

# EMERGÊNCIA (TERREMOTOS)



ポルトガル語

## ■ Terremotos (地震)

O Japão é um dos países do mundo onde mais ocorrem terremotos. Em janeiro de 1995, ocorreu um grande terremoto na província de Hyogo e arredores, que causou imensos danos e prejuízos. Além disso, existem regiões como, por exemplo, a região de Tokai, onde se prevê a ocorrência de um grande terremoto em um futuro próximo. Pode-se reduzir os danos do terremoto ao mínimo possível mediante suficiente preparativo no dia-a-dia, e tomadas de atitudes adequadas na ocorrência de um terremoto.

Assim, é muito importante estar sempre prevenido e ter em mente os conhecimentos básicos de procedimentos na ocorrência de um terremoto.



## ■ Preparação do dia-a-dia (日頃の備え)



### 1) Fixação dos móveis e prevenção contra queda de objetos

Fixe os móveis e verifique se não há perigo de queda de objetos. Deixe sempre à mão almofadas, cinelos, apropriados para andar sobre assoalho com estilhaços de vidro, e fita adesiva de tecido larga, para consertar locais danificados. Escolha o quarto de dormir mais seguro contra terremotos.

### 2) Armazenamento de água e mantimentos suficientes

Como aconteceu no Grande Terremoto de Kobe (Hanshin-Awajishima), o problema maior na ocorrência de um acidente é a obtenção de água e comida. Por isso, deixe armazenados água e mantimentos suficientes para pelo menos 3 dias. A quantidade de água necessária é de 3 litros/pessoa por dia. Prepare água engarrafada, água mineral, etc. Recomenda-se, também, deixar água acumulada na banheira (ofurô), para usar na extinção de incêndio no seu início, ou na descarga do banheiro. Quanto a alimentos, armazene conservas, pão seco, arroz Alfa (arroz seco que pode ser ingerido acrescentando-se água quente ou fria), biscoitos, etc. Verifique o prazo de validade dos mesmos e substitua-os quando necessário.



### 3) Preparação de lanterna e rádio portátil

Providencie, de antemão, uma lanterna e um rádio portátil, muito úteis na hora do refúgio e para obter informações sobre o terremoto. Verifique, regularmente, a condição das pilhas e prepare, também, pilhas sobressalentes. É recomendável manter roupas e um estojo de primeiros socorros sempre à mão.

### 4) Necessidade de reunião da família no caso de um desastre natural

É muito importante que cada membro da família entenda o seu papel e responsabilidades no caso de um desastre natural e que o método de comunicação seja confirmado.

É também útil confirmar a localização e a direção dos centros de refúgio no caso de haver necessidade de evacuação.

### 5) Distância de locais perigosos

Tenha em mente os locais que apresentam perigo em caso de terremotos, tais como muros de blocos, máquinas de venda automática, etc., e não se aproxime destes locais na ocorrência do cismo. Tome cuidado, também, com vidros das janelas de edifícios.

## Os 10 mandamentos para se preparar contra o terremoto (地震の心得10か条)

### ① Em primeiro lugar, proteja-se a si mesmo

Proteja-se entrando embaixo de uma mesa ou uma escrivaninha sólida.



### ② Apague imediatamente todas as fontes de fogo

Não entre em pânico – apague todas as chamas abertas calma e rapidamente. Tenha sempre muito cuidado com fogo.



### ③ Abrir portas e janelas para garantir uma saída

Isto é imprescindível principalmente para quem mora em prédios de apartamentos.



### ④ No caso de ocorrência de incêndio, tente extingui-lo de qualquer forma

Se o fogo não tiver atingido o teto, pode-se extinguir o fogo com um extintor de incêndio, pedindo em voz alta, a colaboração dos vizinhos.



### ⑤ Não saia precipitadamente à rua

Mesmo em um terremoto de grande escala, o tremor violento ocorre por apenas um minuto aproximadamente. Deve-se fechar a chave principal da electricidade antes da fuga.

### ⑥ Não se aproxime de ruelas estreitas, muros

Caso você estiver em um local perigoso, afaste-se imediatamente desse lugar.



### ⑦ Tome cuidado com desmoronamentos, avalanches, tsunami (vagalhões) e inundações

Caso você estiver em encosta de montanha, ladeira íngreme ou em região à beira-mar, refugie-se imediatamente para um local seguro.

### ⑧ Refugie-se a pé, carregando o mínimo necessário

Não utilize nunca automóvel para se refugiar; faça-o sempre a pé. Leve o mínimo necessário para não dificultar a locomoção. Certifique-se de qual é o refúgio na zona onde você reside.

### ⑨ Resgate de emergência mediante a colaboração de todos

Se houver muitas vítimas com ferimentos, a equipe médica de resgate poderá ficar sobrecarregada e não ter capacidade de responder a todas as chamadas. Faça resgates de emergência com a colaboração de todos.

### ⑩ Mantenha a ordem e tome cuidado com a higiene

Em caso de emergência, não tome atitudes egocêntricas, e aja mantendo a ordem. Além disso, tome bastante cuidado com a higiene.



ひなんばしょ  
**Refúgios(避難場所)**

Aturalmente, incluindo as escolas, estão determinados 40 refúgios no total. Dentre os refúgios, 7 são denominados “Refúgios de Grande Extensão” paracasos de incêndios de grande escala.

Na frente das escolas ou nas ruas, normalmente encontram-se as placas com o mapa que indica a forma de acesso aos “Refúgios de Grande Extensão” (foto 1). Recomenda-se caminhar e confirmar a forma do acesso aos refúgios, para não ficar transtornado no momento de emergência.

Os refúgios equipados com o sistema de iluminação por energia solar para uso noturno estão indicados, em postes, como “Refúgio com Sistema de Iluminação” (foto 2), para haver facilidade de distinguí-los, mesmo de noite. Como se utiliza do sistema de energia solar, mesmo que a cidade sofra o corte de energia elétrica, o refúgio continuará abastecido.



**Vamos Participar do Treinamento de Prevenção a Catástrofes**

O Japão é um país onde a qualquer momento poderá ocorrer um grande terremoto. Aproveite a oportunidade para participar uma vez deste treinamento, para que fique mais alerta no dia a dia sobre catástrofes que possam vir a ocorrer, e para que toda a sua família esteja preparado no momento de qualquer inesperado. Alimentos de emergência serão presenteados aos participantes.



Data: 29 de agosto (domingo) das 9:30 às 12:00  
 Local: Parque Atlético Geral “Sogo Undo Koen”  
 Informações: Sala de Prevenção a Catástrofes da Cidade de Yachiyo  
 “Yachiyo-shi Sogo Bosai-ka” Tel. 047-483-1151

さいがいじ ひなんばしょいちらん  
**Lista dos refúgios no caso de desastre (災害時の避難場所一覧)**

| Lugares de refúgio  | Endereço                       | Áreas destinadas   | Nota |
|---|--------------------------------|--|------|
| Escola Primária de Oowada   | Kayada-machi 628               | Oowada e Kayada-machi  | ○    |
| Escola Primária de Oowada-Minami  | Oowada 628                     | Oowada   | ○    |
| Escola Ginásial de Oowada   | Kayada-machi 645               | Kayada, Kayada-machi e Yurinokidai 1 e 2 chome   | ○    |
| Escola Ginásial de Kayada   | Yurinoki-dai 7-8-1             | Yurinoki-dai 5 e 7 chome   | ○    |
| Escola Primária de Oowada Nishi   | Oowada Shinden 409-3           | Oowadashinden  | ○    |
| Jardim das Rosas de Keisei  | Oowada Shinden 755             | Oowada Shinden e Midorigaoka   |      |
| Escola Primária de Niikido  | Midorigaoka 2-4                | Oowada Shinden, Midorigaoka e Yoshihashi   | ○    |
| Escola Primária de Midorigaoka  | Yoshihashi2357                 | Oowada Shinden, Midorigaoka e Yoshihashi   |      |
| Escola Ginásial de Takatsu, Escola Primária de Takatsu e áreas de ambas as regiões escolares                                    |                                | Oowada Shinden e região de Takatsu Danchi  | ◎○   |
| Escola Primária de Kayada   | Yurinoki-dai 6-20              | Yurinoki-dai 3,4,6, 8 chome e Kayada   | ○    |
| Escola Primária de Kayada-Minami  | Yurinoki-dai 3-7-3             | Yurinoki-dai 1,3 chome e Oowada Shinden  | ○    |
| Escola Primária de Minami Takatsu   | Takatsu 421-3                  | Takatsu Danchi e Takatsu   | ○    |
| Escola Primária de Nishi Takatsu  | Takatsu 832-38                 | Takatsu Danchi e Oowadashinden   | ○    |
| Escola Ginásial de Higashi Takatsu  | Takatsu 1092                   | Takatsu e Takatsu Higashi  | ○    |
| Escola Ginásial de Yachiyo  | Yachiyo-dai Kita 14-9-1        | Yachiyo-dai Kita 14 a 17 chome e Takatsu   | ○    |
| Campo Esportivo da IBM  | Yachiyo-dai Kita 11 chome      | Yachiyo-dai Kita 4 e 8 a 13 chome  | ◎    |
| Parque Yachiyo-dai Dai Ichi Koen  | Yachiyo-dai Kita 3-9-1         | Yachiyo-dai Kita 2,3,5,e 8 chome   |      |
| Escola Primária de Yachiyo-dai- Nishi   | Yachiyo-dai Nishi 7-23-1       | Yachiyo-dai Nishi 6,7 chome e Yachiyo-dai Kita 7 chome   | ○    |
| Escola Ginásial de Yachiyo-dai Nishi  | Yachiyo-dai Nishi 7-23-3       | Yachiyo-dai Nishi 5 a 8 chome e 10 chome   | ○    |
| Bosque Municipal (Shimin no Mori) de Yachiyo-dai Nishi  | Yachiyo-dai Nishi 9 chome      | Yachiyo-dai Nishi 4 e 9-chome  |      |
| Bosque Municipal (Shimin no Mori) de Yachiyo-dai Minami   | Yachiyo-dai Minami 3 chome     | Yachiyo-dai Minami 1 a 3 chome   |      |
| Escola Primária de Yachiyo-dai Higashi  | Yachiyo-dai Higashi 2-5-1      | Yachiyo-dai Higashi 1 a 4 chome  | ○    |
| Escola Primária de Dai Ni Yachiyo-dai Higashi   | Yachiyo-dai Higashi 6-26-1     | Yachiyo-dai Higashi 3 a 6 chome  | ○    |
| Escola Primária de Yachiyo-dai  | Yachiyo-dai Nishi 1-8          | Yachiyo-dai Nishi 1 a 3 chome e Yachiyo-dai Kita 1, 6, e 7 chome   | ○    |
| Parque Esportivo Geral de Yachiyo   | Kayada-machi 253               | Kayada-machi, Murakami e Kayada  | ◎    |
| Colégio Yachiyo   | Katsuta-dai Minami 1-1-1       | Katsuta-dai 1 e 2 chome, Katsuta-dai Minami 1 a 3-chome , Katsuta, uma parte de Murakami, Shimo Ichiba, Shimo Ichiba 1 e 2 chome | ◎    |
| Escola Primária de Katsuta-dai  | Katsutadai 2-14                | Katsuta-dai 1, 2 e 7-chome   | ○    |
| Parque Katsuta-dai Chuo Koen  | Katsutadai 3-31                | Katsutadai 3 e 4 chome   |      |
| Escola Ginásial de Katsuta-dai  | Katsuta-dai 3-1                | Katsuta-dai 3,4 chome e Katsuta  | ◎○   |
| Escola Primária de Katsuta-dai Minami   | Katsutadai 5-9                 | Katsutadai 5 e 6 chome, Katsuta  | ○    |
| Escola Primária de Murakami   | Murakami Danchi Bloco 1        | Murakami Danchi e Murakami   | ○    |
| Escola Ginásial de Murakami   | Murakami 1643-55               | Murakami e Murakami Danchi.  | ○    |
| Escola Ginásial de Murakami Higashi, Escola Primária de Murakami Higashi, Parque Ryokuchi Koen, Toda região do Parque Chuo Koen |                                | Murakami Danchi e Kami kouya   | ◎○   |
| Escola Primária de Murakami Kita  | Murakami Danchi Bloco 3        | Murakami Danchi e Murakami   | ○    |
| Escola Primária de Aso  | Yonamoto 2586                  | Yonamoto, Shimo koya   | ○    |
| Escola Primária de Yonamoto Minami  | Yonamoto 2301                  | Yonamoto Danchi  | ○    |
| Escola Primária de Yonamoto   | Yonamoto 1386-6                | Yonamoto Danchi e Yonamoto   | ○    |
| Casa do Ambiente Natural para Jovens  | Hoshina 1060-2                 | Hoshina, Kano e Horinouchi   |      |
| Escola Primária de Mutsu  | Kannou 176                     | Kano, Shimada, Sounohashi e Mugimaru   | ○    |
| Escola Ginásial de Mutsu  | Shimada-dai 756                | Shimadadai, Yoshihashi, Osaki e Sounohashi   | ○    |
| Universidade de Shumei  | Makino 210                     | Makino, Shimada-dai, Sayama, Hirado, Imonokubo e Koike   |      |
| Campo de Treinamento Militar de Narashino   | Zona de Yachiyodai-Kita 9chome | Região de Yachiyo-dai, Takatsu, Takatsu Danchi e Oowada shinden  | ◎    |

◎Refúgio de grande extensão

○Equipado com poços de água e depósito de armazenamento