

Medidas contra tempestades e inundações


As chuvas torrenciais e ventos fortes já nos causaram grandes danos por várias vezes.

Fique atento às informações meteorológicas no dia a dia e cooperar com os demais quando houver necessidade de se refugiar.



As medidas de segurança na nossa casa nestas ocasiões.

Captar as informações de chuvas torrenciais !

Critérios de emissão do Aviso, Alerta e Alerta Especial de chuvas torrenciais	Aviso de chuvas fortes	Alerta de chuvas fortes	Alerta especial de chuvas torrenciais
	Quando há previsão de ocorrência de desastres devido às fortes chuvas.	Quando há previsão de ocorrência de desastres graves devido às fortes chuvas.	Quando há previsão de ocorrência de tufões e chuvas torrenciais com grande volume de chuva do tipo que ocorrem uma vez em várias décadas.
Juntamente com os citados acima, serão anunciados o aviso e o alerta de inundação. A Agência Meteorológica poderá rebaixar temporariamente os critérios para emissão do aviso e alerta de chuvas fortes (padrão do índice pluviométrico do solo) das municipalidades atingidas por tremores fortes, considerando o afrouxamento do solo devido ao terremoto.			

Intensidade e a forma como sopram os ventos

(Velocidade média do vento: m/s)

10 m/s até abaixo de 15 m/s

Dificuldade de andar contra o vento. Não conseguirá usar guarda-chuva.



15 m/s até abaixo de 20 m/s

Não conseguirá andar contra o vento. Algumas pessoas poderão cair com a força do vento.

20 m/s até abaixo de 25 m/s

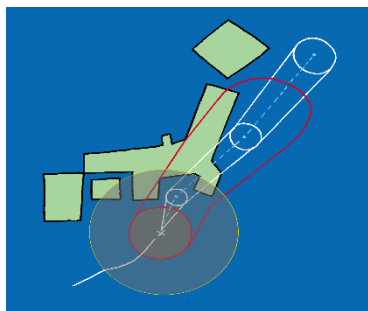
Você cairá se não proteger o seu corpo. Os vidros das janelas quebrarão com objetos trazidos pelo vento.

Acima de 25 m/s

Não conseguirá se manter em pé. É perigoso fazer algo fora da casa, edificação. As árvores começam a tombar arrancadas pela raiz.



Tufão



Vários tufões se aproximam ou atingem o Japão todos os anos, causando grandes danos com frequência.

Fique atento às informações sobre tufão quando há previsão de aproximação e prepare-se para evitar danos.



Critérios de determinação do tamanho e intensidade dos tufões

Tamanho	Raio c/veloc. acima de 15m/s	Intensidade	Veloc. Máx.do vento
Grande	De 500 km até abaixo de 800 km	Forte	De 33m/s até abaixo de 44m/s
Extremamente grande	Acima de 800 km	Extremamente forte	De 44m/s até abaixo de 54m/s
		Violento	Acima de 54m/s

Chuvas torrenciais localizadas

As chuvas torrenciais são chuvas intensas com grande volume d'água e ocorrem repentinamente de forma concentrada sobre uma determinada área, em curto espaço de tempo. Ocorrem frequentemente no final da estação de chuvas. A previsão deste tipo de chuva é relativamente difícil, por isso, é necessário prestar muita atenção às informações meteorológicas e tomar todas as medidas possíveis, pois poderá causar grandes danos como o transbordamento dos rios de pequeno e médio porte, além de deslizamento de terra, desabamento de encostas entre outros.



Atenção às informações meteorológicas da TV ou rádio.



Voltar cedo para casa, comunicar-se com os familiares e preparar-se para emergência.

Atenção à divulgação das prefeituras e organizações de prevenção de desastres.



Assegurar mantimentos como água potável e alimentos para no mínimo 3 dias, se possível, para 1 semana.

Preparar lanterna, rádio portátil, entre outros, preparando-se para falta de energia.



Deslocar os móveis para um local alto, preparando-se para inundação.



Deixar preparado os itens para levar consigo na hora da emergência.



Em área de risco, faça preparativos para poder evacuar a qualquer hora.

Inundação, entre outros

Existem 2 tipos de inundações causadas pelo aumento das chuvas:

1. **Inundação de água externa** – Inundação decorrente do transbordamento do rio ou pelo rompimento de barragem.
2. **Inundação de águas interiores** - Alagamento a partir dos canais subterrâneos da cidade que não dão conta de drenar a água das chuvas.



1. Inundação de água externa

Inundação causada pelo aumento do volume da água do rio devido a concentração da água da chuva que provoca o transbordamento ou rompimento das barragens do rio.

Este tipo de inundação requer o máximo de cuidado porque o nível da água aumentará rapidamente.



2. Inundação de águas interiores

Inundação causada pelo acúmulo de água da chuva que caiu no próprio local ou pelo fluxo de água proveniente dos arredores que, ao superar a capacidade de escoamento, acaba alagando a área mais baixa.

Este tipo de inundação requer cuidado porque é muito difícil de emitir o alerta e as informações de evacuação em tempo certo, com precisão.



Volume de chuva de 1 hora e a situação de ocorrência de desastres

Chuva levemente forte
10 a 20 mm/h

Formará poças de água e terá dificuldade de ouvir o que os outros falam. Se prolongar é preciso ter cautela.



Chuva forte
20 a 30 mm/h

Chuva forte do tipo que molha mesmo com guarda-chuva. Fique atento às informações da previsão pela TV ou rádio, e se for previsto o prolongamento, prepare-se para refugiar-se.

Chuva intensa
30 a 50 mm/h

Chuva intensa, como se tivesse virado um balde d'água. Aumenta a possibilidade de ocorrer deslizamento de terra em montanhas e desabamento de encostas. Prepare-se para evacuar.

Chuva extremamente intensa
50 a 80 mm/h

Chuva que cai como uma cachoeira e os respingos fazem com que tudo ao redor fique esbranquiçado. Os rios de pequeno e médio porte irão transbordar, aumentando a possibilidade de gerar danos por inundação.

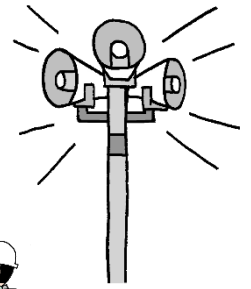
Chuva violenta
Mais de 80 mm/h

Sentirá pressão sufocante e medo. É necessária uma vigilância rigorosa, pois existe uma grande possibilidade de ocorrer uma grande catástrofe.

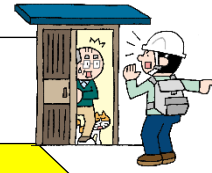
Ações importantes durante o tufão e inundação

Verifique os meios para obter as informações de evacuação que serão anunciadas pela cidade (site da prefeitura, anúncio pelo rádio ou alto-falante de prevenção de desastres).

As informações que serão anunciadas:

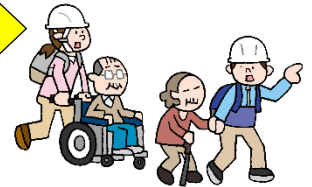


Quando o anúncio da Recomendação de Refúgio / Ordem de Refúgio (emergência) for presumido.



Preparar para evacuação / Iniciar evacuação de idosos entre outros

- ◆ As pessoas que necessitam de tempo para evacuar, tais como: **pessoas idosas, com deficiência, crianças pequenas entre outros**, devem começar a evacuar.
- ◆ Os demais, **preparem-se para evacuar**.



Quando a ocorrência de danos decorrentes de desastres e aumento da possibilidade de gerar vítimas for presumida.

Recomendação de evacuação

- ◆ **Vá imediatamente para o abrigo.**
- ◆ Se estiver numa situação em que é mais perigoso sair de onde está, **abrigue-se no lugar mais seguro de onde se encontra.**



Quando houver agravamento da situação, com ocorrência de desastre e aumento extremo de risco à vida humana.

Ordem de evacuação (Emergência)

- ◆ Quem não evacuou ainda, **vá urgentemente para o abrigo.**
- ◆ Se estiver numa situação em que é mais perigoso sair de onde está, **abrigue-se no lugar mais seguro de onde se encontra.**



*1. Fique atento, nem sempre será anunciado nesta ordem. Além disso, mesmo que estas informações não tenham sido anunciadas, comece a evacuação quando sentir que há risco à sua vida.

Deslizamento de terra

Quando sentir alguma anormalidade, evacue imediatamente !

Os desastres de deslizamento de terra ocorrem subitamente e tem uma imensa força destrutiva que, num instante, destrói propriedades e acaba tirando muitas vidas.

Podemos classificá-los em 3 tipos:

Tipos de deslizamento de terra

Desabamento de encostas

- ◆ Desabamento repentino do talude (encosta) devido ao enfraquecimento da resistência do solo pela absorção da água.

O tipo de desastre natural que mais ocorre no Japão são os de deslizamentos de terra que ocorrem também nas proximidades de moradias e muitas pessoas acabam perdendo as suas vidas sem conseguir fugir.



Deslizamento de terra

- ◆ É um fenômeno que acontece devido à chuva intensa em terreno geologicamente frágil onde uma parte do talude cede e escorrega devido à saturação por efeitos da água subterrânea e a gravidade.

Causa danos extensos por ocorrer de uma só vez em ampla área envolvendo moradias, estradas, ferrovias entre outros.



Corrida de detritos

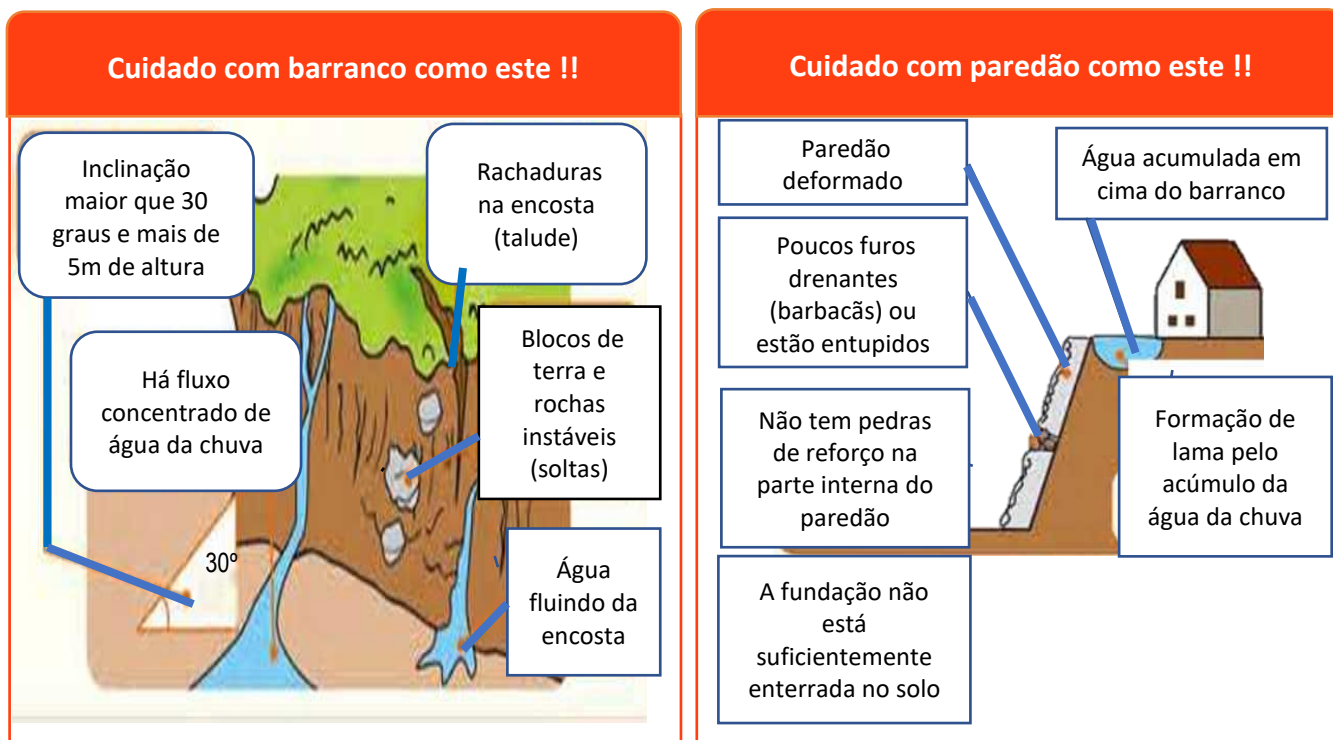
- ◆ É uma forma rápida de movimento de massa em que as terras, rochas e areias acumuladas no vale ou em taludes escoam de uma vez, em uma velocidade avassaladora e uma força imensa por talude abaixo junto com a água da chuva.

Sairá engolindo e destruindo tudo que tiver na direção do escoamento



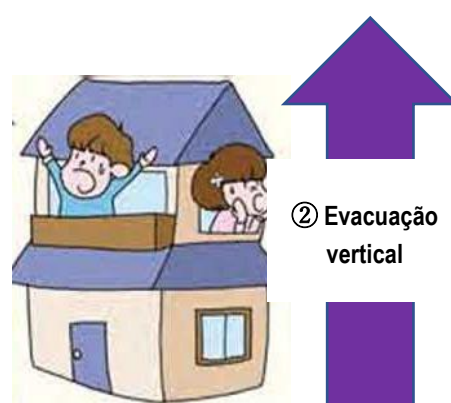
Vamos verificar os locais perigosos

Uma encosta íngreme (barranco) com mais de 30 graus de inclinação é um local de alto risco com possibilidade de desabamento pela chuva. Além disso, assim como os barrancos, os paredões de prevenção de desmoronamento de aterros também têm risco de desmoronar, dependendo da sua estrutura e tempo decorridos desde a sua construção. Tenha sempre o cuidado de observar os arredores da casa para verificar se não há locais perigosos.



Ações importantes na hora da evacuação

1. Evacuar para o sentido horizontal (evacuação horizontal) em relação à direção do fluxo de detritos ou desabamento de encosta.
2. Quando sentir que é perigoso sair de casa, para evacuar no meio da noite ou debaixo de chuva intensa, considere evacuar para o andar mais alto (evacuação vertical) de uma edificação sólida ou abrigue-se num cômodo do 2º andar ou mais que fique no lado oposto da montanha.
3. **Quando for anunciada a informação de chuva torrencial em tempo recorde, evacue o mais rápido possível.**



Informações sobre tornados

Tornados são fenômenos como estes:

- Tornado é um redemoinho intenso que ocorre associado às nuvens cumulonimbus desenvolvidos.
- Se manifesta como nuvem em forma de funil ou uma coluna de ar.
- Surgem associados à tempestades intensas, frentes frias e baixa pressão.
- Concentra-se numa área estreita em pouco tempo e causa enormes danos. Os danos são localizados e concentra-se em área estreita de algumas dezenas a algumas centenas de metros em alguns quilômetros de comprimento.
- A velocidade de deslocamento pode ser extremamente rápida em alguns casos. Entre os tornados ocorridos no passado, já houve tornado que se deslocou numa velocidade aproximada de 90Km/h (25m/s).

Características frequentes na formação do tornado:

- Aproximação de nuvens escuras que escurece os arredores repentinamente.
- Ouvirá trovões e verá relâmpagos.
- Sentirá ventos frios.
- Começará cair chuva forte ou granizos.



Quando o tornado se aproximar.

Tome ações imediatas para se proteger. O ideal é se abrigar dentro de uma edificação sólida.

Se tiver dentro de um edifício

- Afaste-se da janela.
- É perigoso ficar debaixo ou nas proximidades de janelas grandes de vidro.

Se estiver ao ar livre

- Abrigue-se dentro de uma edificação sólida. Evite depósitos, garagens, pré-moldados (construção temporária), entre outros, que são locais perigosos.
- Afaste-se de postes e árvores grandes que possam quebrar.

Informações sobre tornados

<http://www.jma.go.jp/jp/tatsumaki>

As informações de tornados são anunciadas para alertar em relação a rajadas de vento violentos devido a tornados, downburst (corrente de ar descendente) entre outros. **A validade da informação é de 1h a partir do anúncio**, mas se a situação que requer atenção continuar, a informação de tornados será anunciada novamente. Essas informações serão comunicadas para organizações de prevenção de desastres e agência de notícias, assim como anunciadas na página de “informações meteorológicas” do site da Agência Meteorológica do Japão.

Se houver sinais de aproximação de nuvens cumulonimbus, vá para dentro de uma edificação sólida para garantir a sua segurança.

Nowcast* de ocorrência de tornado

Agência Meteorológica do Japão/Informações meteorológicas para prevenção de desastres

*Previsão imediata do tempo

Constante
(a cada 10 min.)

É possível saber as áreas detalhadas através da previsão imediata do tempo. As áreas com alta possibilidade de ocorrer rajadas de vento forte são expressas em **dois níveis de precisão**.

Pelo Computador

<http://www.jma.go.jp/jp/radnowc/>



Para ver através de um dispositivo móvel, acesse o centro de informações para prevenção de desastres do Ministério do Transporte, Terra e Infraestrutura (para dispositivo móvel) e selecione “Nowcast - previsão imediata do tempo”

Medidas contra terremoto - O que fazer !?

Manual de ações ao longo do tempo quando ocorrer um terremoto. (Quando estiver dentro da casa / edificação)



Terremoto!

1 a 2 minutos

O abalo inicial forte dura cerca de 1 minuto

- Em primeiro lugar, garanta a sua segurança (proteja a sua cabeça com algo que tenha por perto, como uma almofada)
- Desligue o fogo (desligue a válvula do gás, a tomada, o aquecedor)
- Quando julgar ser perigoso ficar dentro de casa, abrigue-se rapidamente num lugar seguro fora de casa.

Quando o tremor cessar

Verifique o fogo - Se tiver um foco de incêndio, mantenha a calma e execute o combate inicial a incêndio. * O limite do combate inicial a incêndio é quando a chama chegar ao teto.

Verifique a segurança dos familiares - Verifique se não estão presos debaixo de móveis que tombaram.

Calce os sapatos - Haverá cacos de vidros espalhados dentro de casa. Calce sapatos ou chinelos de sola grossa.

Quando for evacuar, tome cuidado com telhas, muros de blocos, máquinas de venda automática etc.

3 minutos

Verifique se todos estão a salvo - previna a ocorrência de incêndio Comunique-se com os vizinhos

- Ajude os vizinhos - Assegure a segurança das pessoas com necessidade de cuidados.
- Verifique se não tem ninguém desaparecido.
- Verifique se não há pessoas feridas.

Prevenção de incêndio / combate inicial a incêndio

- Combate inicial a incêndio.
- Use o extintor de incêndio.
- Use almofadas, cobertores e toalhas grandes.
- Cuidado com curto-circuito e vazamento de gás - desligue a válvula do gás e a chave geral de energia.
- Fique atento com os abalos secundários.
- Mutirão com revezamento de balde - Mantenha a banheira cheia de água (porém, se tiver crianças pequenas na casa, é necessário prevenir queda para dentro da banheira).



5 minutos

Ligue o rádio para obter informações

- Avisar em voz alta.
- Resgate e salvamento.
- Verifique as informações das organizações oficiais e de grupos voluntários de prevenção de desastres.
- A comunicação por telefone deve priorizar as emergenciais.
- Não se deixe enganar por farsa (fake News).
- Como regra geral, não use carro para evacuar.



10 minutos
↓
Algumas horas
↓
3 dias

Colabore nas atividades de combate ao fogo, resgate e salvamento

- Aguarde ajuda bebendo e comendo os alimentos do mantimento de emergência (tenha sempre uma reserva de mantimentos como água potável e alimentos para no mínimo 3 dias, se possível, para 1 semana).
- Coletar informações de desastres e danos.
- Não force, não se confie.
- Mantenha a banheira cheia de água. (principalmente os moradores de apartamentos em prédio alto).
- O senso de ajuda mútua é importante nestas horas.
- Não entre em casas danificadas.



Manual de ações ao longo do tempo quando ocorrer um terremoto (Quando estiver fora da casa /edificação)

Se estiver na rua

- ◆ Não fique parado onde está, olhe em volta para ver se não há objetos perigosos que possam cair, como vidraça de janelas, placas, painéis etc., proteja a sua cabeça com bolsa ou alguma coisa, evacue para uma área aberta como, praça, parque, entre outros.
- ◆ Se não tiver área aberta, mantenha a calma para observar a situação dos arredores e desloque para um lugar mais seguro, longe de edificações.
- ◆ Mantenha-se distante de muros e máquina automática de vendas.
- ◆ Fique atento a cabos elétricos pendurados e postes prestes a tombar.



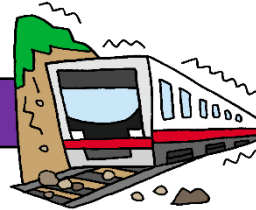
Se estiver dirigindo um veículo



- ◆ Segure o volante firmemente e reduza a velocidade aos poucos, pare no acostamento do lado esquerdo deixando espaço para o trânsito de veículos de emergência, desligue o motor.
- ◆ Mantenha a calma até cessar o tremor, observe a situação dos arredores e colete informações através do rádio do carro, celular.
- ◆ Se precisar evacuar, deixe a chave na ignição, não tranque a porta e evacue a pé (não esqueça de levar os documentos de registro do carro e objetos de valor).



Se estiver no trem



- ◆ Segure firmemente nas argolas ou no corrimão com as duas mãos.
- ◆ Mesmo que o trem pare, não abra a porta de emergência por conta própria para sair do vagão, nem pule da janela.
- ◆ Siga calmamente as instruções do condutor.



Ações a tomar na queda de um míssil balístico

Quando houver possibilidade de um míssil balístico atingir o Japão, o governo irá acionar o alerta e tocar a sirene através do rádio ou alto-falante de prevenção de desastres, além de enviar um e-mail com boletim de emergência com o fornecimento de informações.



Portal da Defesa Civil

Se a mensagem for emitida, mantenha a calma e tome ações para se proteger.

Combate ao incêndio

O que fazer!?

Nunca pense que vai conseguir extinguir sozinho, grite alertando os vizinhos sobre o incêndio e **disque 119 (Corpo de Bombeiros)** imediatamente. Se não conseguir extinguir no combate inicial a incêndio, evacue rapidamente.

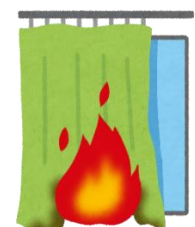
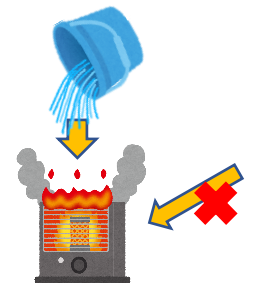


Três princípios no combate inicial ao incêndio

1 Alertar imediatamente	<ul style="list-style-type: none">◆ Grite: “KAJI-DA!!” e peça ajuda dos vizinhos. Se não conseguir gritar, bata em painéis etc., para que saibam que tem algo errado.◆ Mesmo que seja um foco pequeno, disque 119 (Corpo de Bombeiros) para notificar. O interessado deve combater o incêndio e pedir para quem estiver por perto para notificar ou acionar os bombeiros.	<p>KAJI!!! KAJI-DA!</p>
2 Extinguir rapidamente	<ul style="list-style-type: none">◆ Se for numa escala que dê para apagar dentro de três minutos a partir da hora que pegou fogo. O limite do combate inicial a incêndio é só até quando a chama chegar ao teto.◆ Não pense em apagar usando somente a água ou o extintor, use também almofadas para abafar batendo no fogo, cubra com cobertor ou o que tiver por perto.	
3 Fugir imediatamente	<ul style="list-style-type: none">◆ Quando o fogo passar para o teto, evacuar imediatamente.◆ Quando for evacuar, feche as janelas e portas do ambiente para não entrar ar.◆ Fuja em posição abaixada tapando a boca com máscara ou toalha para não inalar a fumaça contendo gases tóxicos como monóxido de carbono.	

Truques no combate inicial ao incêndio, origem do foco

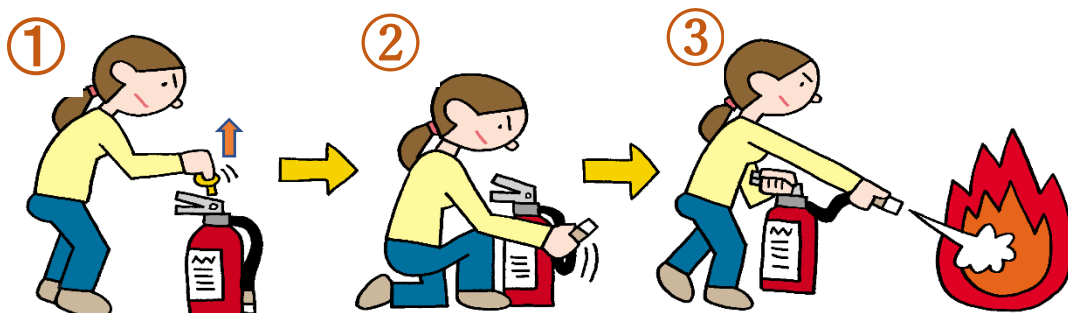
- ◆ **Panela com óleo quente:** **Estritamente proibido jogar água!** Se não tiver extintor de incêndio, **molhe uma toalha grande ou lençol** e cubra a panela a partir da sua frente para adiante para conter o ar.
- ◆ **Aquecedor a querosene:** Apague o fogo jogando água de uma vez a partir de cima (**nunca jogue na diagonal, pois o querosene poderá espalhar com o impacto da água aumentando o risco**). Se o querosene espalhar, cubra com cobertor e jogue água por cima do cobertor para apagar.
- ◆ **Vestimenta:** Se pegar fogo na vestimenta, um dos métodos de apagar é rolando pelo chão. Se for no cabelo, cubra a cabeça com roupa ou toalha (evite usar as de fibra sintética)
- ◆ **Banheiro:** Mesmo que perceba o foco de incêndio no banheiro, não abra a porta. Há risco de aumentar a intensidade do fogo quando entrar ar no ambiente. Feche a válvula do gás, abra a porta aos poucos e apague de uma só vez.
- ◆ **Produtos eletrônicos:** Há risco de levar descarga elétrica se jogar água. Primeiro, retire o cabo da tomada (se possível, desligue a chave geral) para depois apagar o fogo.
- ◆ **Cortinas e portas corredeiras:** Quando o fogo alastrar ao ponto de subir pelas cortinas ou portas, já não há tempo. Arranque a cortina, pise para afastar o foco de incêndio do teto para depois apagar.



Modo de usar o extintor de incêndio

No caso de extintor de pó / líquido reforçado

- ① Coloque o dedo na argola do pino de segurança e puxe para cima.
- ② Solte a mangueira que está preso para direcionar ao foco de incêndio.
- ③ Aperte a alavanca para jogar o jato.



Como segurar e apontar

- ◆ Vá para o lado contrário da direção do vento. Não tente enfrentar o incêndio.
- ◆ Abaixar-se ligeiramente. Mantenha a posição de forma a evitar o calor e a fumaça.
- ◆ Não se deixe enganar pelas chamas ardentes e pela fumaça, aponte o bico do extintor para o objeto em chamas e movimente para direita e esquerda como se varresse a raiz do fogo.



Instalação obrigatória de alarme de incêndio

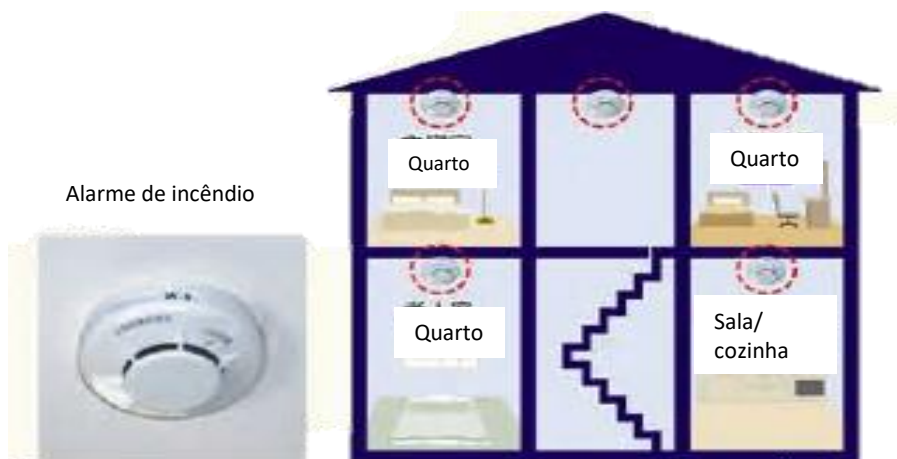
O ideal é a prevenção de incêndio!!

Através da revisão da Lei de Serviço de Bombeiros, tornou-se obrigatória a instalação de alarme de incêndio residencial.

- ◆ Desde 1 de Junho de 2006 (H18) para as novas construções.
- ◆ Desde 2 de Junho de 2009 (H21) para as construções já existentes.

Locais onde tornou-se obrigatória a instalação de alarme de incêndio residencial.

- ◆ **Nos quartos** - É necessário instalar em todos os quartos (são alvos os quartos onde dormem ou permanecem as crianças e idosos).
- ◆ **Escadas** - É necessário instalar no teto da escada de acesso aos quartos.
- ◆ **Cozinha** - Não é obrigatório, mas recomendamos a instalação.



Meios para obter informações

Verifique a forma para obter informações de desastres para não ser enganado por farsa (fake news) e garantir a tranquilidade! (durante a ocorrência de catástrofe é preciso ficar atento pelo risco de ocorrer desastre secundário decorrente de boatos e fake news)

Tranquilidade sempre

Mantenha contato com as pessoas da comunidade para aprofundar a compreensão mútua.

- ◆ **Rádio [atende também à deficiência visual]**
NHK 1 AM 594 kHz / NHK FM Mito 83,2 MHz
- ◆ **Televisão**
- ◆ **Internet, Smartphone**
E-mail com boletim de emergência (e-mail local)
- ◆ **Fax**
- ◆ **Serviço de e-mail [atende também à deficiência auditiva] *é necessário fazer o cadastro.**
Sobre os detalhes, confira no site da prefeitura municipal de Joso.
Enviaremos e-mails com as informações relativas à ocorrência de desastre ou as medidas de prevenção de desastres, tais como as informações de:
 - Proteção civil (ataque de guerrilha entre outros);
 - Terremoto (intensidade sísmica 5 ou mais);
 - Previsão do tempo (inundação de rio designado, alerta de deslizamento de terra etc.)

- ◆ **Aplicativo de prevenção de desastres *veja os detalhes na contracapa.**
- ◆ **Rádio ou alto-falante de prevenção de desastres**
(o conteúdo anunciado pode ser conferido pelo TEL: 0297-22-8778 só em Japonês)
Anunciaremos as informações de emergência e evacuação de desastres (recomendação de evacuação / ordem de evacuação)

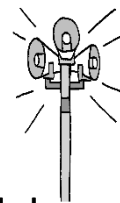
Exemplos de transmissão:

No caso de informações de terremoto, quando ocorrer um terremoto com intensidade sísmica 4 ou mais tocará o som de alerta e será anunciado a seguinte mensagem que será repetida três vezes (em japonês):

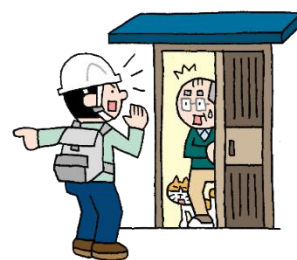


**“SHINDO 4 NO JISHIN-GA HASSEI SHIMASHITA.
HINO SHIMATSU WO SHITEKUDASAI,
TEREBI, RADIO WO TSUKE,
OCHITSUITE KOUDOU SHITEKUDASAI”.**

(ocorreu um terremoto de shindo 4. Apague o fogo.
Ligue a TV ou rádio e aja mantendo a calma)



- ◆ **Colete informações com os vizinhos, associação de moradores, brigada voluntária de prevenção de desastre, entre outros.**
- ◆ **Veículo de relações públicas (do município ou da brigada de incêndio)**
A maioria das informações de desastres na hora da emergência serão informações sonoras. Esteja pronto para obter informações da forma mais adequada para você. Além da obtenção através de transmissões ou comunicação, é importante você pedir para alguém lhe dar informações quando ocorrer um desastre. Neste caso, deixe combinado “a forma como receber as informações”.



Órgãos que poderão fornecer as informações locais e de desastres

	Nome	Nº Telefone		Nome	Nº Telefone
Administração Municipal	Prefeitura Municipal de Joso e Anexo de Ishige	0297-23-2111		Mitsukaido Sakura Byoin	0297-23-2223
Corpo de Bombeiros	Corpo de Bombeiros de Mitsukaido	0297-23-0911	Instituição Médica	Mitsukaido Seibu Byoin	0297-24-1211
	Sucursal Kita	0297-24-0119		Kinu Ishikai Byoin	0297-23-1771
	Sucursal Kinu-nishi	0297-27-4751		Mitsukaido Kosei Byoin	0297-27-0721
	Corpo de Bombeiros de Shimotsuma, Ishige	0297-42-6123			
Polícia	Delegacia de Polícia de Joso	0297-22-0110	Transportes	Kanto Tetsudo (Estação de Mitsukaido)	0297-22-0453
	Koban da região de Ishige	0297-42-0110		Tsukuba Express	0570-000-298
				Comunidade	Chefe do distrito autônomo
				Líder da comunidade	*

* Para escrever os contatos da comunidade local onde reside.

Sites onde poderão verificar as informações de prevenção de desastres

- ◆ Informações sobre prevenção de desastres e desastres da cidade de Joso.

<http://www.city.joso.lg.jp>

- ◆ Informações sobre meteorologia, rios, nível de água.

Agência meteorológica:

<http://www.jma.go.jp>

Ministério do Transporte, Terra e Infraestrutura - Informações de prevenção de desastres de rios

<http://www.river.go.jp>

Escritório de gestão de rios de Shimodate

<https://www.ktr.mlit.go.jp/shimodate/>

Escritório de gestão do montante do Rio Tone (Tonegawa)

<https://www.ktr.mlit.go.jp/tonejo/>

Informações sobre o volume de chuvas e nível da água do rio da província

<http://www.kasen.pref.ibaraki.jp>

Portal de prevenção de desastres / Gestão de riscos da província de Ibaraki

<http://www.bousai.ibaraki.jp>

- ◆ Outros

Tepco Power Grid (Informações de falta de energia)

Teideninfo.tepco.co.jp

Centro de informações sobre tráfego rodoviário do Japão

<http://www.jartic.or.jp>

Kanto Tetsudo Joso-sen (informação de operação ferroviária)

<http://kantetsu.co.jp/unkouinfo/details.cgi>

Tsukuba Express (informação de operação ferroviária)

<http://www.mir.co.jp/info>

Obs: Idioma dos sites estão em japonês.



Meios de comunicação

É importante ficar atento e coletar informações antecipadamente, pensar sobre a sua própria conduta para evacuar. Para isso, verifique as formas ou meios de comunicação com os seus familiares, parentes, amigos ou apoiadores.



Disque 171 - Serviço de mensagens em caso de desastres naturais [suporte também à deficiência visual]

Quando a pessoa "A", vítima do desastre, quer avisar que está a salvo.

Gravar mensagem:

171 + 1 + Tel. residencial da A

Quando os familiares, parentes e amigos de "A" quiser saber se "A" está bem.

Reproduzir mensagem:

171 + 2 + Tel. residencial da A

Mural de mensagens em caso de desastres naturais [suporte também à deficiência auditiva]

O procedimento e a forma para gravar a mensagem varia de uma operadora para outra, de um aparelho para outro, portanto é aconselhável verificar com antecedência como proceder, como utilizar o sistema antes de acontecer algum desastre natural.

Período para testar o serviço

- ◆ Todos os meses nos dias 1 e 15, nos 3 primeiros dias do ano.
- ◆ Semana de prevenção de desastres naturais: de 30 de Agosto a 5 de Setembro.
- ◆ Semana de prevenção de desastres e voluntários, de 15 de Janeiro a 21 de Janeiro.

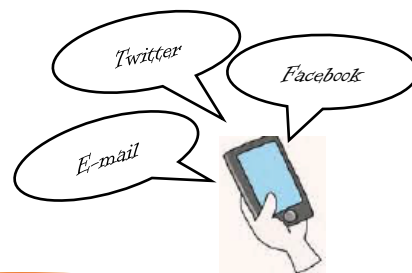
Internet - Computador, smartphone etc.

Meios de comunicação usando internet.

E-mail

Twitter

Facebook etc.



Método de comunicação triangular

É muito eficaz deixar definido como contato comum um familiar ou amigo que more distante da sua residência (ponto de transmissão de informações).



Telefone público

Na ocasião de um grande desastre natural a conexão por telefone público ficará mais fácil por ser "telefone prioritário em ocasião de desastres".

Cartaz [suporte também à deficiência auditiva]

Escrever com pincel atômico num papel e afixar, dizendo o local onde está refugiado ou o seu estado de segurança também é um meio eficaz. Deixe combinado com os seus familiares o local onde procurará com certeza. Escreva a resposta ao ler o recado.

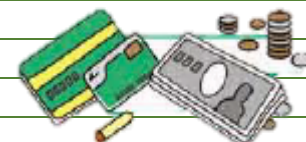
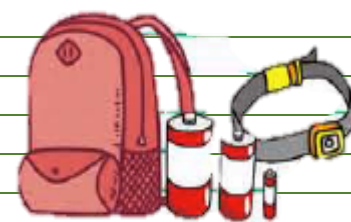
* Tome cuidado para não ficar evidente que a sua casa está vazia.

Ex.: "A família toda está a salvo." "Estamos junto com XXXX."



Lista de checagem dos suprimentos de emergência

O que deixar preparado dentro de casa Basicamente, escolha aqueles que você usa todos os dias.	Check	Itens	Check	Itens
		Rádio, lanterna		Banheiro portátil para emergência
		Carregador de celular		
		Vela, fósforo, isqueiro		
		Fita de vinil		
		Tesoura, estilete		
		Botas		
		Lenço de papel		
		Escova de dente, pasta de dente		
		Copo		
		Barbeador		
		Hashi, colher		
		Lentes de contato e mat.de higienização		
		Kit de primeiros socorros*		
		Lenço de papel umedecido		
		Fogão portátil de mesa, bomba de gás		
		Água, comida de emergência (personalizado)		
		Filme plástico, folha de alumínio		
		Papel higiênico		
		Fralda Maca (de tecido)		
	Capacete			
	Roupas para trocar			
	* Conteúdo do kit de primeiros socorros: Algodão desinfetante, esparadrapo, spray desinfetante, etc.			
Mochila de emergência São itens preparados especialmente para levar ao abrigo.	Check	Itens	Check	Itens
		Pilhas		Rádio / Lanterna de manivela
		Lanterna de cabeça		
		Capa de chuva		
		Luvas de algodão / borracha		
		Banheiro portátil para fezes / urina		
		Banheiro portátil para homens / mulheres		
		Lenço de papel		
		Aquecedor descartável		
		Capa de isolamento térmico de alumínio		
		Chinelos		
		Jornais		
		Roupas íntimas		
		Absorvente sanitário		
		Máscaras		
	Água / Comida de emergência			
Artigos que deve manter sempre consigo	Check	Itens	Check	Itens
		Apito		Caderneta de saúde e bem-estar para deficientes mentais
		Lanterna LED		Carteira de motorista
		Remédio que toma regularmente		
		Caderneta de deficiente físico/ tratamentos		
		Cartão do My Number		
		Caderneta de medicamentos		
		Cartão do seguro de saúde		
		Telefone móvel		
		Dinheiro (moedas)		



Lista de checagem de prevenção de desastres da nossa família



Existem algumas coisas que você pode fazer antes que ocorra um desastre natural, vamos deixar organizado.

O que fazer		Procedimento e conteúdo	
Verificar a rota de evacuação e o local do abrigo perto de casa.	Para onde	Quem	
Outros lugares que possam ir além do abrigo	Endereço:	Telefone:	
Assegurar / Verificar a rota de evacuação (dentro de uma edificação)	Quando	Como	
Assegurar / Verificar a rota de evacuação	Quando	Como	
Contato com a família.	Para quem	Quem	
Familiar que vai buscar	Buscar quem	Quem vai buscar	
Evacuação de carro (inundação)	Para onde	Quem	
O que levar para o segundo andar (inundação)	O que	Quem	

Saiba onde é o seu abrigo (hinanjo).

(O local do abrigo pode ser diferente dependendo do tipo de desastre)

Faça uma reunião em família presumindo um desastre para combinar os meios de evacuação e de contato.

Onde	Conteúdo
Abrigo temporário	
Abrigo fora da cidade	
Local de encontro com os familiares	
O combinado com a família	

Anotações



Mantenha interação com a comunidade para que os vizinhos saibam a situação de deficiência, entre outros, para pedir apoio quando for necessário.

O que fazer		Procedimento e conteúdo	
Criar apoiadores dentro da comunidade	Para quem	o que	
	Para quem	o que	
	Para quem	o que	
Participação no treinamento comunitário de prevenção de desastres	Participar no treinamento comunitário de prevenção de desastres		

Além destes, existem os seguintes itens que devem ser combinados e feitos. Verifique sobre isso.



O que fazer	Conteúdo	
Medidas antissísmicas da casa	O que fazer	Quem
Prevenção de queda de móveis	Quais	Quem
Prevenção para não estilhaçar vidro das janelas	Quais	Como
Instalação de travas no guarda-louças	Quais	Quem
Garantir o fornecimento de energia de emergência	Quais	Quem
Inspeção e manutenção de bengala e cadeira de rodas	O que	Quem
Preparação dos artigos para evacuação	Lista de checagem dos suprimentos regulares.	Quem
Estoque de alimentos	O que	Quem
Obtenção das informações de desastres	TV / Rádio / Internet	Quem
Garantir água	O que	Quem
Deslocamento de objetos como armários	O que	Quem
Evacuação do animal de estimação do ar livre	Para onde	Quem
Preparação de roupas para trocar	O que	Quem
Preparação de sapatos, botas, bengalas, etc.	O que	Quem
Verificação dos locais inundados da casa (inundação)	Onde	Quem
O que fazer para prevenir a inundação (inundação)	Como	Quem
Momento oportuno para evacuar	Elaborar o seu próprio timeline.	Quem
Fechar a válvula do gás	Quando	Quem
Desligar a chave geral	Quando	Quem
Verificar se os vizinhos estão bem	Quais	Quem

Quando ocorrer um desastre natural

Pontos importantes na evacuação

Prevenir a expansão dos danos

- ◆ Mantenha a calma para tomar decisões e tome ações para proteger a própria vida, e depois prevenir a expansão dos danos ou um desastre secundário.
- ◆ Quando não conseguir decidir ou tomar ações por conta própria, não force, peça ajuda a quem estiver por perto.

Ações de acordo com a situação

- ◆ O modo de lidar com a situação será diferente dependendo do tipo do desastre e do local onde está no momento da ocorrência.
Use o manual como referência para agir de acordo com a situação.
- ◆ As pessoas com necessidade de cuidados durante um desastre têm dificuldade em evacuar rapidamente.
Decida as medidas de evacuação antecipadamente levando em consideração a urgência da evacuação a partir das informações de desastres.

Garantir a segurança quando...

◆ Ocorrer um Terremoto

Proteja-se garantindo a sua segurança e quando o tremor cessar, apague o fogo.

- Entre debaixo de uma mesa firme.
- Fique abaixado, sente, rasteje ou segure-se em alguma coisa para não ser jogado ao chão.
- Se estiver ao ar livre, afaste-se de edifícios, objetos que possam tombar e tome cuidado com objetos que caem.



◆ Ocorrer um Incêndio

Avise imediatamente os vizinhos e peça ajuda.

- Se você notar no combate inicial ao incêndio, que não conseguirá apagar sozinho, fuja imediatamente.
- Mesmo que seja um foco pequeno, disque 119 (Corpo de Bombeiros) para notificar.



◆ Ocorrer um Desastre Fora de Casa

Peça ajuda necessária se tiver dificuldade em agir sozinho.
Use o "Help Card" (Cartão de Ajuda) numa hora como esta.

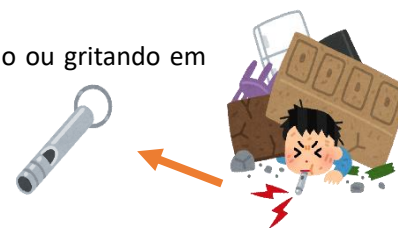


◆ Estiver Preso ou Não Conseguir Sair Sozinho

Chame por ajuda soprando o apito, batendo em algo para fazer barulho ou gritando em voz alta para que os outros saibam da sua existência.

TASSUKETE! (Socorro)

KAJI-DA! (Incêndio!)



◆ Quando for ficar em casa sem ir para o abrigo

Avise aos vizinhos ou ao agente comunitário o fato de que não está refugiado no abrigo da comunidade.
Além disso, use a criatividade para que os outros saibam que está em casa e peça às pessoas avisarem sobre a distribuição de água, comida e suprimentos de emergência.

* Ex.) Fixe um cartaz em local visível dizendo

"FUTARI BUJI HINAN SHITEMASU (duas pessoas abrigadas a salvo)"



Durante a espera

◆ Se não conseguir evacuar a tempo

Espere o resgate chegar, no lugar mais seguro que você encontrar.
Colete informações corretas e preste atenção às informações de prevenção de desastres da prefeitura.
Comunique aos familiares e apoiadores que você está bem e em segurança.

◆ No caso de terremoto

- Para eventualidade, desligue a chave geral de energia e feche a válvula do gás.
- Garanta as vias de fuga. Há risco de vazamento de gás, não use fogo descuidadamente.



◆ Quando for pedir resgate

- Peça para os familiares, vizinhos, parentes, amigos, grupos de prevenção de desastres da comunidade, Bombeiros, etc.

*Defina previamente a quem vai recorrer e faça o pedido de ajuda antecipadamente.

◆ Pedido para todos que vão refugiar-se no abrigo

Por favor, coopere de forma a garantir mão-de-obra.

- Pedimos para que as pessoas que “podem” ou “querem” dar suporte (apoio, ajuda) às pessoas com necessidade de cuidados, apresente-se (candidate-se) ao gestor do abrigo.

- Mesmo que não tenha conhecimento especializado ou técnicas como linguagem de sinais ou de cuidador, haverá muitas coisas que poderá ajudar. (Carregar bagagens, escrever os anúncios sonoros, fazer leitura dos avisos escritos, etc.)



Evacuação

◆ Mesmo que tenha se preparado em termos de prevenção de desastres

Pode ser que aconteça uma situação “inesperada” onde não consiga se deslocar para evacuar ou se proteger, nem saber o que está acontecendo ao redor. Evite agir sozinho, mas sim em grupo.

Quando for evacuar, desligue a chave geral de energia e feche a válvula do gás, tranque as portas e confira os itens de emergência para levar consigo. Quando for fugir, use capacete, calçados, luvas e máscara (prevenção de ferimentos com vidros quebrados) * Uma bengala é útil no caso de inundação.

◆ Para os apoiadores e vizinhos

Pegue os itens de emergência para levar consigo e vá junto com eles até o abrigo.

◆ Quando ocorrer um terremoto ou ciclone

Tome cuidado com as coisas que estão caídas, detritos e cacos de vidros espalhados pelo chão.

Tome cuidado para não se aproximar de cabos elétricos rompidos.

◆ Quando ocorrer uma inundação

Tome cuidado com o vento, chuva e objetos trazidos pelo vento e evacue junto com alguém de mãos dadas ou com os corpos amarrados com cordas. Calce sapatos que não saiam facilmente dos pés (evite botas porque dificulta caminhar quando enchem de água) e avance usando uma vara comprida ou bengala para verificar a segurança de onde pisa (não conseguirá andar quando o nível da água estiver acima do joelho).

◆ Para os gestores de abrigos

Assegurar e coordenar a ajuda

Conciliar as pessoas que precisam de ajuda com aquelas que podem ajudar.

- Usuário de cadeira de rodas;
- Pessoas com debilidade nas pernas;
- Pessoas em condições físicas e mentais difíceis;
- Bebês;
- Pessoas com deficiência;
- Pessoas que não entendem japonês;



- Pessoas que trabalham (trabalham) na área de bem-estar, cuidados, assistência médica, cuidados infantis.
- Pessoas que falam língua estrangeira ou a linguagem de sinais.



A vida no abrigo

◆ Quando chegar no abrigo

Comunique as suas informações de segurança e o local onde está abrigado (use o serviço de mensagens etc.)

Registre o seu nome na lista do abrigo (registre para verificação da sua segurança e localização)

- As pessoas com necessidade de cuidados durante o desastre devem comunicar este fato.

- Diga na medida do possível, quais os empecilhos para viver no abrigo.

- As pessoas que precisam de cuidados especiais ou que desejam ir para um abrigo de bem-estar devem comunicar sobre isso.

Registre o seu nome na lista do abrigo mesmo que vá dormir fora do abrigo (no carro ou barraca) para que possam receber informações e suprimentos de ajuda.

◆ Quando estiver refugiado em um abrigo diferente do que está designado por área.

Comunique também ao abrigo designado por área sobre onde está (para verificação da segurança e localização)

◆ Para as pessoas com necessidade de cuidados durante um desastre

É importante comunicar claramente que tem problemas para viver no abrigo e que precisa de cuidados especiais. Mas também entenda que, dependendo da situação do abrigo, talvez não possa atender às necessidades.