Informativo
GARAPA

TEL: 0276-63-3111 FAX: 0276-63-3921
E-mail tabunka@town.oizumi.gunma.jp

PREFEITURA DE OIZUMI
DEPARTAMENTO DE PLANEJAMENTO
SEÇÃO DE INTEGRAÇÃO E ASSUNTOS MULTICULTURAIS

ESPECIAL

10.AGOSTO.2023

PARA PROTEGER VOCÊ E AS PESSOAS A SUA VOLTA
~ Não se esqueça dos riscos que um desastre pode provocar ~

Torcemos diariamente para que nenhum incidente ocorra em nossas vidas. Porém, na vida cotidiana, independente da hora ou dia, podemos ser vítima de diversos tipos de desastres naturais, tais como: terremoto, incêndio, inundações,etc. Para isso, se soubermos as medidas que devemos tomar nestes momentos, poderemos não somente estar nos protegendo como também poderemos salvar muitas outras vidas.
No dia 12 de outubro de 2019, ocorreu chuvas fortes, e muitas pessoas no Japão inteiro foram vitimas de inundações. Em Oizumi também, muitas familias sofreram consequencias desta calamidade.No Japão terremotos ocorrem com muita frequencia. Em casos extremos pode desabar predios, causar incendio, queda de muros, desmoronamentos de montanhas,etc.
Num futuro próximo, dentro de 30 anos, prevê-se a ocorrência de um terremoto de grande escala, acima de 6 graus. 80% de ocorrencia em algumas cidades já é evidente.
Preve também, que na ocorrência de um grande terremoto, consequentemente 44% de acidentes de transito podem ocorrer, com probabilidade ainda de 0.3% mortes.
Neste informativo queremos apresentar a todos o que devemos deixar preparado para casos emergentes.

Na ocorrência de uma calamidade

1 Primeiramente, se proteja

(1) Ao sentir o tremor, primeiramente pense em proteger a sua vida, entrando debaixo de uma mesa ou escrivaninha,etc. Assegure o acesso a uma saída, abra imediatamente uma porta para garantir a rota de fuga após o abalo sismico.

(2) Se sair correndo para fora desesperadamente, queda de mobília ou objetos podem ocorrer , podendo se machucar. Após os tremores, confira se está seguro, para depois sair para fora.

(3) Se estiver fora de um prédio na ocorrência de um terremoto, procure ficar distante de muros ou postes, placas ou vidros.

2 Aja com cautela. Evite incêndio

(1) Assim que o tremor cessar, apague qualquer foco de fogo.

(2) Extinga qualquer princípio de incêndio. Se sair correndo, poderá se queimar,etc., portanto espere o tremor passar.
※ Ao sair de casa, não esqueça de desligar a chave geral da eletricidade

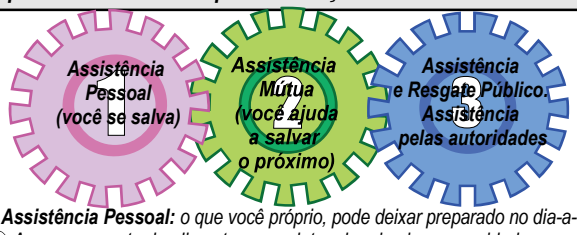
3 Evite passar por becos, ruas com muros, rochedos e margem de rios

Logo após a ocorrência de um terremoto, pode ocorrer os abalos secundários. Evite ficar embaixo da beira do telhado de casa ou edificio.

4 Se estiver dirigindo

Se estiver dirigindo, diminua a velocidade e procure estacionar o carro na margem da rua. Desligue o motor, e permaneça dentro do carro até que os tremores cessem. Se houver necessidade de buscar um refúgio, deixe a chave no carro, leve consigo seus pertences e vá à pé.

3 passos fundamentais para Prevenção de Desastres Naturais



1.Assistência Pessoal: *o que você próprio, pode deixar preparado no dia-a-dia*
① *Armazenamento de alimentos e produtos de primeira necessidade*
② Fixação dos armarios e móveis para prevenir contra quedas
③ *Deixar dialogado com seus familiares, caso ocorra um desastre Natural*
④ *Deixar certificado o local de refúgio e sua rota*
2.Assistência Mútua*: O que você e a vizinhança ou as pessoas do bairro podem executar. Por isso é importante que haja um bom relacionamento. com as pessoas a sua volta, participando ativamente das atividades realizadas dentro do seu bairro, servindo de ponte entre seu bairro e a cidade.*
3.Assistência e Resgate Público*: são os auxilios públicos, como corpo de bombeiro, delegacia de policia, prefeituras. Para que o orgão público possa chegar até você, pode levar um tempo, devido a prioridade, por isso é importante estarmos bem preparados no dia-a-dia.*

KIT DE EMERGÊNCIA

Prepare seu Kit de emergência para no mínimo três dias e deixe-o em local de fácil acesso para utilizá-lo em caso de desatres naturais

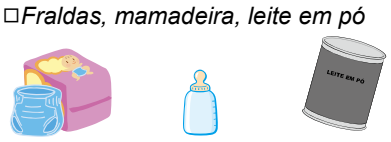
☐*Passaporte, carimbo, dinheiro*

☐*Cobertores e roupas*

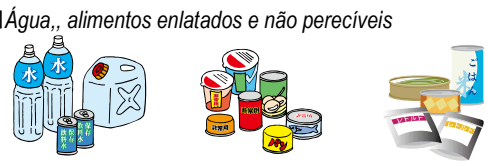
☐*Isqueiro, Caixa de fósforo, canetas, rádio, lanterna, pilhas, canivete e abridor de latas*

☐*Luvas, capacete, kit de primeiros socorros*

☐*Fraldas, mamadeira, leite em pó*



☐*Água,, alimentos enlatados e não perecíveis*



ROLLING STOCK
Rotatividade de armazenamento de suprimentos

O que se entende por Rolling Stock?
É o sistema de armazenamento de produtos alimentícios de longa validade, como enlatados e produtos não perecíveis que costumam consumir no dia-a-dia. Na compra desses produtos, comprar um pouco a mais que o de costume e estocar, consumir e repor.

DICA
① *Consumir pelo produto mais velhos, ou seja, por ordem de validade do produto. Para facilitar, procure organizar de forma que possa conferir os produtos recentes dos mais velhos*
② Reposição
Não esquecer de repôr os produtos consumidos, pois não sabemos o dia em que poderá ocorrer uma calamidade.

自分と大切な人を災害から守るために

■自分と大切な人を災害から守るために
2019 年 10 月 12 日に関東地方に接近した台風１９号は全国各地で大きな被害をもたらしました。大泉町内でも家屋の浸水被害が発生するなど、町の皆さんの生活に多大な影響を与えました。
また、日本では地震が多く発生する国で、大きな地震では建物が壊れる、火事が起きる、壁や崖が崩れたりするなど様々な被害が発生します。
近年では東日本大震災や熊本地震、北海道胆振東部地震など大きな地震が各地で続けて発生しています。
近い将来大規模な地震が発生することが予想されており、中には今後 30 年以内に震度 6 弱以上の地震が起きる確率が 80%を超えている自治体もあります。
ちなみに、一生のうちに交通事故に遭う確率は 44%、死亡事故に遭う確率は 0.3%となっているため、地震が起きる確率が高いことが分かります。

災害はいつ起きるか分かりません。
いざという時に備え、普段から準備しておくことが大切です。

■災害が起きたとき　～地震編～
●まずは落ち着いて自分の身の安全を！
(1) 揺れを感じたら、まずは身の安全を第一に考え、丈夫な机やテーブルなどの下に身を隠しましょう。避難路を確保するために玄関などのドアは開けておきます。
(2) 慌てて外に飛び出すと、落下物などで怪我をすることがあります。揺れがおさまってから、まわりの状況をよく見て外に出てください。
(3) 建物の外にいるときに地震が発生した場合は、ブロック塀や電柱などの倒れやすいものから離れ、看板や窓ガラスなど落下物に注意しましょう。

●あわてず冷静に！　火災を防ごう
(1) 揺れがおさまったら、すぐに火の始末をしましょう
(2) もし、火が出たら早めに消火しましょう
※ 慌てると、やけどなどをすることがありますので、揺れが収まってから落ち着いて火を消しましょう。また、 避難する時には、家のブレーカーを落としましょう。

●せまい路地、塀ぎわ、がけや川べりに近寄らない
大きな地震の後は大小の余震があります。倒れる危険のある建物や塀には近づかないようにしてください。

●自動車の運転中に地震が来たら？
車を運転している時に地震が来たら、少しずつスピードを落とし、路肩（道路の端）に止めてください。エンジンを切って、揺れが収まるまでは外に出ないようにしましょう。避難の必要があるときは、ドアをロックせずに、車のキーをつけたまま、貴重品だけを持って歩いて避難してください。

■防災のキホン　３つの「助」
「自助」
自分自身や家族を守るために自分で防災に取り組むことです。大きな災害が起きた際は、まず自分の身を守るために行動することが重要です
・自分を守るための普段からの取組例
①食料・飲み物の備蓄
②家具や家電の固定
③災害時における家族の安否確認の方法などを決めておく
④避難経路、避難場所を確認しておく

「共助」
近所に住んでいる人や地域の人たちと助け合うことです。
大きな災害が起きた時、地域の住民の皆さんたちの力で、多くの人の命が助かっています。
災害が起きたとき、無事かどうかを確認し合ったり、円滑に助け合ったりできるように、普段から近所の人とあいさつをしたり、地域のイベントに参加したりして、交流しておくことが重要です。
また、地域の公民館などで自治会が自主防災訓練などを実施しているところもありますので、そうした行事の案内が来たときは、積極的に参加するようにしましょう。自分の地域で防災訓練をやっているのか知らなかったり、どうやって参加すれば良いのか分からないときは、役場や多文化共生コミュニティセンター、地域の自治会長さんなどに確認してみましょう。

「公助」
役場や警察、消防、自衛隊などによる公的な支援のことです。大きな災害が起きた際、公助によって負傷者を救護することには限界があります。一人ひとりが災害に対して普段から備えておきましょう。

■非常持ち出し品をチェックしよう
☐貴重品（現金、在留カード、健康保険証、パスポートなど）
☐毛布・衣類（下着、上着、タオル）
☐懐中電灯（電池は多めに）
☐携帯ラジオ
☐缶切り、ロープ、軍手、ビニールシートなど
☐薬など（常備薬、消毒薬、絆創膏、胃腸薬、目薬など）
☐オムツ、ミルクなど赤ちゃんや子どもの生活品
☐食べ物・飲み物（乾パン、缶詰、ペットボトルの水など）

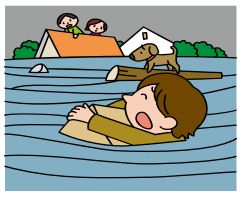
ローリングストック
日常的に食べている缶詰やレトルト食品などを少し多めに買っておき、使った分を新しく買い直していくことで、常に一定量の食材を備蓄しておく方法です。

ポイント
①古いものから使いましょう
備蓄するものが古くなってしまわないよう、必ず古いものから消費しましょう。また、古いものと新しいものが簡単に区別できるよう、整頓方法を工夫しましょう。
②使った分は必ず補充しましょう
補充を怠った際に災害が来る可能性もありますので、使ったらすぐに補充するよう心がけましょう。

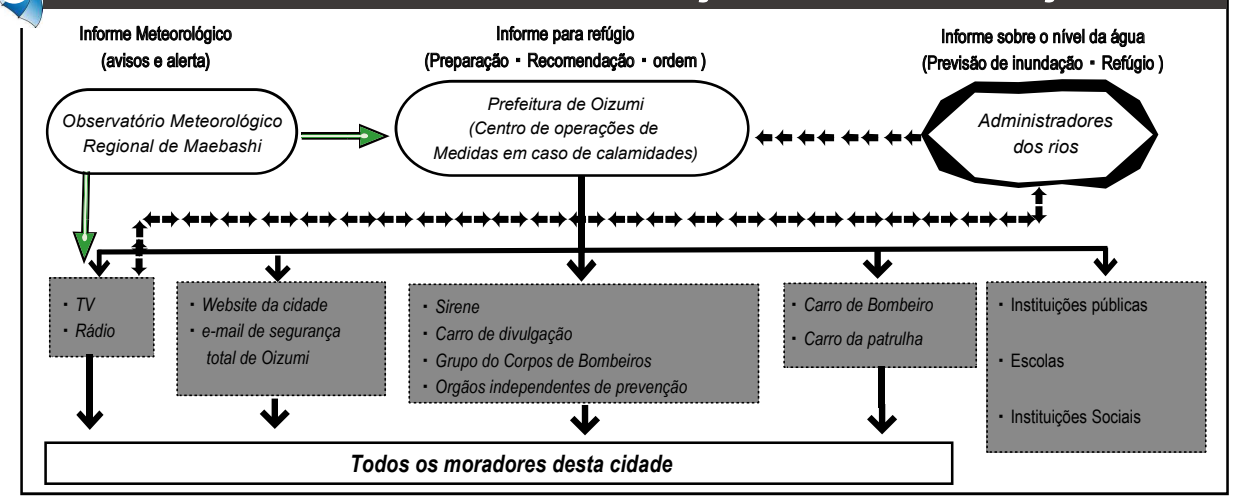
CHUVA FORTE・INUNDAÇÃO・TUFÃO

É importante planejar com antecedência medidas que deverá tomar caso ocorra calamidades naturais como chuvas fortes, intensas e repentinas.
Devido a fortes chuvas e em grande escala, podem ocorrer transbordamento dos rios, desmoronamento de terras e até mesmo inundação de casa.
Para quem não conhece, temos o Mapa Integrado de Prevenção de Catástrofes da cidade de Oizumi (Oizumi-machi Sogo Bosai map). Este mapa foi baseado no mapeamento das prováveis áreas de risco de inundação, elaborado pelo Ministério de Infraestutura Territorial e de Transportes; está separado por cor, indicando as áreas e a profundidade da água prevista, caso o rio Tone, Watarase, Kyuhaku,etc. venha a transbordar, indicando ainda, os locais de refúgio por região. Se você ainda não tem este mapa, retire na prefeitura, ou no Centro Comunitário Multicultural de Oizumi.

Quando o rio transbordar, a água avançará violentamente. A força da água é bem maior do que imaginamos, podemos citar um exemplo:um homem adulto, não conseguiria abrir a porta corrediça em uma inundação com 50 cm de profundidade.
Para ter condições de caminhar em uma área inundada, um adulto conseguirá caminhar numa profundidade de água aproximadamente de 70 cm para os homens, e de 50 cm para mulheres.
Se a profundidade da água estiver na altura da cintura, melhor não se arriscar, procurando um local mais elevado, e espere para ser socorrido.
Embora o tempo esteja bom na área em que está no momento, mas se estiver próximo de rios logo depois de uma chuva forte, o nível da água pode estar alta, podendo transbordar. Portanto, se for acampar , esteja sempre atento. Procure locais retirados, não muito próximo de rios.



1 Sistema de transmissão das informações em caso de inundação



2 Saiba o Grau de risco, Nível de Alerta (transbordamento,enchente, deslizamento de terra) e os procedimentos

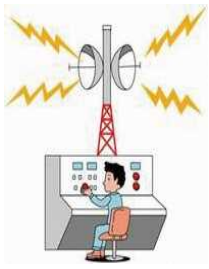
Grau de risco	Nível de alerta	Procedimentos	Emissão de Alerta
Elevado	5 Ocorrência de desastre	Significa que desastres já pode ter ocorrido, por isso, proteja a vida. Prioridade máxima para a preservação da vida!	Informação sobre a ocorrência de um desastre
	Certifique -se de evacuar antes do nivel de Alerta 4		
	4 Alto risco de desastre	Evacuem-se imediatamente para um local seguro, ou local de refúgio. Se corre o risco de sair para fora, procure se evacuar em um local seguro, um local mais seguro do que ficar dentro de casa.	Recomendação para evacuação Ordem de Evacuação (Emergência)
Médio	3 Risco de desastre	Pessoas que exigem mais tempo para evacuar (idosos, deficientes, crianças,etc.) e pessoas que necessitam de auxílio para se locomoverem devem se evacuar.	Preparar se para evacuação Inicio de evacuação das pessoas idosas, e vulneraveis, etc.
	2 Agravamento da condição meteorológica	Prepare-se para evacuar a qualquer momento, certifique através do mapa a forma de como proceder.	Informação de Alerta
Baixo	1 Piora da condição meteorológica	Fique atento e prepare-se para agir, caso tenha que se refugiar	Informação antecipada para evacuação

3 Alguns aplicativos úteis em casos emergenciais

O governo, empresas,etc., criaram vários aplicativos úteis para casos de desastres naturais. Deixe instalado em seu smarthphone, para que possa acessar a qualquer momento

Aplicativo	Tipo de aplicativo	QR Code
NICT Voice Tra	Tradutor em 31 idiomas	
Safty tips	Informativo de terremotos e casos emergenciais em 14 idomas	
NHK World Japan	Noticiário da Emissora NHK em 19 idiomas	
CLAIR	Guia multilingue de informações cotidianas com diversos conteúdos, entre outros, sobre Emergência e Calamidades, em 15 idiomas	

4 Auto-falante público para Emissão de Alerta



Em Oizumi temos instalado auto-falante público em 53 pontos adjacentes da cidade, como em escolas municipais, instituições públicas,etc. na qual são transmitidos informações emergenciais, como em casos de desastres,etc. As informações são emitidas em japonês e português.
Na ocorrência de um desastre, fique atento em ouvir as transmissões.
Caso não consiga ouvir bem o conteúdo da transmissão, poderá utilizar o serviço telefônico e confirmar o conteúdo dentro de 24 horas após a transmissão.
Deixe cadastrado o número de telefone ou pregue em algum lugar visível de fácil acesso.

☎ 0120-313-141 *(ligação gratuita)*
※ *Caso não consiga chamada no número acima, poderá ligar para* **☎ 0276-61-0500** *(ligação paga)*

5 CENTRO COMUNITÁRIO MULTICULTURAL DE OIZUMI

Informações necessárias para o dia-a-dia dos estrangeiros, regras do cotidiano, os sistemas e suas tramitações, comunicados emergenciais, informativo mensal,etc. poderão encontrar na nossa Homepage. Visite o nosso site. Poderá visualizar através do smarthphone.
https://www.oizumi-tabunka.jp/

6 Antes de refugiar

Verifique através do Mapa Integrado de Prevenção de Catástrofes da cidade de Oizumi, os locais de menor risco de ocorrência de inundação. Se a região ou bairro onde reside, não corre o risco de inundação, não há a necessidade de locomover até o local de refúgio.
Para prevenir o contagio do Coronavírus, etc., tomar os devidos cuidados conforme segue:

○ ***Decisões em qual local se dirigir***
Se estiver em um local seguro, não há necessidade de se locomover a um local de refúgio. Para que não ocorra a aglomeração nos locais de refúgio, verifique através do Mapa Integrado de Prevenção de Catástrofes da cidade de Oizumi, os locais de menor risco onde pode ocorrer inundação, procurando se alojar em hotel, casa de amigos, parentes,etc.

○ ***O que levar ao Local de refúgio***

O No local de refúgio se reunem várias pessoas desde crianças a idosos, e o risco de contágio pode ser maior. E também, os produtos e preparativos a serem distribuidos pela cidade nos primeiros momentos, são limitados, principalmente máscaras, produtos de higienização, termômetros,etc., portanto é importante que levem os pertences pessoais básicos de primeira necessidade.

GARAPA 特集号
自分の身を守るために ～正しい防災の知識～

■災害が起きたとき　～大雨編～
夕立やゲリラ豪雨、台風など、短時間で激しい雨が降ることがあります。大雨で、川の水があふれたり土砂崩れが起こったり、家の中に水が入ってくる恐れもあるので、日ごろからの備えが大切です。
大泉町では、利根川、渡良瀬川、休泊川などが氾濫したときに、どの地区にどれだけ水が入ってくるかを色分けして示した大泉総合防災マップを準備しています。
大泉町総合防災マップは、役場や多文化共生コミュニティセンターで配布しているほか、ホームページでも公開していますので、自分の家の周りなどを必ず確認しておきましょう。

・水の力はとても強く、大人の男性でも水深 50 センチメートルで引き戸が開けられなくなります。歩ける深さは、男性で 70 センチメートル、女性で 50 センチメートルです。無理に避難しようとすると危険です。水位が上がってきたら高い場所で救助を待ちましょう。
・自分がいる場所では天気が良くても、川の上流で雨が降っていると、川の水位が上がったり、鉄砲水（突然の洪水）がおそってきたりします。川の近くにいるときや河原でレジャーを楽しむときは、上流の　天気にも注意し、中州や流れの速い場所には近づかないでください。

●気象情報などを得るために
気象情報や避難情報、水位情報などは、テレビやラジオ、町のホームページなどでお知らせします。
また、サイレンや広報車、消防車、パトカーのアナウンスなどにも注意してください。(①)

■ 警戒レベル
集中豪雨や台風など水害等が起きた際の避難情報を 5 段階の警戒レベルを用いて伝えています。(②)

■ 防災情報を得るために

○役立つアプリ
国や企業では、日本にいる外国人向けに示唆以外の情報をお知らせするために多言語対応したアプリを開発しています。
スマートフォンのアプリ等をインストールしておくことで、いざという時にスマートフォンさえ持っていれば、情報を集めることができますので、ぜひ活用しましょう。(③)

○防災行政無線
町では、災害時等に多くの人に情報を届けるために、町内 53 カ所にスピーカーを設置して日本語とポルトガル語で放送しています。災害が起きた時は避難情報などを放送しますのでよく聞いてください。

また、放送が聞こえなかったときは、放送から 24 時間以内であれば以下の番号に電話することで内容を聞き直すことができます。(④)
0120-313-141（無料）
※つながらない時は 0276-61-0500（有料）でも確認できます。

○大泉町多文化共生コミュニティセンターの紹介（⑤）

■避難行動について（⑥）
住んでいる場所が浸水想定区域となっていない人は避難所に行く必要はありません。
大泉町総合防災マップを確認し、住んでいる場所が避難が必要な場所かどうか確認しましょう。
また、避難が必要な場合も新型コロナウイルスなどの感染症対策として以下のことに注意が必要です。

○避難する場所を検討しましょう
安全な場所にあるホテルに宿泊することや親戚や友人の家に避難することも感染症対策に有効な方法です。
また、町の避難所に避難する場合は、町のＨＰなどで開いている避難所を確認してから避難するようにしましょう。

○避難所に持っていくもの
子どもから高齢者まで様々な人が集まる避難所では、感染症のリスクも高くなります。
そのため、避難所ではマスクを着用し、手指の消毒を行いましょう。
また、町の備蓄にも数に限りがありますので、可能な限り、マスクや消毒液、１日分の水や食料などは持参するようにしましょう。