9	Evacuación en caso de incendio	10
Tsunami, desastre por deslizamiento de tierra	11	Preparación para un terremoto	12
Bolsa de Supervivencia	13	Objetos de reserva en caso de desastres	14
Primeros Auxilios 1	15	Primeros Auxilios 2	16
Números de contactos de emergencia y forma de llamar	17	En el Centro de Evacuación	18
Lista de Centros de Evacuación 1	19	Lista de Centros de Evacuación 2	20
Decidir una ruta de evacuación	21	Información personal sobre la salud, lista de contactos.	22

Señale palabras o frases claves, ilustraciones, etc. para
transmitir lo que desea expresar.

OKAZAKI



Información básica

Nombre	Fecha de nacimiento	Nro de teléfono
Lugar para reunirse con familiares/ compañeros de cuarto.	Sitio amplio de evacuación al que planea ir	Centro de evacuación designado al que planea ir
Domicilio en Japón		

Contactos de emergencia en Japón (familia, amigos, trabajo)

1	Nombre	Nro de teléfono	Nacionalidad, empresa, etc.
2	Nombre	Nro de teléfono	Nacionalidad, empresa, etc.
3	Nombre	Nro de teléfono	Nacionalidad, empresa, etc.
4	Nombre	Nro de teléfono	Nacionalidad, empresa, etc.

Información sobre la salud

Nro del Seguro de Salud	Grupo sanguíneo	Médico de cabecera
Alergias	Condiciones crónicas (enfermedad, discapacidad, fobia, etc.)	Medicina regular

Informaciones sobre asuntos internacionales

Nacionalidad	Nro de la Tarjeta Zanyu Cado	Nro de Pasaporte
Contactos internacionales	Nro de teléfono de la embajada más cercana	

Decidir una ruta de evacuación

Para una evacuación segura, es importante saber cómo llegar al centro de evacuación designado más cercano a su hogar.

- 1 Pegue un mapa que muestre su hogar y los refugios de evacuación cercanos en el espacio vacío a continuación.
- 2 Conecte dos o tres caminos entre su casa y el centro de evacuación usando lápices de colores, etc.
- 3 Pienso en lugares que podrían ser peligrosos en el camino y anótalos con marcas o notas adhesivas.

Alarma y orden de evacuación

Nivel de alerta	Información de la Agencia Meteorológica de Japón	Información municipal	Acciones que deben tomar los residentes
1	Aviso / advertencia temprana		☐ Verificar las reservas de prevención de desastres ☐ Ponerse en contacto con el sitio de evacuación ☐ Recopilar información ☐ Compartir los próximos pasos a seguir
2	Aviso de fuertes lluvias Aviso de inundaciones Aviso de marejada ciclónica Información de advertencia de inundaciones		☐ Consultar la ruta hacia el centro de evacuación ☐ Cargar la batería de su teléfono y la de su batería recargable ☐ Preparar su Bolsa de supervivencia ☐ Realizar los preparativos de las personas que deban evacuar en caso de un nivel de alerta 3
3	Alarma de fuertes lluvias Alarma de inundación Información de alerta de inundaciones	Evacuación de personas mayores, etc.	☐ Comprobar si el centro de evacuación está abierto. ☐ Llevar su Bolsa de supervivencia ☐ Preparación de las personas que deban evacuar en caso de un nivel de alerta 4 ☐ Iniciar evacuación de personas que se encuentran en nivel de alerta 3 ☐ Notificar a su familia que ha evacuado
4	Alerta de deslizamiento de tierra Alarma especial de marejada ciclónica Alarma de marejada ciclónica Información sobre riesgo de inundaciones	Orden de evacuación	☐ Consultar las informaciones más recientes ☐ Apagar la válvula de gas y el disyuntor de electricidad ☐ Inicio evacuación de personas que se encuentran en nivel de alerta 4 ☐ Evacuar a todas las personas ☐ Notificar a su familia que ha evacuado
¡Asegúrese de evacuar a todas las personas al llegar al nivel de alerta 4!			
5	Alarma especial de lluvias intensas Información sobre inundaciones	Garantizar la seguridad de emergencia	Peligro para la vida Garantizar la seguridad inmediatamente ☐ Trasládarse a una habitación lo más alejada posible de las formaciones acantiladas ☐ Proteger la cabeza y los pies ☐ Dirigirse a un lugar alto, piso superior, etc. donde el riesgo de inundación sea bajo.

En caso de encontrarse en casa

- Aplicar película, filme o cinta irrompible al vidrio de la ventana y cerrar las contraventanas de las mismas.
- En caso de un corte de energía o de agua, tener llena la bañera con agua y tener preparado una radio y baterías recargables.
- Si su casa está en peligro, deje una nota indicando “quiénes se refugiarán, dónde y cuándo”, y evacue.

En caso de encontrarse dentro de un edificio

- Siga las instrucciones del personal del edificio. Si no hay personal para dar las instrucciones:
- Protéjase con su bolso o sombrero/gorra.
 - Evacue y hágalo “sin empujar, correr, hablar, retroceder ni acercarse demasiado a las demás personas”.
 - Las condiciones de las calles pueden estar en malas condiciones, así que deje los cochecitos y evacue con su hijo en brazos.

En caso de encontrarse en la calle

- Tener cuidado con los objetos que vuelan con el viento, como los carteles y ramas, así como con los postes y árboles caídos, y mantenerse agachado cuando se desplace.
- Ingresar a algún edificio que parezca resistente y mantenerse alejado de las puertas y ventanas.
- Si sale, proteger la cabeza con un casco o gorro y usar zapatos gruesos.
- Si tiene niños, tome su mano para que no se separe.
- Si está conduciendo, encender las luces de emergencia, luego mover el vehículo a un área segura y espaciosa, como un estacionamiento elevado o al arcén o borde de la carretera, y esperar hasta que amaine la lluvia intensa o los vientos fuertes.



Palabras y frases claves

- ① 台風, “taifu”: Tifón. Son tifones o tempestades que llegan a Japón ee determinadas épocas del año.

「Cómo preguntar si se acerca un tifón (台風は来ますか: “Taifu wa kimasu ka?”)」

- ② 警報 “keihō”: Alarma. Es una alarma emitida cuando hay peligro debido al clima

「Vientos fuertes y peligrosos (暴風警報: “Bōfū keihō”)」

「Existe riesgo de inundación (洪水警報: “Kōzui Keihō”)」

「Existe riesgo de desborde del río (氾濫警戒情報: “Hanran Keikai Jōhō”)」

Yahagikita Chūgakkō	Aichi Kentōsu Iwazu Kōtō Gakkō	Aichi Kentōsu Okazaki Higashi Kōtō Gakkō	Aichi Kentōsu Okazaki Kōtō Gakkō
43-1, Fudeya, Higashi Ōdome-chō 5, Baba, Higashi Kuramae-chō 東大友町 筆屋 43-1	東蔵前町 馬場 5	27, Ushiroyama, Ryūsenji-chō 竜泉寺町 後山 27	1, Tenma, Myōdaiji-chō 明大寺町 伝馬 1
Okazaki Kita Kōtō Gakkō	Okazaki Nishi Kōtō Gakkō	Okazaki Shōgyō Kōtō Gakkō	Okazaki Kōka Kōtō Gakkō
17-1, Ishigami-chō 石神町 17-1	7, Hina Minami-machi 日名南町 7	3-76, Sakae-chō 栄町 3-76	47, Jinba, Hane-chō 羽根町 陣場 47
Dōdō Hoikuen (Guardería Dōdō)	Miyazaki Hoikuen (Guardería Miyazaki)	Yahaginishi Hoikuen (Guardería Yahagi Nishi)	Kyū Ōmekawa shōgakkō
15-1, Kawara-chō 河原町 15-1	21, Yodono, Ishihara-chō 石原町 芝野 21	101-4, Washiyama, Nishi Hongō-chō 西本郷町 和志山 101-4	17, Kuroishi, Higashikawara-chō 東河原町 黒石 17
Hotaru Gakkō	Okazaki Shiyakusho (Municipalidad de Okazaki)	Toshokan Kōryū Plaza Libra (Biblioteca Municipal Libra)	Sōgō Kensa Sentā (Centro General de Examen)
5-1, Kodenosawa, Torikawa-chō 鳥川町 小デノ沢 5-1	2-9, Jūō-chō 十王町 2-9	4-71, Nishi, Kōsei-dōri 康生通西 4-71	68-1, Gohonnatsu, Miat-chō 美合町 五本松 68-1
Okazaki Shimin Kaikan (Centro Cívico de Okazaki)	Sekirei Hōru (Hall Sekirei)	Zemanzō Soko (Deposito Zemanzō)	Chūō Shimin Sentā (Centro Cívico del Centro)
15-1, Desaki, Rokku-chō 六俣町 出崎 15-1	3-36-5, Asahimachi 朝日町 3-36-5	8, Miyajishi, Zemanjō-chō 千万町 宮西 8	3-3-7, Kami Mutsuna 上六名 3-3-7
Mutsumi Shimin Sentā (Centro Cívico Mutsuna)	Nanbu Shimin Sentā (Shibaku Sentā na-dentro del Civic Center)	Nanbu Shimin Sentā Bunkan (Centro Cívico Nanbu)	Ohira Shimin Sentā (Centro Cívico Ohira)
64, Tenjin, Shimo Aono-chō 下青野町 天神 64	15, Kitiono, Hane-chō 羽根町 貴登野 15	5-3, Hane Nishi-shinmachi 羽根西新町 5-3	6, Sarada, Ohira-chō 大平町 血田 6
Tōbu Shimin Sentā (Centro Cívico Tōbu)	Daijūji Gakkū Shimin Hōmu (Centro Cívico del distrito escolar de Daijūji)	Fujikawa Gakkū Shimin Hōmu (Centro Cívico del distrito escolar de Fujikawa)	Katano Gakkū Shimin Hōmu (Centro Cívico del distrito escolar de Katano)
2-9, Tenjin, Yamatsuna-chō 山綱町 天神 2-9	64-18, Taokoshi, Kamoda-chō 鴨田町 田起 64-18	3-112, Fujikawa-dai 藤川台 3-112	3, Fukuzuka, Sakuragata-chō 桜形町 梅塚 3
Motojuku Gakkū Shimin Hōmu (Centro Cívico del distrito escolar de Motojuku)	Mutsuna Gakkū Shimin Hōmu (Centro Cívico del distrito escolar Mutsuna)	Renjaku Gakkū Shimin Hōmu (Centro Cívico del distrito escolar de Renjaku)	Toyotomi Gakkū Shimin Hōmu (Centro Cívico del distrito escolar de Toyotomi)
11-1, Koshinden, Motojuku-chō 本宿町 古新田 11-1	1-2-1, Mutsuna Minami 六名南 1-2-1	1-4, Uo-chō 魚町 1-4	10-1, Yamanokami, Kashiyama-chō 煙山町 山ノ井 10-1
Hokubu Chūki Kōryū Sentā (Centro de Intercambio Regional del Norte)	Seibu Chūki Kōryū Sentā (Centro de Intercambio Regional del Oeste)	Ida Taiikukan (Gimnasio Ida)	Okazaki-shi Taiikukan (Gimnasio de la ciudad de Okazaki)
45-1, Kihira, Nishi Kuramae-chō 西蔵前町 季平 45-1	45-1, Sorijo, Yanagi-chō 矢作町 尊所 45-1	10-3, Iga-shinmachi 伊賀新町 10-3	7, Mutsuna-honmachi 六名本町 7

Sitio de Evacuación Designado que se convierte en Sitio de Evacuación de Área Amplia en caso de terremotos

Chūō Sōgō Kōen (Parque central de la ciudad)	Higashi Kōen (Parque)	Minami Kōen (Parque) (Reparación parcial a partir del 2026)	Okazaki Jō Kōen (Parque)
1, Tōge, Kōryūji-chō 高隆寺町 峠 1	1, Ōyamada, Kakemachi 欠町 大山田 1	1-1, Kayabayashi, Wakamatsu-chō 若松町 葦林 1-1	561-1, Kōsei-chō 康生町 561-1

※ Cuando busque una dirección en Internet o en una aplicación de mapas, agregue "Okazaki-shi" (en japonés 岡崎市) delante de la dirección indicada en la lista.

En caso de desastre, puede verificar qué refugios están abiertos a través del 'correo electrónico de emergencia para desastres'.

Idiomas en los que pueden enviarse el correo electrónico de emergencia para desastres:

English, Portuguêse, 中文 (簡体字), 中文 (繁体字), やさしい にほんご



避難所
〇〇小学校
〇〇公園

避難場所
〇〇中学校
〇〇公民館

広域避難場所
〇〇会館
〇〇公民館 (etc.)

指定避難場所

Busque el letrero con las ilustraciones y/o con las palabras/caracteres que aparecen arriba.

Centros de Evacuación Designados

Atago Shōgakkō	Azukizaka Shōgakkō	Daijūji Shōgakkō	Daimon Shōgakkō
1, Atagoyama, Iga-chō 伊賀町 愛宕山 1	13-5, Fujibasami, Tosaki-chō 戸崎町 藤峯 13-5	31, Hiromoto, Kamoda-chō 鴨田町 広元 31	4-4-1, Daimon 大門 4-4-1
Eta Shōgakkō	Fujikawa Shōgakkō	Fukuoka Shōgakkō	Hadanashi Shōgakkō
71-1, Sangatsugairi, Eta-chō 恵田町 三月ヶ入 71-1	44, Nishimachi Kita, Fujikawa-chō 3 藤川町 西町北 44	Nishi Ichinaka, Fukuoka-chō 福岡町 西中 3	2, Sedota, Hadanashi-chō 桑梨町 世土田 2
Hane Shōgakkō	Hirohata Shōgakkō	Hosokawa Shōgakkō	Ide Shōgakkō
24-2, Kewaki, Hane-chō 羽根町 池脇 24-2	11-1, Hirohata-chō 広幡町 11-1	45, Ishida, Hosokawa-chō 細川町 石田 45	4-3, Baratsubo, Ide-chō 井田町 炎坪 4-3
Iwazu Shōgakkō	Jōnan Shōgakkō	Katano Shōgakkō	Kitano Shōgakkō
24-2, Sarudo, Iwazu-chō 岩津町 串堂 24-2	1-11, Jōnan-chō 城南町 1-11	13, Nakajima, Sakuragata-chō 桜形町 中嶋 13	1-1, Yamashita, Kitano-chō 北野町 山下 1-1
Miai Shōgakkō	Midorigaoka Shōgakkō	Mishima Shōgakkō	Miyazaki Shōgakkō
30, Minami Ishihara, Okamachi 西町 南石原 30	12, Sawatari, Mai-chō 美谷町 沢渡 12	1, Ikegami, Myōdaiji-chō 明大寺町 池上 1	9, Kojiro, Ishihara-chō 石原町 古坂 9
Motojuku Shōgakkō	Mutsumi Chūbu Shōgakkō	Mutsumi Hokubu Shōgakkō	Mutsumi Nanbu Shōgakkō
14-1, Sanbonmatsuri, Motojuku-chō 本宿町 三本松入 14-1	71, Idoiri, Shimo Aono-chō 下青野町 井戸尻 71	2, Sumiyaki, Doi-chō 土井町 炭焼 2	9-1, Shimo Inoue, Nakajima-chō 中島町 下井ノ上 9-1
Mutsumi Seibu Shōgakkō	Mutsuna Shōgakkō	Natsuyama Shōgakkō	Neishi Shōgakkō
33, Dohon, Akashibu-chō 赤沢町 道本 33	3-2-1, Mutsuna 六名 3-2-1	7-1, Hosoda, Natsuyama-chō 夏山町 細田 7-1	1-2, Ishigasaki, Kakemachi 欠町 石ヶ崎 1-2
Oidaira Shōgakkō	Okazaki Shōgakkō	Okazaki Shōgakkō	Okutono Shōgakkō
25-1, Hiwaba, Oidaira-chō 生平町 雛場 25-1	1, Furo, Harisaki-chō 針崎町 フロ 1	15, Hachikan, Roku-chō 六供町 八貫 15	73-2, Nakanishi, Okutono-chō 奥殿町 仲西 73-2
Otagawa Shōgakkō	Renjaku Shōgakkō	Ryūgai Shōgakkō	Shimoyama Shōgakkō
17, Nakamichi, Ōhira-chō 大平町 中道 17	4, Jōhoku-chō 城北町 4	34-4, Matsumoto, Ryūsenji-chō 竜泉寺町 松本 34-4	16, Ichiba, Hokkyū-chō 保久町 市場 16
Tatsumigoka Shōgakkō	Tokiwa Shōgakkō	Tokiwa Higashi Shōgakkō	Tokiwa Minami Shōgakkō
1-1, Tatsumi-dai 竜美台 1-1	3-4, Iinotani, Taki-chō 滝町 入ノ谷 3-4	32 Sōsaku, Yonagouchi-chō 米河内町 惣作 32	12-4, Iwamoto, Taguchi-chō 田口町 岩本 12-4
Toyotomi Shōgakkō	Ueji Shōgakkō	Umezono Shōgakkō	Yahagi Higashi Shōgakkō
3, Nishinosawa, Kashiyama-chō 壱山町 西之沢 3	3-31, Ueji 上地 3-31	4-68-1, Inaguma-chō 稲熊町 4-68-1	28, Kiredo, Yahagi-chō 矢印町 切戸 28
Yahagi Kita Shōgakkō	Yahagi Minami Shōgakkō	Yahagi Nishi Shōgakkō	Yamanaka Shōgakkō
9-2, Nishi-Toyama, Hashime-chō 橋目町 西湊山 9-2	13, Nishijima, Daiwa-chō 大和町 西島 13	40, Chōai, Uto-chō 宇頭町 長台 40	1, Tenjingoshi, Maigi-chō 舞木町 天神越 1
Aoi Chūgakkō	Fukuoka Chūgakkō	Iwazu Chūgakkō	Jōhoku Chūgakkō
31-1, Iga-shimmachi 伊賀新町 31-1	3, Igui, Fukuoka-chō 福岡町 井坑 3	2-36, Higashi Kuramae 東蔵前 2-36	3-1, Jōhoku-chō 城北町 3-1
Kawai Chūgakkō	Kita Chūgakkō	Kozan Chūgakkō	Mikawa Chūgakkō
7, Uedaira, Chiharazawa-chō 茅原沢町 上平 7	1-10, Kamisato 上里 1-10	20-1, Kitano Higashi, Nakamachi 中町 北野東 20-1	4-1, Hasama, Maruyama-chō 丸山町 ハサマ 4-1
Minami Chūgakkō	Mutsumi Chūgakkō	Mutsumi Kita Chūgakkō	Nukata Chūgakkō
8-1, Nōguro, Tosaki-chō 戸崎町 野黒 8-1	72, Idoiri, Shimo Aono-chō 下青野町 井戸尻 72	2, Rokutan, Inai-chō 井内町 六反 2	88, Harashinden, Kashiyama-chō 壱山町 原新田 88
Okazaki Chūgakkō	Ryūkaei Chūgakkō	Ryūnan Chūgakkō	Shinkayama Chūgakkō
Achi Kyōku Daigaku Fuzoku Okazaki Chūgakkō			
1, Kuribayashi, Myōdaiji-chō 明大寺町 栗林 1	48-1, Kuribayashi, Myōdaiji-chō 明大寺町 栗林 48-1	2-17, Midorigaoka 緑丘 2-17	20-86, Ōsawa, Kuwabara-chō 桑原町 大沢 20-86
Shonan Chūgakkō	Tōkai Chūgakkō	Tokiwa Chūgakkō	Yahagi Chūgakkō
Harisaki-chō, Harusaki, 1-2 針崎町 春咲 1-2	Yamatsuna-chō, Nakashiba, 51 山綱町 中柴 51	Taki-chō, Yamagomori, 109 滝町 山籠 109	Kuredo-chō, Rendai, 18 暮戸町 連代 18

En caso de encontrarse en casa

- Si existe la probabilidad que entre agua en su casa, apague el disyuntor y evacue a un lugar seguro.
- Existe la posibilidad de que se produzca un corte del agua corriente, por lo tanto almacene el agua en una bañera u otro lugar o en recipientes.
- Si su casa está en peligro y tiene que salir, asegúrese de llevar pantalones, zapatos gruesos (las botas pueden acumular agua y volverse pesadas), una chaqueta gruesa y un palo largo (y la bolsa de emergencia si lo tiene preparado) y evacue.

En caso de encontrarse dentro de un edificio

- Siga las instrucciones del personal del edificio. Si no hay personal para dar las instrucciones:
- Manténgase alejado de la puerta, suba al piso superior y evacue “sin empujar, correr, hablar, retroceder ni acercarse demasiado a las demás personas”.
 - No utilice los cochecitos de bebés ya que es posible que el ascensor no funcione.

En caso de encontrarse en la calle

- Incluso si se inunda con agua hasta los tobillos (alrededor 20 cm), no podrá caminar si la corriente es fuerte, así que evacue inmediatamente.
- El motor de un automóvil se detendrá si se sumerge en agua a 30 cm o más.
- Si el agua está por encima de la altura de las rodillas (50 cm), no podrá caminar. Deje de desplazarse a centros de evacuación y evacue a lugares altos como los pisos superiores o tejados de edificios cercanos (o en su casa si está cerca).
- Si está conduciendo, encienda las luces de emergencia, mueva el vehículo a un área espaciosa y segura, como un estacionamiento en un terreno más alto o al arcén de la carretera, apague el motor y evacue.

☆ Inundaciones repentinas de ríos, llamado 「Flash flood」

- Las inundaciones repentinas pueden ocurrir inmediatamente después de que la lluvia cae sobre las montañas cercanas a los ríos. Salga del río inmediatamente.
- Si queda atrapado en la inundación de un río y es arrastrado, protéjase la cabeza y la espalda con ropas y flote boca arriba con los pies mirando en la dirección de la marcha.

Palabras y frases claves

- ① 浸水, “shinsui”: agua que ingresa a un edificio debido a la lluvia u otro motivo.
[Ha entrado agua en la casa (床上浸水 “Yuka-ue Shinsui”)]
- ② 冠水, “kansui”: carreteras, parques, campos, etc, cubiertas con agua debido a la lluvia u otro motivo.
[Cómo preguntar si el camino está hundido (道路は沈んでいますか “Dōro wa shizunde-imasu ka?”)]
- ③ フラッシュフラッド, “flash flood”: es el aumento repentino del agua de un río debido a la lluvia en las montañas u otras razones.
[Para informar que hay personas que están siendo arrastradas por corriente (人が流されています “Hito ga nagasarete-imasu!”)]
[Para notificar a las personas sobre las inundaciones y advertirles del peligro (川から離れてください “Kawa kara hanarete kudasai!”)]

Precauciones a tener en cuenta al evacuar

Peligros en el hogar	Cuándo evacuar	Lugar de evacuación
Zona con probabilidad de inundación ☐ Sí ☐ No → ¿A qué profundidad llegaría el agua en su casa? [de mts--a mts] Zona que requiere evacuación temprana ☐ Sí ☐ No	En caso de alerta 3 ☐ Cuando la vivienda está en una zona sujeta a órdenes de evacuación de personas mayores, etc. ☐ Cuando hay personas que necesitan tiempo para evacuar, como las mujeres embarazadas y las personas con niños pequeños. En caso de alerta 4 ☐ Cuando la vivienda está en una zona sujeta a órdenes de evacuación.	Lugares de evacuación ☐ Piso superior de la casa [piso] ☐ Casas de familiares • conocidos [] ☐ Centro de evacuación designado [] ☐ Otros []
Deslizamiento de tierra Desastres por Zona de alerta (especial) de deslizamientos de tierra ☐ Sí ☐ No → ☐ Zona de alerta de deslizamientos de tierra ☐ Zona especial de advertencia de desastres por sedimentos	En caso de alerta 3 ☐ Cuando hay personas que necesitan tiempo para evacuar, como las mujeres embarazadas y las personas con niños pequeños. En caso de alerta 4 ☐ Cuando la vivienda está en una zona sujeta a órdenes de evacuación.	Lugares de evacuación ☐ Piso superior de la casa [piso] ☐ Casas de familiares • conocidos [] ☐ Centro de evacuación designado [] ☐ Otros []

Aprendamos a utilizar el sistema de “Mensaje telefónico en caso de Desastres”

Marcar el nro 1 7 1

Para grabar apriete el 1

Para reproducir apriete el 2

Grabar

Reproducir

Marque el número de teléfono de alguien que esté en el área del desastre.

0X0-1234-5678 • 05XX-12-3456 • 05X-123-4567

Úselo para contactar a miembros de su familia, confirmar la seguridad de conocidos e informarles sobre la situación actual y sus planes futuros.

En el Centro de Evacuación

Reglas de un refugio

- Todas las personas que utilicen las instalaciones deben seguir las órdenes, desempeñar un papel y trabajar juntos para operar las instalaciones.
- Los suministros como agua y alimentos son limitados. Si puede traerlo de su casa será muy útil y deberá consumirlo con prudencia.
- Se deberá poner atención y cuidado con las personas que requieren cuidados especiales, como heridos, mujeres embarazadas y ancianos.
- Protejamos y respetemos el lugar, los objetos y la privacidad de la información de cada una de las personas del refugio.
- Separe la basura correctamente y mantenga limpia el área de recolección de basura.
- Mantenga limpios los espacios comunes como los baños.
- Asegúrese de informar al personal cuando vuelva a su casa, vaya a la casa de familiares/amigos u a otro centro de evacuación o refugio.

Salud mental, su cuidado

- Ajustar el ritmo diario acostándose temprano, levantándose temprano, tomando el sol por la mañana y comiendo a horas regulares.
- Obtener información a través de Internet, radio y conversaciones periódicas con el personal encargado del refugio.
- Intentar comunicarse con las personas que les rodean a través de actividades sencillas como juegos o algún tipo de entretenimiento.
- Disfrutar de sus bocadillos y bebidas favoritos que pueden ayudarlo a relajarse.
- Al realizar actividades de autoexpresión como bailar, cantar, dibujar o tomar fotografías, tenga cuidado de no molestar a quienes lo rodean.

Limpieza y salud

- Para mantener la limpieza y prevenir la propagación de enfermedades, asegúrese de lavarse las manos y usar una mascarilla o tapabocas.
- La higiene bucal es importante. Asegúrese de cepillarse bien los dientes.
- Ayudar a mantener limpio las áreas de relacionadas con el agua como baños, lavatorios y áreas de cocina cuando le sea posible.
Tenga mucho cuidado al eliminar excrementos y desechos.
- Todos los días controlar la temperatura y su estado de salud, por ej. si se siente descompuesto, etc.
- Realice ejercicio y estiramiento todos los días.

Vivir en un centro de evacuación es difícil, ya que muchas personas viven juntas en un espacio pequeño, sin baño y con necesidades diarias limitadas.

Si su casa es segura, quédese allí, y si tiene familiares o amigos que puedan permitirse, quédese con ellos. Si debido a las circunstancias debe utilizar un refugio, siga las reglas y la etiqueta adecuada al usarlo.

Palabras y frases claves

- ① 具合が悪い, “guai ga warui”: es cuando uno no se encuentra bien o se está descompuesto.
- ② 薬, “kusuri”: son los medicamentos
- ③ 食べ物, “tabe-mono”: son los comestibles
- ④ 飲み水, “nomi-mizu”: es el agua que es bebible
- ⑤ トイレ, “toire”: es el lugar para aseo personal
- ⑥ 医者, “isha”: es el que cura las enfermedades
- ⑦ アレルギー, “arerugi”: Alergia
- ⑧ ○○はどこですか, “○○ wa doko desu ka?”: para preguntar por un lugar.
- ⑨ ○○はありますか, “○○ wa arimasu ka?”: para preguntar si hay o no hay algo.

Llamar al nro 110 para informar o llamar a la policía en los siguientes casos y qué le preguntarán

Niños perdidos/desaparecidos, robos/hurtos, accidentes de tráfico, etc.

• ¿Qué paso?

• ¿Qué pasó?

• ¿Cuándo?

• ¿En dónde?

¿A qué hora o hace cuántos minutos ocurrió el hecho?

• ¿Cuándo?

• ¿En dónde?

Dirección del lugar, algún edificio cercano o nro de poste de servicios públicos que vea, etc.

• ¿Qué está pasando con el autor del hecho?

Nro de personas, color de ropa, apariencia, edad, dirección de la fuga.

• ¿Cuál fue el daño?

Alcance de las lesiones, artículos robados, testigos, etc.

• ¿Cuál es su nombre y dirección?

Nombre, dirección e información de contacto de la persona que realiza el llamado o da parte a la policía.

• ¿Cuál es su dirección?

• ¿Cuál es su dirección?

Llamar al 119 para solicitar a bomberos y ambulancia

Incendio, derrumbe de edificio, lesiones, enfermedades, etc.

• ¿Hay un incendio? ¿Es una emergencia?

• ¿Se necesita para un incendio o una emergencia?

• ¿Cuál es su dirección?

Dirección del lugar, algún edificio cercano o nro de poste de servicios públicos que vea, etc.

• Si es una emergencia: "¿Qué pasó?"

¿Cuántos años, quién es, cuándo y qué pasó? Otros síntomas, si tiene conciencia, si tiene respiración, etc.

• Si es un fuego: "¿Dónde y qué se quema?"

• Si es un incendio: "¿Dónde y qué se está quemando?"

¿En qué habitación / dónde / qué se está quemando?

• Si es un incendio: "¿Hay heridos o personas que no pudieron escapar?"

¿Qué habitación, cuántos años tienen, quiénes son, qué están haciendo?

• ¿Cuál es tu nombre y dirección?

Nombre, dirección e información de contacto de la persona que realiza el llamado

Otros números de teléfonos útiles

188	Línea de consulta de atención al consumidor	0120-988-091	Para consultar cuando se produce un corte de luz
189	Para denunciar y consultar sobre maltrato infantil	#9110	Para contactar/consultar a la policía
#7119	Para consultar sobre si es necesario una ambulancia	#9910	Para llamar de emergencia en la carretera
0564-21-5151	Para contactar con la sede del Departamento de Bomberos de Okazaki	0564-21-1133	Para llamar al Centro de Información Médica
0564-58-0110	Para contacto con la policía de Okazaki	0564-23-6777	Sede de control de desastres de la ciudad de Okazaki

Preparación para un tifón

Medidas que se puede tomar en la casa

Pegar cintas adhesivas en la ventana



Evita que los residuos se dispersen cuando se rompe una ventana o puerta de vidrio.

Almacenar agua en la bañera



Prepararse para cortes de agua (se puede usar para lavar los platos y descargar el inodoro)

Prepararse para la evacuación



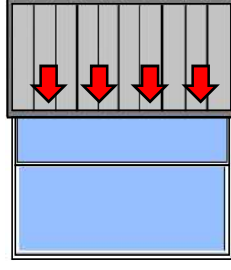
Prepare una bolsa de supervivencia y suministros de emergencia.

Además...

- Si se encuentra cerca de una montaña o un río, o en una zona baja, evacue lo antes posible como prevención ante un caso de inundación.
- Cierre todas las contraventanas o persianas de metal de las ventanas de la casa.
- Prepare con antelación pilas para las linternas, cerillas, encendedores, velas, etc. en caso de un corte de energía.
- Mueva el automóvil al piso superior del estacionamiento de varios pisos y cúbralo.
- Si se acerca un tifón, apague el interruptor lo antes posible.

Medidas que se puede tomar en lo cotidiano

- Mantener bicicletas, cochecitos, etc. dentro de la casa.
- Reconozca y recuerde las áreas alrededor de su casa que pueden inundarse incluso con poca lluvia.
- Limpiar las canaletas de lluvia y cunetas alrededor de su casa.
- Participe en simulacros de prevención de desastres realizados en su lugar de trabajo o en la comunidad.
- Hable con su familia, sus hijos y las personas con las que vive y realice simulacros de evacuación.



Palabras y frases claves

- ① 養生テープ, "yōjō tēpu": cinta adhesiva resistente. Se puede utilizar para reforzar las ventanas.
- ② 雨戸, "amado" o シャッター, "shattā": son las puertas corredizas de madera o metal en el exterior de una ventana que puede ser también una puerta de vidrio.
- ③ ブレーカー, "burēkā" en japonés: es la principal válvula de alimentación de electricidad del

Dentro de su casa u otro edificio

☆ ShakeOut (entrenamiento para aprender comportamientos de seguridad en caso de un terremoto)



Agacharse



Protegerse



Sujetarse / No moverse

- Aléjese de ventanas y estantes, agáchase en el suelo, escóndase debajo de una mesa o similar y sujétese de las patas de la misma.
- Si no tiene un lugar donde esconderse, agáchese cerca de un pilar o pared cercano para proteger su cabeza.
- Si está en un ascensor, presione el botón de todos los pisos y evacue en el piso donde se detiene. Si se queda atrapado, presione el botón de emergencia para pedir ayuda, luego agáchase y espere.

En la calle

- Aléjese de los edificios, postes de servicios públicos y paredes de bloques y diríjase a un área más grande.
- Cargue a los niños pequeños.
- Si está conduciendo, encienda las luces de emergencia, mueva su automóvil a un área abierta y segura y apague el motor.

Palabras y frases claves

- ① 地震 “jishin”: movimiento sísmico, sismo o terremoto.
- ② 避難 “hinan” en japonés: refugiarse en un lugar seguro.
[Cómo preguntar sobre la ubicación del refugio de evacuación (避難所はどこですか “Hinan-jō wa doko desu ka?”)]
[Cuando quiero preguntar si debo evacuar (避難した方がいいですか “Hinan shita hou ga ii desu ka?”)]
[Frases que dice el personal a cargo al evacuar (避難指示に従ってください “Hinan shiji ni shitagatte kudasai.”)]
- ③ 倒壊 “tōkai”: derrumbe o destrucción de una casa, edificio, carretera, etc.
- ④ 落下物 “rakka-butsu”: objeto que cae desde arriba, ej. desde un edificio. Es peligroso si golpea a alguien en la cabeza.

Tratamiento para una persona inconsciente

Compruebe si la persona está consciente dándole golpecitos firmes en el hombro y preguntándole con voz fuerte: “¿Se encuentra bien?”. Si la persona está inconsciente, llévela a un lugar seguro y colóquela boca arriba.

Compruebe si respira, si se mueve el pecho y el abdomen y si el aliento sale por la nariz o la boca. Si la persona está inconsciente y no respira, siga los pasos a continuación para brindarle primeros auxilios.



AED y el nro 119

De las personas que le rodean pida a dos de ellas que:

- ① una llame al 119,
- ② que la otra persona busque un AED.



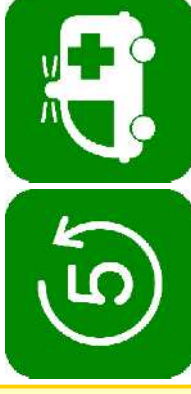
Manejo de las vías respiratorias, respiración artificial

- ① Bájele la cabeza, levántele la barbilla, ábrale la boca.
- ② Respire en la boca de la otra persona.
- ③ Repita cuando salga el aliento dado.



Masaje cardíaco

- ① Abra su mano derecha y tómela por detrás con su mano izquierda.
- ② Comprima la mitad inferior del esternón de la persona.
- ③ Con una velocidad de 100-120 veces por minuto y una profundidad de 5 cm.



Las ambulancias llegan en una media de 10 minutos

- ① Repita la respiración artificial y las compresiones torácicas hasta que llegue una ambulancia.
- ② Si encuentra un AED, continúe usándolo mientras administra el tratamiento inicial.

Palabras y frases claves

- ① 意識不明, “ishiki fumei”: es cuando una persona no se mueve, y por mucho que se lo sacuda o se lo llame, no responde.
[Para informar a las personas que lo rodean sobre una persona inconsciente (この人意識ありません “Kono hito, ishiki arimasen”)]
[Para hacerle saber a los demás que no está respirando (呼吸していません “Kokyū shiteimasen”)]
- ② AED, “AED”: es una máquina que comprueba el movimiento del corazón y lo corrige si es necesario. Desfibrilador externo automático (DEA)
[Para pedir que traigan un AED (AED 取ってください! “AED totte kudasai!”)]
[Para pedir que llamen al 119 (119 番通報してください “Hyaku-jū-kyū ban tsūhō shite kudasai”)]
[Advertencia de descarga eléctrica (皆さん離れてください “Minasan hanarete kudasai”)]

Heridas • Lesiones

- Haga que la persona lesionada se siente o se acueste para descansar.
- Entre las personas que le rodean designe a alguien para: ① que llame al 119 y ② que busque si hay algún personal de la salud o algún médico cerca.
- Si la herida es grande, intente detener el sangrado de la siguiente manera:
 - ① Aplique una fuerte presión sobre la herida sangrante con una gasa, un pañuelo o paño.
 - ② Si el sangrado no se detiene incluso después de aplicar presión, ate o presione firmemente el área entre el área sangrante y el corazón.
 - ③ Si la herida es profunda, como por ejemplo una herida punzante, no retire el objeto extraño, sino aplique presión en el área circundante.
- Si ha sido extraído, aplique presión sobre la herida con una gasa y luego aplique presión para detener el sangrado.
- Si hay golpes o hematomas, acueste a la persona lesionada y :
 - ① Si el impacto es en la cabeza, no le mueva la cabeza.
 - ② Si el impacto es en el cuerpo, enfíre el área afectada.

Fracturas

Hay dos tipos de fracturas: fracturas completas, en las que el hueso se rompe por completo, y fracturas incompletas, en las que hay grietas.; si existe la más mínima sospecha de que se ha producido una fractura, tome las siguientes medidas:

Fractura cerrada

(Fracturas que se encuentran contenidas dentro del cuerpo sin dañar la piel)

- ① Hacerle descansar todo el cuerpo y la zona afectada.
- ② Inmovilice la zona afectada (quitele guantes, calcetines, etc. previamente)
 - Si el área afectada está curvada, no intente enderezarla; fíjela como está.

Fractura abierta

(Fracturas graves en las que la fractura atraviesa la piel y provoca cicatrices y sangrado)

- ① El procedimiento es el mismo que para una fractura cerrada, pero también se debe controlar el sangrado.
- ② No intente volver a colocar los huesos que sobresalen de la piel.

Detección temprana de un accidente cerebrovascular por medio del método 「ACT FAST」

Face



- No puede hacer expresiones faciales
- Se cae la mitad de la cara

Arms



- Al levantar los dos brazos, uno de los dos cae involuntariamente

Speech



- Dificultad para hablar,
- Incapacidad para pronunciar palabras

Time



- Si nota alguno de estos síntomas, llame al 119!

Desde que cesa el temblor hasta la evacuación

En caso de encontrarse en casa

- Abra la puerta de entrada a su casa.
- Colóquese zapatos gruesos, gorro o casco y guantes gruesos o de trabajo.
- Cierre la válvula de gas y apague el disyuntor de la electricidad.
- Lleve su bolsa/mochila de supervivencia/emergencia.
- Si su casa está en peligro, deje una nota indicando “quiénes se refugiarán, dónde y cuándo”, y evacúe a un área grande, como un parque o estacionamiento, para prepararse para las réplicas.

En caso de encontrarse dentro de un edificio

Siga las instrucciones del personal del edificio. Si no hay personal para dar las instrucciones:

- Protegerse con su bolso o sombrero/gorra.
- Evacúe y hágalo “sin empujar, correr, hablar, retroceder ni acercarse demasiado a las demás personas”.
- Las condiciones de las calles pueden estar malas condiciones, así que deje los cochecitos y evacúe con su hijo en brazos.

En caso de encontrarse en la calle

Es probable que las carreteras sean peligrosas debido a la caída de objetos, edificios y postes de servicios públicos derrumbados, deslizamientos de tierra, etc.

- Busque refugio temporal en un área grande, como un parque o estacionamiento, y prepárese para las réplicas.
- Si debe evacuar desde un automóvil, apague el motor y evacúe.
- Si deja su automóvil en la carretera, deje las llaves adentro para que los rescatistas puedan moverlo.

Cuando las réplicas disminuyan

- Recabe o busque información sobre las réplicas en la radio o en Internet.
- Verifique la seguridad de su casa y si puede continuar en la vivienda, considere la posibilidad de quedarse allí.
- Si su casa sufre daños, si es posible, antes de dirigirse a un centro de evacuación recoja su Bolsa de supervivencia y suministros de emergencia y evacúe.

Palabras y frases claves

- ① 余震 “yoshin”: es cuando se producen nuevamente temblores o terremotos.
② 震度 “shindo”: la medida que se utiliza en Japón para expresar la fuerza de un terremoto.

☆ La intensidad sísmica y los tipos de temblores.

0 1 2 3 4 5 弱 5 強 6 弱 6 強 7



Artículos/objetos importantes

☐ Copia de la tarjeta Zairiyu Cado	☐ Copia de la Libreta del Banco
☐ Copia del pasaporte	☐ Dinero en efectivo
☐ Copia de la tarjeta del Seguro de salud	☐ Copia del certificado de inspección del vehículo y copia de contratos de importancia, etc.

Artículos para las necesidades diarias

☐ Agua potable 3L	☐ 飲料水 3L	☐ Alimentos (Caramelos, galletitas, etc.)	☐ 食糧 (飴, ビスケット等)
☐ Ropa, ropa interior	☐ 衣類, 下着	☐ Pasta y cepillo de dientes	☐ 歯磨き粉と歯ブラシ
☐ Toalla	☐ タオル	☐ Bolsa para almacenar agua	☐ 給水袋
☐ Papel tissue	☐ ティッシュ	☐ Medicamentos regulares y recetados	☐ 常備薬・処方薬

Artículos útiles

☐ Linterna, radio	☐ 懐中電灯, ラジオ	☐ Encendedor, velas	☐ ライター, ろうそく
☐ Baterías recargables, baterías, cargadores	☐ 電池, 充電器	☐ Frazada/cobija	☐ ブランケット
☐ Cuchillo para usar en caso de desastres	☐ 防災用ナイフ	☐ Máscaras, tapabocas	☐ マスク
☐ Tijera, cortador	☐ ハサミ, カッター	☐ Bolsitas calientes descartables	☐ 使い捨てカイロ
☐ Silbato de seguridad	☐ 防犯ホイッスル	☐ Hilo, cuerda, hilo de pescar	☐ 紐, ロープ, 釣り糸
☐ Bolígrafo, cuaderno/anotador	☐ ペン, ノート	☐ Bolsas de basura, baños portátiles.	☐ ゴミ袋, 携帯トイレ

Artículos de primeros auxilios

☐ Vendajes/curitas	☐ 絆創膏	☐ Gasa	☐ ガーゼ
☐ Antipiréticos (antifebril), analgésicos	☐ 解熱, 鎮痛剤	☐ Vendaje	☐ 包帯
☐ Autoinyector de epinefrina (EpiPen)	☐ エピペン	☐ Cinta médica	☐ 医療テープ
☐ (Guárdalo en un lugar donde puedas llevarlo fácilmente)	☐	☐ Tela grande	☐ 大きな布

Otros artículos

☐ Productos sanitarios	☐ 生理用品	☐ Copias de las tarjetas médicas	☐ 診察券のコピー
☐ Suministros para bebés	☐ 赤ちゃん用品	☐ Copia de la Libreta de medicinas	☐ お薬手帳のコピー
☐ Libreta de la Madre y el Niño	☐ 母子手帳	☐ Jabón, desinfectante	☐ 石鹸, 消毒液
☐ Suministros para personas mayores	☐ 高齢者用品	☐ Toallitas húmedas/tissues húmedos	☐ ウエットティッシュ

Prepare una bolsa/mochila de emergencia para cada persona y guárdelos en un lugar de fácil acceso.



Deja su bolsa de emergencia en la entrada.



Empaque su bolsa y suministros para la prevención de desastres



Prepare una bolsa/mochila de emergencia también en su coche

Mantenga siempre los siguientes artículos en el área de almacenamiento de su bolsa/mochila de prevención de desastres.

☐ Casco para protección en casos de desastres	☐ 防災ヘルメット	☐ Zapato de suela gruesa/con plataforma	☐ 厚底の靴
☐ Guantes de trabajo, guantes comunes	☐ 軍手, 手袋	☐ Bastón o palo largo	☐ 杖や長い棒など
☐ Linterna	☐ 懐中電灯	☐ Píjoto para lluvia	☐ レインコート
☐ Chaqueta gruesa	☐ 厚手の上着	☐ Baño portátil	☐ 簡易トイレ
☐ Mantel/manta de plástico (tipo para picnic)	☐ レジャーシート	☐ Bolsa a prueba de olores	☐ 防臭袋

Cómo utilizar un extintor de incendios



Retire el seguro amarillo.



Apunte la manguera hacia el fuego



Apriete la palanca con fuerza

Puntos a tener en cuenta al evacuar de un lugar de incendio

- Si el fuego se propaga al techo, evacue inmediatamente.
- Priorice la evacuación de ancianos, niños, mujeres embarazadas y enfermos, y ayude si lo puede hacer.
- Evacue rápidamente sin preocuparse por su ropa o pertenencias y no vuelva a entrar.
- Manténgase lo más bajo posible y evacue con calma para evitar el peligro de gases tóxicos.
- Si alguien no puede escapar, avise inmediatamente a los bomberos.

※ Para evitar perderse durante la evacuación, es importante preparar los elementos necesarios en lo cotidiano, realizar simulacros de evacuación y estar preparado para evacuar en cualquier momento.



Presione con fuerza arriba del cristal.



Señal que apunta a la de salida de emergencia.



Cubrirese la nariz y la boca con un pañuelo mojado.

Palabras y frases claves

① 非常ボタン “hijō botan”: es el botón que se puede/debe presionar en caso de incendio u otra emergencia para alertar a las demás personas.

[Cómo preguntar dónde está el botón de emergencia (非常ボタンはどこですか “Hijō botan wa doko desu ka?”)]

[Cómo solicitar a alguien que presione el botón de emergencia (非常ボタンを押してください “Hijō botan wo oshite kudasai”)]

② 非常口 “hijō-guchi”: Salida de emergencia

[Cómo preguntar dónde está la salida de emergencia (非常口はどこですか “Hijō-guchi wa doko desu ka?”)]

③ 119 番通報 “hyaku-jū-kyū ban tsūhō”: número que se utiliza para llamar a los bomberos y solicitar un camión de bomberos o una ambulancia.

[Cómo solicitar que alguien llame (119 番通報してください “Hyaku-jū-kyū ban tsūhō shite kudasai”)]

Tsunami

En la ciudad de Okazaki no hay que preocuparse por los tsunamis, pero en el caso que esté cerca de la costa:

- es probable que se produzca un tsunami después de un fuerte terremoto que dure 20 segundos o más.
- si la marea está baja, evacue inmediatamente a un lugar más alto.
- Ingrese a un edificio o centro de evacuación y manténgase alejado de ventanas y puertas.
- Escuche información en la radio o en Internet y espere hasta que se anuncie que no hay peligro alguno.



Edificio para evacuar
en caso de
tsunami



Sitio para
evacuar en caso
de tsunami

Desatre por deslizamiento de tierra

- Si se anuncia una alerta de deslizamiento de tierra en su área, evacue.
- Si nota alguna de las siguientes señales de advertencia, evacue inmediatamente.
Deslizamiento de tierra: caen guijarros/piedras. Se forman grietas en la pendiente. El agua brota de la pendiente.
- Flujo de escombros: descenso del nivel del agua del río. El río se vuelve fangoso y aparecen maderas flotantes.
- Deslizamiento de tierra: se forman grietas en el suelo. El nivel del agua en un estanque, etc. cambia repentinamente.

☆ Fenómeno de licuefacción

Las áreas propensas a la licuefacción, donde el agua subterránea, el lodo y la arena brotan debido a los temblores del suelo, son peligrosas ya que los postes de servicios públicos y los edificios tienen más probabilidades de colapsar. Verifique el nivel de riesgo de licuación en su área.



☆ Condiciones de los caminos

Después de un fuerte terremoto, las carreteras pueden derrumbarse o pueden quedar bloqueados por la caída de objetos u algunos otros objetos peligrosos pueden dispersarse.
Al salir al exterior, no utilice coches, bicicletas, cochecitos, etc., y tenga cuidado por donde pisa.

Palabras y frases claves

- ① 津波, "tsunami": olas peligrosas que vienen del mar a la costa después de un terremoto. Ola gigante.
[Cómo preguntar si hay un tsunami (津波は来ていますか "Tsunami wa kite-imasu ka?")]
[Cómo preguntar sobre el lugar de evacuación (津波避難場所はどこですか "Tsunami hinan basho wa doko desu ka?")]
- ② 道路の状態, "dōro no jōtai": Condiciones del camino. condiciones de las carreteras que pueden quedar intranstitables debido a grietas o árboles caídos.
[Cómo preguntar si el camino es transitable (道路は通れますか "Dōro wa tōremasu ka?")]

Medidas que puedes tomar en casa

Barra de tensión ajustable



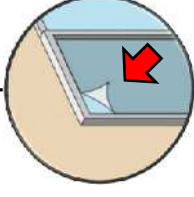
Evita que los muebles altos se caigan

Pestillo



Evita que se caiga el contenido de armarios y cajones

Película protectora



Evita que se dispersen pedazos rotos de ventanas y puertas de vidrio.

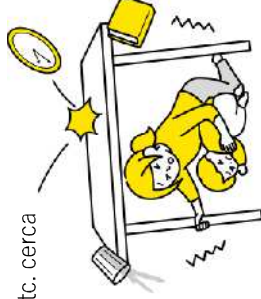
Prevención para evitar la caída de objetos



Reduce el riesgo de que caigan objetos de muebles altos.

Además...

- Coloque cascos, chaquetas, zapatos, bolsas de emergencia, etc. cerca de un escritorio o mesa donde pueda protegerse en caso de un terremoto.
- No deje objetos en la ruta de escape dentro de la casa.
- Cambiar la disposición de muebles y objetos mal ubicados como prevención en caso que ocurra un terremoto durante el sueño.



Medidas que se puede tomar a diario

- Además de su bolsa de prevención de desastres, coloque en su bolsa siempre artículos que puedan usarse para primeros auxilios, como mascarillas, pañuelos húmedos, medicamentos y vendas.
- Además de los pagos con tarjeta de crédito y smartphone, tenga siempre efectivo a mano
- Si tienes coche, coloque dentro una bolsa de emergencia, agua, comida, una muda de ropa, un botiquín de primeros auxilios, etc.
- Participe en simulacros de prevención de desastres realizados en su lugar de trabajo, comunidad, etc.
- Hable con su familia, niños, personas que viven con usted, etc, y realice simulacros de evacuación.

Palabras claves

- ① 耐震 "taishin": Medidas para reforzar casas, edificios, es la resistencia a los sismos de los edificios.
[Cómo preguntar sobre la resistencia de los edificios a los terremotos (この耐震性を教えてください "Koko no taishin-sei wo oshiete kudasai")]
- ② 地震対策 "jishin taisaku": Contramedidas contra terremotos, preparación para los terremotos.
- ③ 地震対策グッズ "jishin taisaku gudzu": Productos de contramedida contra terremotos (Productos de contramedida contra terremotos.)
- ④ 防災訓練 "bōsai kunren": Entrenamiento para prevención de desastres. Capacitación en seguridad, como prácticas de evacuación y uso de extintores.