



TAGENGO BŌSAI NAVI 多言語防災ナビ GUIA DE DESASTRES NATURAIS

Como o estrangeiro deve proceder em caso de desastres naturais

Mapa de perigo (Hazard Map)	1	Alertas e ordens de evacuação	2
Aproximação do tufão	3	Inundações de casas, ruas e rios	4
Evacuação devido a deslizamentos de terra e inundações	5	Preparativos para o tufão	6
Terremoto	7	Após o tremor diminuir até a evacuação	8
Soterramento, extinção de início de incêndio	9	Evacuação em caso de incêndio	10
Tsunami, deslizamentos de terra	11	Preparar-se para um terremoto	12
Mochila de emergência	13	Estoque de emergência	14
Primeiros Socorros	15	Tratamento de Emergência	16
Telefones de Emergência, como Ligar	17	Sobre o Abrigo	18
Lista dos Locais de Abrigo 1	19	Lista dos Locais de Abrigo 2	20
Defina uma Rota de Evacuação	21	Informações Pessoais de Saúde, Lista de Contatos	22

Tente dizer o que você quer utilizando palavras chave, frases chave ou apontando para ilustrações etc.

OKAZAKI



★ E-mail de emergência de prevenção de desastre



★ Portal de prevenção



Agência meteorológica



Prevenção Yahoo!



Informações médicas de emergência



Prevenção NHK World

Informações também na rede social



@bouhan_koutsu @okazaki_koho

Informação de prevenção de desastres de Okazaki • Segurança no trânsito
Relações públicas de Okazaki

Okazaki Shiyakusho Shakai Bunkabu Tayousei Shakai Suishinka
岡崎市役所社会文化部多様性社会推進課

Okazaki-shi Juo-cho 2 chome 9 banchi

〒444-8601 岡崎市十王町二丁目9番地

☎ (0564) 23-6644

OKAZAKI

Para se refugiar com segurança, é importante saber qual o caminho para ir da residência até o local de abrigo mais próximo.

- ① Cole no espaço abaixo um mapa que mostre a sua residência e o local de abrigo mais próximo.
- ② Ligue mostrando o caminho da sua casa até o abrigo com lápis colorido, dois ou 3 caminhos
- ③ Verifique se há algum perigo na rua, cole um lembrete ou faça uma marca

Nível de alerta	Informações da agência meteorológica do Japão	Informações da cidade	Ações que devem ser tomadas pelos moradores
1	Aviso antecipado "sōki chuihō"		☐ Verificar o estoque de emergência ☐ Contatar o local de refúgio ☐ Juntar informações ☐ Compartilhar informações
2	Aviso a chuva torrencial "ōame chuihō" Aviso a inundação "kōzui chuihō" Aviso a maré alta "takashio chuihō" Informação de aviso a transbordamento "hanran chui jōhō"		☐ Verificar a rota até o abrigo ☐ Deixe carregado o celular e a bateria recarregável ☐ Preparar o mochila de emergência ☐ Aqueles que irão se refugiar no caso do nível 3 de alerta, deverão se preparar
3	Alerta a chuva torrencial "ōame keihō" Alerta a inundação "kōzui keihō" Informação de alerta a transbordamento "hanran keikai jōhō"	Evacuação de idosos e outros	☐ Verificar se o abrigo está liberado ☐ Pegar o mochila de emergência ☐ Aqueles que irão se refugiar no caso do nível 4 de alerta, deverão se preparar para evacuar ☐ Aqueles que irão se refugiar no caso do nível 3 de alerta, iniciar a evacuação para o refúgio ☐ Informar à família que se refugiou
4	Aviso de deslizamento "dōsha saigai keikai" Alerta especial a mare alta "takashio tokubetsu keihō" Alerta a maré alta "takashio keihō" Informação de perigo de transbordamento "hanran kiken jōhō"	Instrução de evacuação	☐ Verificar as informações mais recentes ☐ Desligar a chave geral e registro de gás ☐ Aqueles que irão se refugiar no caso do nível 4 de alerta, deverão iniciar a evacuação para o refúgio ☐ Todos se refugiaram ☐ Informar à família que se refugiou
Todos devem evacuar até o nível 4 de alerta !!			
5	Alerta especial a chuva torrencial "ōame tokubetsu keihō" Informação de ocorrência de transbordamento "hanran hassei jōhō"	Garantia de segurança de emergência	Risco de morte garantir a segurança imediatamente ☐ Ficar em algum aposento que esteja o mais afastado de barrancos ou encostas ☐ Proteger a cabeça e os pés ☐ Ir para andares mais altos onde o risco de inundação é menor

Caso estiver em casa

- Cole filmes protetores ou fitas adesivas nos vidros das janelas e caso a janela tenha persiana externa, feche também.
- Em caso de corte no fornecimento de energia e água, procure encher a banheira de água e deixe preparado rádio ou baterias recarregáveis.
- Quando estiver perigoso ficar em casa, deixar um lembrete antes de ir para o abrigo dizendo [Quem, quando e para onde vai]

Caso estiver dentro de algum estabelecimento

- Siga as instruções dos funcionários. Caso não tenha funcionários que orientem como refugiar
- Proteja a cabeça com chapéu, bolsa ou outros.
 - Ao se refugiar siga esta regra [Não empurre, não corra, não fale, não volte, não chegue perto] .
 - As condições das estradas podem estar ruins, deixe o carrinho do bebê e carregue-o no colo para se refugiar.

Caso estiver fora de casa

- Tomar cuidado com objetos voadores como placas ou galhos, com a queda de postes de energia e árvores e procurar andar com a postura baixa.
- Entre em algum prédio próximo e se afaste das janelas e portas.
- Caso tenha que sair , proteja a cabeça usando capacete, chapéu ou outros e use sapatos de sola grossa.
- Caso esteja com criança, segure firme a mão para que não se perca.
- Se estiver dirigindo, ligue o pisca alerta e pare o carro em locais elevados, espaçosos e seguros

como estacionamentos ou acostamentos e aguarde até que a chuva ou o vento forte acalmie.



Palavras chave

- ①台風 “taifu” : Tempestades, tufões que chegam no Japão em determinadas épocas.
[Perguntar se o tufão vem (台風は来ますか “Taifu wa kimasu ka?”)]
- ②警報 “keihō” : É um alerta emitido quando há perigo devido ao clima
[Ventos fortes e perigosos (暴風警報 “Bōfū keihō”)] [Perigo de inundação (洪水警報 “Kōzui Keihō”)]
[Perigo de transbordamento do rio (氾濫警戒情報 “Hanran Keikai Jōhō”)]

Yahagi Kita Chūgakkō Higashi Ōdono-chō, Fudeya, 43-1 美大友町 筆屋 43-1	Iwazu Kōtō Gakkō Higashi Kuramae-chō, Baba, 5 夷蔵前町 馬場 5	Okazaki Higashi Kōtō Gakkō Ryūsenji-chō, Ushiroyama, 27 龍泉寺町 後山 27	Okazaki Kōta Kōtō Gakkō Hene-chō, Jinba, 47 羽根町 陣場 47
Okazaki Kita Kōtō Gakkō Ishigami-chō, 17-1 石神町 17-1	Okazaki Nishi Kōtō Gakkō Hina Minami-machi, 7 日名南町 7	Okazaki Shōgō Kōtō Gakkō Sakae-chō, 3-76 栄町 3-76	Antigo Oamekawa Shōgakkō Nishi Hongō-chō, Washiyama, 101-4 西本郷町 和志山 101-4
Dōdō Hoikuen Kawara-chō, 15-1 河原町 15-1	Miyazaki Hoikuen Ishihara-chō, Yodono, 21 石原町 淀野 21	Yahagi Nishi Hoikuen Nishi Hongō-chō, Washiyama, 101-4 西本郷町 和志山 101-4	Sogō Kensa Center Miai-chō, Gohomatsu, 68-1 美台町 五木杣 68-1
Hotaru Gakkō Torikawa-chō, Kodenosawa, 5-1 鳥川町 小デノ沢 5-1	Prefeitura Municipal de Okazaki Jūō-chō, 2-9 十王町 2-9	Toshokan Kōryū Plaza LIBRA Kōsei-dōri, Nishi, 4-71 康生通西 4-71	Chūō Shimin Center Zemarijō Sōko Zemanjō-chō, Miyaniishi, 8 千王町 宮西 8
Okazaki Shimin Kaikan Rokku-chō, Desaki, 15-1 六供町 出崎 15-1	Sekirei Hall Asahimachi, 3-36-5 朝日町 3-36-5	Nambu Shimin Center (Dentro Do Civic Center) Hane-chō, Kitono, 15 羽根町 箕登野 15	Ōhira Shimin Center Ohira-chō, Sarada, 6 大平町 皿田 6
Mutsu Shimin Center Shimo Aono-chō, Tenjin, 64 下青野町 天神 64	Tōbu Shimin Center Yamatsuna-chō, Tenjin, 2-9 山綱町 天神 2-9	Daijūji Gakku Shimin Home Kamoda-chō, Taokoshi, 64-18 鴨田町 田起 64-18	Katano Gakku Shimin Home Sakuragata-chō, Fukuzuka, 3 桜羽町 福塚 3
Motojuku gakkū shimin home Motojuku-chō, Koshinden, 11-1 本宿町 古新田 11-1	Mutsuna Gakku Shimin Home Mutsuna Minami, 1-2-1 六名南 1-2-1	Renjaku Gakku Shimin Home Uo-chō, 1-4 魚町 1-4	Toyotomi Gakku Shimin Home Kashiyama-chō, Yamanokami, 10-1 壺山町 山ノ神 10-1
Hokubu Chikiki Kōryū Center Nishi Kuramae-chō, Kihira, 45-1 西蔵前町 季平 45-1	Selbu Chikiki Kōryū Center Yahagi-chō, Sorijo, 45-1 矢作町 尊所 45-1	Ida Taikukan Iga-shimimachi, 10-3 伊賀新町 10-3	Okazaki-Shi Taikukan Mutsuna-honmachi, 7 六名本町 7

Local de Evacuação de Área Ampla (em Casos de Terremoto)

Chūō Sōgō Kōen Kōryū-chō, Tōge, 1 常陸寺町 峠 1	Higashi Kōen Kakemachi, Ōyamada, 1 久町 大山田 1	Minami Kōen (uma parte em reparo ~2026) Wakamatsu-chō, Kayabayashi, 1-1 若松町 豊林 1-1	Okazaki Jō Kōen Kōsei-chō, 561-1 康生町 561-1
--	---	---	--

※Ao pesquisar o endereço por aplicativos de mapa ou pela internet, em frente ao endereço que está na lista acrescenta [Okazaki-shi (Se for em japonês 岡崎市)] . É possível checar quais os locais de abrigos e locais de abrigos de área ampla que foram liberados, no [kinkyū bosai mēru] .

As mensagens de emergência de prevenção de desastres estão disponíveis também nos seguintes idiomas :

Inglês, português, chinês(simplificado), chinês (tradicional), yasashii nihongo



避難所
広域避難場所
〇〇小学校
〇〇公園

避難場所
指定避難場所
〇〇中学校
〇〇公民館

〇〇会館
(etc.)

Procure placas de sinalização que estejam com as ilustrações ou palavras acima

Locais de Abrigo Definidos, Locais de Abrigo Definidos de Emergência da Cidade de Okazaki

Atago Shōgakkō	Azukizaka Shōgakkō	Daijūji Shōgakkō	Daimon Shōgakkō
Iga-chō, Atagoyama, 1 伊賀町 愛宕山 1	Tosaki-chō, Fujibasami, 13-5 戸崎町 藤旗 13-5	Kamoda-chō, Hiromoto, 31 鴨田町 広元 31	Daimon, 4-4-1 大門 4-4-1
Tsueta Shōgakkō	Fujikawa Shōgakkō	Fukuoka Shōgakkō	Hadanashi Shōgakkō
Eta-chō, Tsugatsuguri, 71-1 恵田町 三月ヶ入 71-1	Fujikawa-chō, Nishimachi Kita, 44 藤川町 西北北 44	Fukuoka-chō, Nishi Ichinaka, 3 福岡町 西仲中 3	Hadanashi-chō, Sedota, 2 秦梨町 世土田 2
Hane Shōgakkō	Hirohata Shōgakkō	Hosokawa Shōgakkō	Ida Shōgakkō
Hane-chō, Iiwaki, 24-2 羽根町 池脇 24-2	Hirahata-chō, 11-1 広幡町 11-1	Hosokawa-chō, Ishida, 45 細川町 石田 45	Ida-chō, Baratsubo, 4-3 井田町 菱坪 4-3
Iwazu Shōgakkō	Jōnan Shōgakkō	Katano Shōgakkō	Kitano Shōgakkō
Iwazu-chō, Sarudō, 24-2 岩津町 串草 24-2	Jōnan-chō, 1-11 城南町 1-11	Sekuragata-chō, Nakajima, 13 桜形町 中嶋 13	Kitano-chō, Yamashta, 1-1 北野町 山下 1-1
Miai Shōgakkō	Midorigaoka Shōgakkō	Mishima Shōgakkō	Miyazaki Shōgakkō
Okamachi, Minami Ishihara, 30 西町 南石原 30	Miai-chō, Sawatari, 12 美合町 沢渡 12	Myōdaiji-chō, Ikegami, 1 明大寺町 池上 1	Ishihara-chō, Kojiro, 9 石原町 古城 9
Motojuku Shōgakkō	Mutsumi Chūbu Shōgakkō	Mutsumi hokubu Shōgakkō	Mutsumi Nanbu Shōgakkō
Motojuku-chō, Sanbonmatsuri, 14-1 本宿町 三本松入 14-1	Shimo Aono-chō, dojiri, 71 下青野町 井戸尻 71	Doi-chō, Sumiyaki, 2 土井町 炭焼 2	Nakajima-chō, Shimo Inoue, 9-1 中島町 下井ノ上 9-1
Mutsumi seibu Shōgakkō	Mutsuna Shōgakkō	Natsuyama Shōgakkō	Neishi Shōgakkō
Akashibu-chō, Dōhon, 33 赤浜町 道本 33	Mutsuna, 3-2-1 六名 3-2-1	Natsuyama-chō, Hosoda, 7-1 夏山町 細田 7-1	Kakemachi, Ishigasaki, 1-2 欠町 石ヶ崎 1-2
Odaira Shōgakkō	Okazaki Shōgakkō	Aichi Kyōiku Daigaku fuzoku Okazaki Shōgakkō	Okutono Shōgakkō
Odaira-chō, Hiwaba, 25-1 生平町 鶴場 25-1	Harisaki-chō, Furo, 1 針崎町 7-0 1	Rokku-chō, Hachikan, 15 六供町 八重 15	Okutono-chō, Nakanishi, 73-2 奥野町 仲西 73-2
Otagawa Shōgakkō	Renjaku Shōgakkō	Ryūgai Shōgakkō	Shimoyama Shōgakkō
Ōhira-chō, Nakamichi, 17 大平町 中道 17	Jōhoku-chō, 4 城北町 4	Ryusenji-chō, Matsumoto, 34-4 惠泉寺町 松本 34-4	Hokkyū-chō, Ichiba, 16 保久町 市場 16
Tatsumigaoka Shōgakkō	Tokiwa Shōgakkō	Tokiwa higashi Shōgakkō	Tokiwa minami Shōgakkō
Tatsumi-dai, 1-1 竜臺台 1-1	Taki-chō, Iinotani, 3-4 滝町 入ノ谷 3-4	Yonegouchi-chō, Sōsaku, 32 米河内町 惣作 32	Taguchi-chō, Iwamoto, 12-4 田口町 岩本 12-4
Toyotomi Shōgakkō	Ueji Shōgakkō	Umezono Shōgakkō	Yahagi higashi Shōgakkō
Kashiwama-chō, Nishinosawa, 3 榎山町 西之沢 3	Ueji, 3-31 上地 3-31	Inaguma-chō, 4-68-1 稲穂町 4-68-1	Yahagi-chō, Kiredo, 28 矢作町 切戸 28
Yahagi Kita Shōgakkō	Yahagi Minami Shōgakkō	Yahagi nishi Shōgakkō	Yamanaka Shōgakkō
Hashime-chō, Nishi-Tōyama, 9-2 橋目町 西森山 9-2	Daiwa-chō, Nishijima, 13 大和町 西島 13	Uto-chō, Chōai, 40 宇頭町 長合 40	Maigi-chō, Tenjingoshi, 1 舞大町 天神越 1
Aoi Chugakkō	Fukuoka Chugakkō	Iwazu Chugakkō	Jōhoku Chugakkō
Iga-shinmachi, 31-1 伊賀新町 31-1	Fukuoka-chō, Igui, 3 福岡町 井伏 3	Higashi Kuramae, 2-36 東蔵前 2-36	Jōhoku-chō, 3-1 城北町 3-1
Kawai Chugakkō	Kita Chugakkō	Kōzan Chugakkō	Mikawa Chugakkō
Onharazawa-chō, Uedaira, 7 茅原沢町 上平 7	Kamisato, 1-10 上里 1-10	Nakanamichi, Kitano Higashi, 20-1 中町 北野東 20-1	Maruyama-chō, Hesama, 4-1 丸山町 ハサマ 4-1
Minami Chugakkō	Mutsumi Chugakkō	Mutsumi Kita Chugakkō	Nukata Chugakkō
Tosaki-chō, Noguro, 8-1 戸崎町 野群 8-1	Shimo Aono-chō, dojiri, 72 下青野町 井戸尻 72	Inai-chō, Rokutan, 2 井内町 六反 2	Kashiyama-chō, Harashinden, 88 榎山町 原新田 88
Aichi Kyōiku Daigaku fuzoku Okazaki Chugakkō	Ryūkaei Chugakkō	Ryūnan Chugakkō	Shinkayama Chugakkō
Myōdaiji-chō, Kuribayashi, 1 明大寺町 栗林 1	Myōdaiji-chō, Kuribayashi, 48-1 明大寺町 栗林 48-1	Midorigaoka, 2-17 緑丘 2-17	Kuwabara-chō, Ōsawa, 20-86 桑原町 大沢 20-86
Shonan Chugakkō	Tōkai Chugakkō	Tokiwa Chugakkō	Yahagi Chugakkō
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

Caso estiver em casa

- Caso as águas estejam quase entrando em sua casa desligue a chave geral e refugie-se em um local seguro.
- Pode haver a possibilidade de corte de água, sendo assim procure encher a banheira com água.
- Caso seja perigoso ficar em casa e tenha que sair, leve calça, sapato de sola grossa (as botas de cano longo podem acumular água ficando pesadas), jaquetas grossas, uma vara longa (e o kit de emergência se tiver preparado)

Caso estiver dentro de algum estabelecimento

- Siga as instruções dos funcionários. Caso não tenha funcionários que possam orientar como refugiar
- Afaste-se das entradas e saídas [Não empurre, não corra, não fale, não volte, não chegue perto] e refugie-se nos andares superiores.
 - Não utilize o carrinho de bebê, pois os elevadores podem não estar funcionando.

Caso estiver fora de casa

- Mesmo que a água esteja na altura do tornozelo (20cm), se a correnteza for forte não é possível andar, evacue imediatamente.
- O motor do carro para quando a água atinge 30cm.
- Se a água atinge mais que a altura do joelho (50cm) não é possível andar. Não vá para o abrigo, evacue para um local mais alto como o andar superior ou terraço de algum prédio próximo (ou no próprio prédio onde mora).
- Se estiver dirigindo, ligue o pisca alerta e pare o carro em locais elevados, espaçosos e seguros como estacionamentos ou acostamentos, desligue o motor e refugie-se.

☆Transbordamentos repentinos dos rios [Flash flood]

- Logo após chover nas proximidades dos rios, existe a possibilidade de ocorrer uma inundação repentina “flash flood”. Fique longe do rio imediatamente.
- Se por ventura você for pego e arrastado pela enchente, proteja a cabeça e as costas com roupas e flutue de costas com os pés voltados para a mesma direção do fluxo .

Palavras chave

- ①浸水 “shinsui” : Quando a água entra no imóvel devido a chuva e transbordamento.
[A água entrou na casa (床上浸水 “Yuka-ue Shinsui”)]
- ②冠水 “kansui” : Quando ruas, parques, arrozais ou campos ficam cobertos pela água, devido à chuva e transbordamento. [Perguntar se as ruas estão cobertas com água (道路は決んでいますか “Dōro wa shizunde-imasu ka?”)]
- ③フラッシュフッド “flash flood” : Quando as águas dos rios aumentam repentinamente devido as chuvas nas montanhas [Avisar que alguém está sendo levado pela correnteza (人が流されています “Hito ga nagasarete-imasu!”)]
- [Alertar sobre transbordamento (川から離れてください “Kawa kara hanarete kudasai!)]

Cuidados a serem tomados ao se refugiar

Perigos da casa	Momento da evacuação	Local de refúgio
Inundação Área de suspeita de inundação ☐ sim ☐ não → Qual a profundidade de imersão da casa? [m ~ m] Áreas que precisam de evacuação antecipada ☐ sim ☐ não	Nível 3 de alerta ☐ A casa está em uma área de evacuação para idosos e outros ☐ Há pessoas que levam um tempo maior para se refugiar como grávidas ou com crianças pequenas Nível 4 de alerta ☐ A casa está em uma área sujeita a ordem de evacuação	Local de refúgio ☐ Andar superior na residência [andar] ☐ Na casa de parentes • amigos [] ☐ Local de refúgio definido [] ☐ Outros []
Deslizamentos Área de alerta (especial) a deslizamento de terra ☐ sim ☐ não → ☐ Área de alerta a deslizamento de terra ☐ Área de alerta especial a deslizamento de terra	Nível 3 de alerta ☐ Há pessoas que levam um tempo maior para se refugiar como grávidas com crianças pequenas Nível 4 de alerta ☐ A casa está em uma área sujeita a ordem de evacuação	Local de refúgio ☐ Andar superior na residência [andar] ☐ Na casa de parentes • amigos [] ☐ Local de refúgio definido [] ☐ Outros []

Vamos usar a discagem de mensagem em caso de desastres naturais

Teclar 1 7 1

Para gravar tecle 1

Teclar o número do telefone da pessoa que está no abrigo

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

Gravar

Para ouvir tecle 2

Ouvir

Use para a comunicação entre os membros da família, para confirmar a segurança de conhecidos e informá-los sobre sua situação atual e o que pretende fazer

Regras do abrigo

- Todos os usuários deverão respeitar a ordem, fazer a sua parte e colaborar.
- Água e alimentação para o dia a dia são limitadas. Se for possível trazer, traga e procure economizar.
- Prestar atenção às pessoas que precisam de cuidados especiais como feridos, gestantes, idosos e outros.
- Respeitar a privacidade de cada um, cuidado com os pertences e informações pessoais.
- Respeitar a separação do lixo, e procure conservar a limpeza do local de descarte.
- Conservar a limpeza dos banheiros e locais de uso comunitário.
- Avisar sem falta o encarregado caso for para casa, local onde se encontra a família • amigo ou para outro abrigo.

Cuidado com a saúde mental

- Dormir e acordar cedo • pegar o sol da manhã • comer em horários definidos, procurando ter um ritmo certo de vida.
- Estar informado através da internet, rádio ou conversando frequentemente com os staffs do local
- Comunicar com as pessoas ao redor através de brincadeiras simples.
- Procure relaxar, comendo doces e bebidas que gosta.
- Seja cuidadoso ao dançar • cantar • desenhar • tirar fotos etc. para não perturbar os outros.

Higiene e saúde

- Para manter a higiene e prevenir a propagação de doenças, procure lavar as mãos, fazer gargarejo e usar máscara.
- A higiene bucal é importante, escove bem os dentes.
- Procure limpar regularmente os locais onde usa água, como banheiro, a pia do banheiro, cozinha. Prestar muita atenção à excreção e ao descarte de resíduos.
- Verifique diariamente se está com febre e se está se sentindo bem ou não.
- Exercite-se e faça alongamento todos os dias.

A vida no abrigo é difícil pois muitas pessoas vivem juntas em um local apertado, não podendo tomar banho e com os artigos de primeira necessidade limitados.

Se o local onde mora estiver seguro fique em casa, se puder contar com a família ou amigos que possam acolhê-lo, more com os mesmos.

Se não tem outra escolha a não ser ficar no abrigo, respeite as regras e modos.

Palavras chave

- ① 具合が悪い “guai ga warui” : Não está se sentindo bem, está se sentindo mal
 ② 薬 “kusuri” : remédio ③ 食べ物 “tabe-mono” : Comida
 ④ 飲み水 “nomi-mizu” : água que dê para beber ⑤ トイレ “toire” : banheiro
 ⑥ 医者 “isha” : médico ⑦ アレルギー “arerugi” : alergia
 ⑧ ○○はどこですか “○○ wa doko desu ka?” : Onde é ○○?
 ⑨ ○○はありますか “○○ wa arimasu ka?” : Tem ○○?

110 é o número da polícia

Perdidos • desaparecimento, roubo • furto, acidente de trânsito e outros

• [Aconteceu algo ?] (Nani ga arimashitaka?)

Acidente (jiko) ou incidente (jiken)

• [Quando ?] (Itsudesuka?)

Quanto tempo atrás (horas e minutos) aconteceu

• [Onde ?] (Dokodesuka?)

Endereço atual, edifício próximo, n° do poste ou outros

• [Sobre o bandido] (Hanninwa dōnatteimasuka?)

Estavam em quantos • cor da roupa • aparência • idade • para que lado fugiu?

• [Qual foi o dano ?] (Higaiwa dō desuka?)

Grav de lesão, o que foi roubado, testemunha ocular e outros

• [Seu nome e endereço ?] (Anatano namae to jishōwa?)

Nome, endereço e contato de quem ligo

Disque 119 para incêndio e emergência

Incêndio, desmoronamento de prédio, ferimento, doença e outros

• [Incêndio ? Emergência ?]

Necessita socorro para incêndio ou emergência

• [Qual o endereço ?]

Endereço atual, edifício próximo, n° do poste ou outros

• Kyūkyū emergência : [Aconteceu algo ?]

Idade, quem, quando e o que aconteceu. Outros sintomas, se está consciente, respiração, etc.

• Kaji incêndio : [Onde e o que está queimando]

Que quarto • em que parte • o que está queimando

• Kaji : [Algum ferido ou que não conseguiu fugir ?]

Que quarto • qual a idade • quem • o que está fazendo

• [Seu nome e endereço ?]

Nome, endereço e contato de quem ligo

Outros números úteis

188	Orientação ao consumidor	0120-988-091	Orientação em caso de apagão
189	Denúncia e orientação sobre maus tratos infantil	#9110	Orientação policial
#7119	Orientação sobre a necessidade de chamar ambulância	#9910	Discagem de emergência rodoviária
0564-21-5151	Central do corpo de bombeiros	0564-21-1133	Central de informações médicas
0564-58-0110	Delegacia de polícia de Okazaki	0564-23-6777	Central de medidas contra desastres naturais de Okazaki

Preparar-se para um terremoto

Medidas que podem ser tomadas em casa

Colar fitas adesivas na janela



Encher a banheira com água



Preparar-se para evacuar



Para evitar a dispersão de cacos de vidro quando portas ou janelas são quebradas

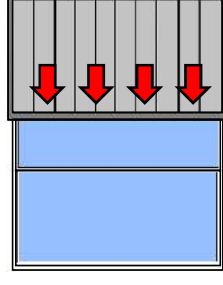
Para se preparar no caso de corte de água

(Para lavar a louça ou dar a descarga no vaso sanitário)

Prepare o kit de emergência e suprimentos de emergência

Outros...

- Se estiver perto de montanha, rio, ou em terra baixa evacue com antecedência para poder se esquivar de enchentes
- Se as janelas da casa possuírem proteção externa “shattā” ou porta corredeira de proteção “amado” fechá-las.
- Em casos de blackout, deixar preparado antecipadamente fósforos, isqueiros, lanternas, pilhas, velas e outros.
- Deslocar o carro para andares mais alto de estacionamentos e cobrir com uma capa.
- Se o tufão se aproximar, procure desligar a chave geral.



Medidas que podem ser tomadas no dia a dia

- Colocar as bicicletas e carrinhos de bebê para dentro de casa
- Lembrar-se dos locais ao redor de casa que possam inundar mesmo com pouca chuva
- Limpar as calhas e valas ao redor da casa
- Participar dos treinamentos de prevenção de desastres realizados no trabalho ou no bairro
- Conversar com a família e filhos, com quem mora junto e realizar treinamentos de refúgio

Palavras chave

- ①養生テープ “yōjō tēpu” : Fitas resistentes. Pode ser utilizado para proteger a janela.
 ②雨戸 “amado”, シャッター “shattā” : proteção de metal que serve para revestir as janelas ou vidros
 ③ブレーカー “burēkā” : Chave geral. No caso de trovão, terremoto ou tufão deixe desligado.

Caso estiver em casa ou em outro prédio

☆Shake out (Oportunidade para aprender como garantir a segurança em caso de terremoto)

**agachar****esconder****segurar**

- Fique longe das janelas ou armários, agache no chão, se esconda debaixo da mesa, segure os pés da mesa.
- Se não houver local para se esconder, agache perto de alguma coluna ou do muro mais próximo e proteja a cabeça.
- Se estiver no elevador, aperte os botões de todos os andares e desça no andar que parar. Se ficar preso aperte o botão de emergência, peça socorro e aguarde agachado.

Caso estiver fora de casa

- Fique longe dos muros de concreto, prédios ou postes e vá para um local espaçoso.
- Segure as crianças pequenas.
- Se estiver dirigindo ligue o pisca alerta, leve o carro para um local espaçoso e seguro e desligue o motor.

Palavras chave

①地震 “jishin” : Terremoto(それぞれの言語の呼称になります)

②避難 “hinan” : Fugir para um local seguro

[Local de refúgio (Onde é o local de refúgio ? “Hinan-jo wa doko desu ka?”)]

[Na dúvida se vai para o local de refúgio (É melhor ir para o local de refúgio? “Hinan shita hou ga ii desu ka?”)]

[Quando o funcionário dá orientações (Siga as orientações “Hinan shiji ni shitagatte kudasai.”)]

③倒壊 “tōkai” : Quando casas, prédios, ruas e outros são danificados

④落下物 “rakka-butsu” : Objetos que caem dos edifícios e outros. Perigoso se atingir a cabeça.

Como socorrer quem está sem sentidos

Verifique se a pessoa está consciente dizendo alto 「Tudo bem?」(daijobu desuka?) e batendo nos ombros. Se estiver sem sentidos coloque-a em um local seguro e deite-a de costas. Verifique se está respirando checando o movimento do peito e barriga e se está saindo ar do nariz e boca. Se a pessoa está inconsciente e não está respirando, preste os primeiros socorros da seguinte maneira.

**DEA e N°119**

Entre as pessoas que estão à volta designar.

- ①Aquele que irá ligar para 119
- ②Aquele que irá procurar o defibrilador (DEA).

**Abrir a via aérea, respiração artificial**

- ①Abaixar a cabeça, levantar o queixo, abrir a boca.
- ②Realizar a respiração boca a boca.
- ③Quando o ar que assoprou sair, repetir o processo.

**Massagem cardíaca**

- ①Abra a palma da mão direita e segure-a com a mão esquerda.
- ②Fazer pressão contra o peito da vítima.
- ③De 100 ~ 120 vezes por minuto, com 5 cm de profundidade.

**A ambulância leva cerca de 10 minutos para chegar**

- ①Repetir a respiração artificial e a massagem cardíaca até a chegada da ambulância.
- ②Se encontrar um desfibrilador DEA, use-o e continue socorrendo.

Palavras chave

①意識不明 “ishiki fumei” : Não se move, mesmo chamando ou balançando a pessoa não tem reação.

[Alertar as pessoas a volta que há uma pessoa inconsciente (この人意識ありません “Kono hito, ishiki arimasen”)]

[Alertar as pessoas a volta que não está respirando (呼吸していません “Kokyū shiteimasen”)]

②DEA “AED” : Aparelho que checa a batida cardíaca, e o cura se for necessário.

[Pedir para pegar o DEA (AED 取ってください！ “AED totte kudasai!”)]

[Pedir para ligar para 119 (119 番通報してください “Hyaku-ju-kyū ban tsuhō shite kudasai”)]

[Informar que irá ativar o choque elétrico (皆さん離れてください “Minasan hanarete kudasai”)]

Ferimentos • Lesões

- Fazer com que a vítima fique em repouso, deixando-a sentada ou deitada.
- Dentre as pessoas que estão a volta designar uma para
 - ① Ligar para 119 e outra para
 - ② Procurar a volta alguém que seja da área médica
- Se o ferimento for grave estancar o sangue.
 - ① Utilizar gaze ou lenço e fazer pressão com força no local que estiver sangrando.
 - ② Se o sangue não estancar mesmo pressionando o local, aperte com força ou amarre a parte que fica entre o ferimento e o coração.
 - ③ Se o ferimento for profundo devido perfuração, não retirar o objeto espetado, apertando os lados.
- Se o objeto já foi retirado, cubra o ferimento com gaze e pressione-o para estancar o sangramento.
- Se for golpe ou pancada, deitar o ferido.
 - ① Se o impacto for na cabeça, não movê-la
 - ② Se o impacto for no corpo, resfriar a área afetada

Fratura

Existem dois tipos de fraturas: fraturas completas, nas quais o osso está completamente quebrado e a fraturas incompletas onde o osso está trincado ou quebrado, se houver a menor suspeita de fratura, agir da seguinte maneira.

Fratura interna (Quando a fratura ocorre internamente sem o rompimento da pele)

- ① Descansar todo o corpo e área afetada.
 - ② Imobilizar a área afetada (tirar antecipadamente luvas e meias).
- Se a área afetada estiver torta não tente endireitar, imobilize-a da mesma maneira.

Fratura exposta (Quando a fratura é mais grave rompendo a pele, com hematomas e sangramento).

- ① O procedimento é o mesmo da fratura interna acrescentando a necessidade de estancar o sangramento.
- ② Não recoloque ossos que estejam fora da pele.

Deteção precoce de AVC 「ACT FAST」

Face (rosto)	Arms (braço)	Speech (fala)	Time
 Não tem expressão facial, assimetria facial	 Ao levantar os braços, somente um lado desce	 Dificuldade para falar, emitir som	 Se encontrar um destes sintomas, ligue 119!

Caso estiver em casa

- Deixar aberta a porta de entrada/saída da casa.
- Use sapatos de sola grossa, chapéu ou capacete, luvas de trabalho ou luvas.
- Feche os registros de gás e desligue a chave geral.
- Pegue o kit de emergência.
- Quando estiver perigoso ficar em casa, deixar um lembrete antes de ir para o abrigo dizendo 「Quem, quando e para onde vai」, refugie-se em um local espaçoso como um parque ou estacionamento, e prepare-se para os tremores secundários.

Caso estiver dentro de algum estabelecimento

Siga as instruções dos funcionários. Caso não tenha funcionários que possam orientar como refugiar.

- Proteja a cabeça com chapéu, bolsa ou outros.
- Ao se refugiar siga esta regra 「Não empurre, não corra, não volte, não chegue perto」.
- As condições das estradas podem estar ruins, deixe o carrinho do bebê e carregue-o no colo para se refugiar.

Caso estiver fora de casa

Cuidado, as ruas podem ser perigosas pois podem cair objetos, haver queda de prédios ou postes, deslizamento de terras,

- Refugie-se temporariamente em um local espaçoso como um parque ou estacionamento, e prepare-se para os tremores secundários.
- Ao sair do carro para se refugiar, desligue o motor.
- Se você for deixar seu carro na estrada, deixe as chaves no contato para que as equipes de resgate possam removê-lo.

Quando os tremores secundários diminuírem

- Verifique as informações sobre os tremores secundários pela rádio ou internet.
- Verifique se a sua casa está segura, e se for possível voltar normalmente procure continuar em casa.
- Caso a casa ficar destruída, se for possível leve o kit de emergência e mantimentos para o abrigo.

Palavras chave

①余震 "yoshin" : Quando ocorre novamente um terremoto.

②震度 "shindo" : Intensidade sísmica no Japão.

☆Intensidade sísmica e tremores



Pertences de valor

- | | |
|--|---|
| ☐ Cópia do zairyū card | ☐ Cópia da caderneta do banco |
| ☐ Cópia do passaporte | ☐ Dinheiro vivo |
| ☐ Cópia do cartão do seguro saúde | ☐ Certificado de inspeção veicular, contratos e outros |

Produtos de necessidades básicas

- | | | | |
|---|---------------------------------|---|--|
| ☐ Água potável 3L | ☐ 飲料水 3L | ☐ Alimento (bolas, biscoitos e outros) | ☐ 食糧 (飴、ビスケット等) |
| ☐ Vestuário, roupas de baixo | ☐ 衣類、下着 | ☐ Pasta e escova de dentes | ☐ 歯磨き粉、歯ブラシ |
| ☐ Toalha | ☐ タオル | ☐ Bolsa para portar água | ☐ 給水袋 |
| ☐ Lenço de papel | ☐ ティッシュ | ☐ Medicamentos de uso contínuo | ☐ 常備薬・処方薬 |

Itens úteis

- | | | | |
|---|-----------------------------------|---|------------------------------------|
| ☐ Lanternas, rádio | ☐ 懐中電灯、ラジオ | ☐ Isqueiro, vela | ☐ ライター、ろうそく |
| ☐ Pilha, bateria, recarregador | ☐ 電池、充電器 | ☐ Cobertor | ☐ ブランケット |
| ☐ Canivete multi uso | ☐ 防災用ナイフ | ☐ Máscara | ☐ マスク |
| ☐ Tesoura, estilete | ☐ ハサミ、カッター | ☐ Aquecedor corporal descartável | ☐ 使い捨てカイロ |
| ☐ Apito de segurança | ☐ 防犯ホイッスル | ☐ Linha, corda, linha de pesca | ☐ 紐、ロープ、釣り糸 |
| ☐ Caneta, caderno | ☐ ペン、ノート | ☐ Sacos de lixo, banheiro portátil | ☐ ゴミ袋、携帯トイレ |

Itens de emergência

- | | | | |
|---|---|--|--------------------------------|
| ☐ Band-aid | ☐ 絆創膏 | ☐ Gaze | ☐ ガーゼ |
| ☐ Antipirético, analgésico | ☐ 解熱、鎮痛剤 | ☐ Atadura | ☐ 包帯 |
| ☐ Epinefrina | ☐ エピペン | ☐ Fitas médicas | ☐ 医療テープ |
| ☐ (Deixar em um local de fácil acesso) | ☐ Um pano grande | | ☐ 大きな布 |

Outros

- | | | | |
|--|---------------------------------|---|------------------------------------|
| ☐ Absorventes higiênicos | ☐ 生理用品 | ☐ Cópias de cartões de consulta médica | ☐ 診察券のコピー |
| ☐ Artigos de bebê | ☐ 赤ちゃん用品 | ☐ Cópia da caderneta de medicamentos | ☐ お薬手帳のコピー |
| ☐ Caderneta da mãe e da criança "boshi techō" | ☐ 母子手帳 | ☐ Sabão, desinfetante | ☐ 石鹸、消毒液 |
| ☐ Artigos para idosos | ☐ 高齢者用品 | ☐ Lenço umedecido | ☐ ウェットティッシュ |

Deixar preparada uma mochila de emergência com estoque para cada pessoa e deixe em local de fácil acesso.



Deixar a mochila de emergência na entrada



Deixar a mochila de emergência juntamente com os estoques



Deixar preparada a mochila de emergência também no carro

Mantenha sempre os seguintes itens na área de armazenamento de sua mochila de emergência.

- | | | | |
|--|----------------------------------|--|----------------------------------|
| ☐ Capacete de proteção | ☐ 防災ヘルメット | ☐ Sapato de sola grossa | ☐ 厚底の靴 |
| ☐ "gunte", luvas | ☐ 軍手、手袋 | ☐ Bengala ou vara longa | ☐ 杖や長い棒など |
| ☐ Lanternas | ☐ 懐中電灯 | ☐ Capa de chuva | ☐ レインコート |
| ☐ Blusa grossa | ☐ 厚手の上着 | ☐ Banheiro portátil | ☐ 簡易トイレ |
| ☐ Esteira de piquenique | ☐ レジャーシート | ☐ Saco à prova de odor | ☐ 防臭袋 |

Maneira de usar o extintor



Tirar o pino de segurança amarelo



Direcione a mangueira para a base do fogo



Apertar a alavanca com força

O que fazer em caso de incêndio

- Se o fogo se alastrar para o teto refugie-se imediatamente.
 - Priorizar o refúgio de idosos, crianças, grávidas e doentes, e se for possível ajudá-los.
 - Não se preocupar com roupas ou pertences, refugie-se logo e não retorne ao local.
 - Para evitar gases nocivos, mantenha uma postura baixa, mantenha a calma ao se refugiar.
 - Se alguém se atrasar para fugir, informar o corpo de bombeiros imediatamente.
- ※Para não se perder ao evacuar, procure deixar sempre preparado os itens necessários, e realizar treinamentos para que possa se refugiar a qualquer momento.



Apertar o botão de emergência com força por cima do vidro



Procurar a placa de saída de emergência



Tapar a boca e o nariz com um lenço umedecido

Palavras chave

- ①非常ボタン “hijō botan” : Botão que deve ser apertado em caso de incêndio ou emergência para avisar as pessoas que estão a sua volta
[Perguntar onde está o botão de emergência (非常ボタンはどこですか “Hijō botan wa doko desu ka?”)]
- [Pedir para apertar o botão de emergência (非常ボタンを押してください “Hijō botan wo oshite kudasai”)]
- ②非常口 “hijō-guchi” : Saída ou caminho utilizado para evacuação em caso de incêndio ou terremoto
[Perguntar onde fica a saída de emergência (非常口はどこですか “Hijō-guchi wa doko desu ka?”)]
- ③Disque 119 “hyaku-jū-kyū ban tsūhō” : Ligue para o corpo de bombeiros e peça um carro do corpo de bombeiros ou uma ambulância
[Pedir para que liguem para 119 (119 番通報してください “Hyaku-jū-kyū ban tsūhō shite kudasai”)]

Tsunami

Não há necessidade de se preocupar com tsunami na cidade de Okazaki, mas caso você estiver próximo ao mar,

- Se houver um terremoto forte que dure mais de 20 segundos é grande a probabilidade de ocorrer um tsunami.
- Se a água está recuada, evacuar imediatamente para um local alto.
- Entre em edifícios ou refúgios e se afaste das janelas e portas.
- Ouça as notícias pela rádio ou internet e espere até que a segurança seja anunciada.



Edifício de evacuação de tsunami



Abrijo para se refugiar do tsunami

Deslizamentos de terra

- Refugiar-se assim que for anunciado o aviso de deslizamento de terra na área onde você reside.
- Se houver algum dos fenômenos abaixo, refugiar-se imediatamente.
Desmoronamento : Queda de pedregulhos, surgimento de rachadura água jorrando pela encosta.
Fluxo de lama e detritos : Queda no nível de água do rio, o rio fica turvo e surgimento de madeira flutuante.
Deslizamento de terra : Ocorre rachadura no solo. Mudança repentina no nível de água nas lagoas, etc.

☆Liquefação

Nas áreas onde é provável ocorrer [liquefação], quando as águas subterrâneas, lama, areia, etc., entram em erupção devido ao tremor do solo, tomar cuidado pois postes e edifícios podem desabar.

☆Situação das estradas

Após um forte tremor existe a possibilidade de desmoronamento de estradas, bloqueio de estradas devido a queda de objetos ou dispersão de materiais perigosos. Ao sair de casa, não use carro, bicicleta ou carrinho de bebê, ao andar tome cuidado olhando bem para o chão.



Palavras chave

- ①津波 "tsunami" : Ondas perigosas que avançam do mar para a terra, após ocorrer um terremoto. [Perguntar se há "tsunami" (津波は来ていますか "Tsunami wa kite-imasu ka?")]
[Perguntar onde fica o local de refúgio (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" : Possibilidade de não conseguir passar pelas ruas ou estradas pois as mesmas podem rachar ou árvores podem cair.
[Perguntar se é possível passar pela rua (道路は通れますか "Dōro wa tōremasu ka?")]

Medidas que podem ser tomadas em casa

Haste fixadora "tsupparibō"



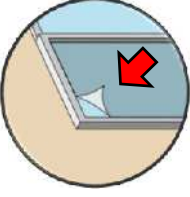
Evita a queda de móveis altos

Trava



Evita que as louças caiam dos armários

Película anti estilhaço



Evita que os vidros das janelas e portas se estilhaçam

Evitar quedas



Reduzir o risco de queda de objetos que estejam sobre móveis altos



Outros...

- Deixar mochilas com kit de emergência, sapato, blusa, capacete, próximos a uma mesa onde possa se esconder quando ocorrer um terremoto.
- Não obstruir as passagens de casa, para que estejam livres na hora da fuga
- Para se preparar caso ocorrer um terremoto enquanto dorme, reorganize os móveis e objetos

Medidas que podem ser tomadas no dia a dia

- Além da mochila com o kit de emergência, colocar a parte itens que possam ser usados para primeiros socorros como band-aid, medicamentos de uso contínuo, lenços umedecidos ou máscara.
- Além de cartão de crédito e smartphone, tenha sempre dinheiro vivo.
- Se possuir carro, carregar uma bolsa de emergência com água, comida, uma muda de roupa e um kit de primeiros socorros.
- Participar de treinamentos de prevenção de desastres naturais realizados pela empresa, pelo bairro ou outros.
- Conversar com a família, filhos, com as pessoas que moram junto e realizar treinamentos de refúgio.

Palavras chave

- ①耐震 "taishin" : Resistência em relação a abalos sísmicos
[Perguntar a resistência do local em relação a abalos sísmicos (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" : Medidas de precaução ao terremoto
- ③地震対策グッズ "jishin taisaku gudzū" : Artigos de medidas de precaução ao terremoto
- ④防災訓練 "bōsai kunren" : Treinamentos de refúgio, de manuseio do extintor e de segurança