ポルトガル語

Proteger a Própria Vida (Socorro Próprio)

～ Está preparado para casos de emergência? ～ Setor de Medidas de Prevenção de Desastres de Toyokawa

No caso de ocorrência de um grande desastre natural, para a proteção das próprias vidas, é muito importante ter consciência do balanceamento dos seguintes itens: 1)Estar preparado para proteger a própria vida por si só= 70%; 2) Proteger-se com a ajuda mútua da vizinhança= 20%; 3) Obtenção de auxílio de órgãos públicos= 10%. E logo após a ocorrência do desastre, não será possível o auxílio imediato de órgãos públicos, por isso, é muito importante preparar-se para proteger a própria vida antecipadamente. Por isso, vamos nos preparar para os casos de desastres, verificando esse panfleto.

Os objetos de emergência deverão ser preparados com antecedência

Aconselha-se deixar preparado, no mínimo, os objetos essenciais que serão necessários logo após a ocorrência de desastres, colocando-se numa bolsa, com antecedência. O peso máximo é 15 kg para homens, e 10 kg para mulheres.

★Aconselha-se preparar, no mínimo, os objetos citados abaixo!

- ☐Água potável
- ☐Comidas de emergência (p/ 3 dias)
- ☐Rádio portátil
- ☐Lanterna (c/ pilhas de reserva)
- ☐Saco de plástico
- ☐Produtos de higiene íntima feminina
- ☐Roupas, luva de pano, óculos
- ☐Toalha, lenço de papel, lenço umedecido
- ☐Capa de chuva, guarda-chuva, casacos
- ☐Fósforo, isqueiro
- ☐Remédios, caderneta de remédios, etc.
- ilme plástico
- ☐Caneta, lápis
- ☐Jornais
- ☐Objetos de valor (dinheiro, caderneta bancária, carteira de habilitação, carteira de seguro de saúde, inkan, etc.)
- ☐Escova de dente
- ☐Solução de higiene bucal, etc.

No caso de família que possua bebês ou gestantes

Aconselha-se acrescentar também os objetos citados abaixo.

Objetos diários

- ☐Fralda descartável
- ☐Mamadeira (comum e descartável)
- ☐Lenço umedecido
- ☐Canguru para carregar bebê
- ☐Cobertor
- ☐Capa para amamentação
- ☐Boshi techo
- ☐Lenço de gaze
- ☐Roupas de crianças
- ☐Absorvente para seios
- ☐Brinquedos
- ☐Copo e talheres descartáveis
- ☐Carteira de seguro de saúde e assistência médica às crianças (originais ou cópias)

Alimentos

- ☐Papinha (industrializada)
- ☐Leite em pó, água potável
- ☐Lanchinho
- ☐Alimentos para crianças alérgicas,etc.

No caso de família que possua idosos ou pessoa que está sendo cuidada

Aconselha-se acrescentar também os objetos citados abaixo.

Objetos diários

- ☐Alimentos
- ☐Fralda descartável, etc.
- ☐Remédios (doença crônica)
- ☐Bengala, dentadura, óculos para presbiopia
- ☐Telefones de familiares
- ☐Anotação de dados pessoais
- ☐Carteira de deficiência
- ☐Solução para lavar dentaduras
- ☐Produtos necessários para cuidados especiais
- ☐Aparelhos auditivos

As medidas contra terremoto em casa foram concretizadas?

Vamos realizar os preparativos para casos de ocorrência de terremoto, verificando-se o grau de risco através da tabela abaixo.

Verificação do grau de risco em casa

No.	Pontos a serem verificados	Check
1	No caso de estar morando em uma casa de madeira que foi construída antes de maio de 1981: já foi realizada a avaliação de capacidade sísmica.	
2	A geladeira e as estantes estão fixadas com as medidas contra queda.	
3	Não possui móveis que possam tombar no dormitório.	
4	Está evitando colocar móveis altos e que possam tombar na sala de estar.	
5	Está evitando colocar móveis que possam tombar ou ser removidos ao redor da entrada principal, portas de cada quarto e corredor.	
6	Não possui objetos perigosos em cima das prateleiras.	
7	Os aparelhos eletrodomésticos (televisão, computador, etc.) estão fixados.	
8	Possui um local seguro dentro de casa mesmo se houver móveis caídos devido ao grande tremor.	
9	As janelas estão com a proteção contra o estilhaçamento.	
10	Está evitando usar o aquecedor com querosene num local que há facilidade de ocorrer queda de móveis ou queima de objetos caídos.	
11	Os objetos de emergência estão preparados num local que podem ser levados facilmente.	

***Aconselha-se verificar os pontos citados acima periodicamente.**

Utilize o Toyokawa Anshin Mail!

TOYOKAWA ANSHIN MAIL é um serviço de envio de informações via e-mail pela cidade de Toyokawa. Se cadastrar o e-mail do computador ou celular, serão enviadas as informações sobre desastres naturais, meteorológicas, incêndios, criação de crianças, cultura, idosos e informações em línguas estrangeiras. O cadastro pode ser realizado gratuitamente (contudo, a taxa de acesso e de recebimento de tais mensagens deverá ser paga pelos usuários). As informações meteorológicas, tais como o alerta de chuva forte, tempestade ou tsunami, serão enviadas automaticamente após o anúncio da Agência Meteorológica do Japão. Este serviço é destinado tanto para telefones celulares como computadores.

Modo de cadastro

(1) Enviar uma mensagem ao seguinte e-mail sem textos por um celular: toyokawa@entry.mail-dpt.jp
(2) Receber uma mensagem para o cadastro.
(3) Acessar o site designado na mensagem e clicar a política de privacidade.
(4) Assinalar os itens de informações que deseja receber: “防災” (desastres), “気象” (meteorológicas), “火災” (incêndio), International Mail, “子育て” (criação de crianças), “文化” (cultura), “高齢者” (idosos).
(5) Concretizar o cadastro.
*Se receber a mensagem “本登録完了のお知らせ” no seu e-mail, o cadastro será concretizado.

とよかわ安心メール
登録用QRコード

※バーコードの認識できる携帯電話を
お持ちの方は、上のQRコードをご利用ください。

Serviço de Mensagem em Caso de Desastres “171”

Quando ocorrer um desastre, o sistema telefônico tornará-se congestionado. Para a verificação do estado de segurança, utilize o “Serviço de Mensagem em caso de Desastres” da NTT ou das companhias telefônicas de celulares.

Modo de utilização

Gravar uma mensagem (máximo 30 segundos)
Disque 171→1→Discar o nº de telefone
Escutar uma mensagem (máximo 30 segundos)
Disque 171→2→Discar o nº de telefone
*No caso de pessoas da área afetada, discar o nº de telefone, e no caso de pessoas de outras áreas, discar o nº de telefone da pessoa desejada da área afetada.

Itens importantes a serem verificados com a família

Os pontos importantes devem ser conversados e combinados em família para casos de ocorrência de terremoto. E o modo de contato no caso de ocorrência durante o trabalho ou a escola também deve ser verificado antecipadamente.

□Verificação da função de cada membro
• Determinar a função de cada membro no caso de ocorrência de terremoto.
□Verificação dos locais perigosos da casa
• Verificar e arrumar os locais perigosos, assim como a telha ou a antena.
• Fixar as plantas da varanda para não caírem.
□Manter um local seguro em casa
• Tomar certas medidas contra a queda de móveis.
• Tomar certas medidas contra o estilhaçamento de vidros de janela.
□Verificação dos objetos de emergência
• Deixar preparado os objetos necessários para o refúgio.
• Verificar o modo de conservação e o prazo de utilização.
□Verificação do modo de contato e local de refúgio
• Deixar combinado o modo de contato quando os membros da família não estiverem juntos. • Verificar o local de refúgio.
• Verificar o percurso de refúgio.

Vamos tomar certas medidas contra a queda de móveis.

© いなりん

É importante deixar tomado as medidas contra desastres naturais com antecedência.

Contato: Prefeitura de Toyokawa -Setor de Medidas de Prevenção de Desastres Telefone: 0533-89-2194