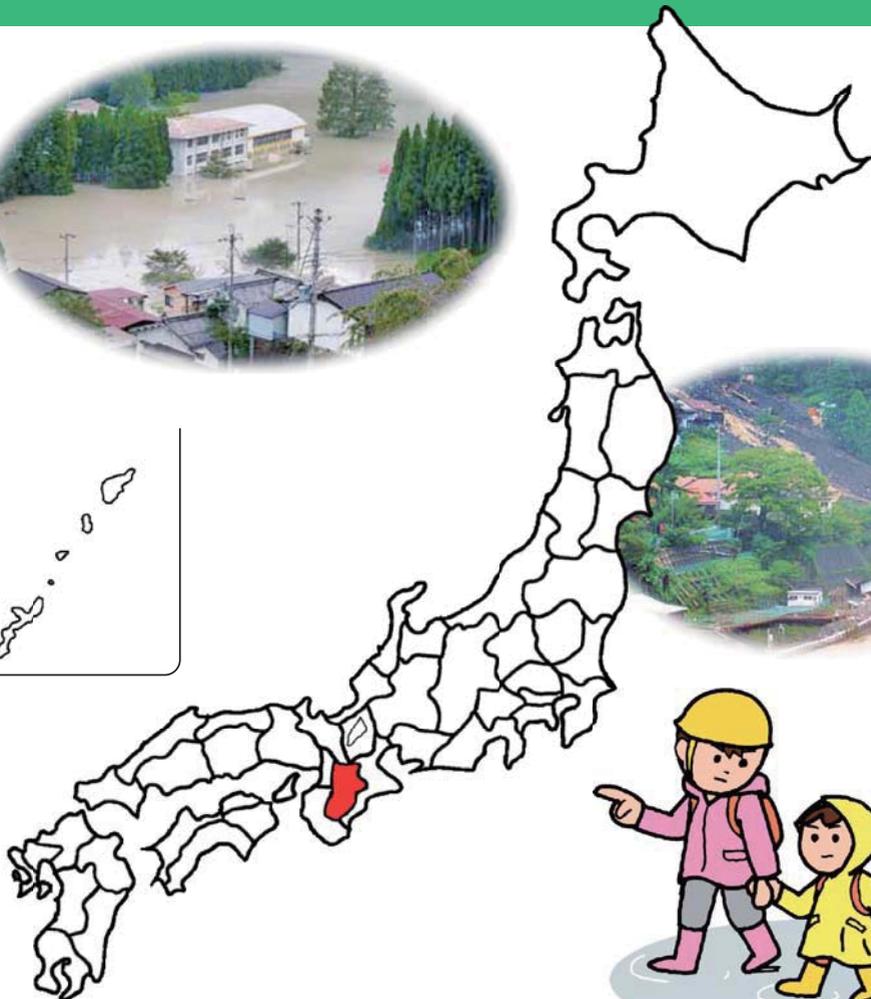
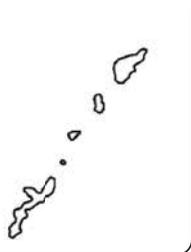


# Guia de Prevenção de Desastres Português



©NARA pref.

ぼうさいがいと ほるとがるごばん  
防災ガイド／ポルトガル語版



ならけん  
奈良県  
Província de Nara

# Índice

<b>Introdução</b>	はじめに	1
<b>Desastres em Nara</b>	<sup>な</sup> ら <sup>さいがい</sup> 奈良の災害について	2
	• Terremoto, chuvas torrenciais • Tufão, Deslizamento	
<b>Terremoto</b>	<sup>じしん</sup> <sup>へん</sup> 地震編	4
	• Sumário da JMA (escalas de intensidade sísmica)	
	• Como proteger por si mesmo no caso do terremoto	
<b>Tempestade / Deslizamento</b>	<sup>おおあめ</sup> <sup>ど</sup> しゃ <sup>さいがい</sup> <sup>へん</sup> 大雨・土砂災害編	7
	• O que fazer no caso de tempestade e tufão.	
	• Evacuação no caso de tempestade	
<b>Preparando-se para desastres</b>	<sup>さいがい</sup> <sup>そなえ</sup> <sup>へん</sup> 災害への備え編	9
	• Preparando-se para terremoto, tempestade, tufão e deslizamento da terra	
<b>O que fazer no caso</b>	<sup>さいがい</sup> <sup>お</sup> 災害が起きたら	10
	• Centro de evacuação	
	• Adquirir informações	
	• Confirmação de sobrevivência	
<b>Conhecimentos de desastre e anotações</b>	<sup>さいがい</sup> <sup>ちしき</sup> <sup>めも</sup> 災害の知識・メモ	13
	• Terminologias de desastre	
	• Lista de itens necessários para evacuação e estoques	
	• Dados pessoais necessários no caso de desastre	
	• Expressões japonesas úteis.	

出典 表紙写真 :奈良県「わが家の防災対策」より左上 天川村、右中 五條市大塔町  
(いずれも紀伊半島大水害当時)

表紙イラスト :右下 気象庁HPより

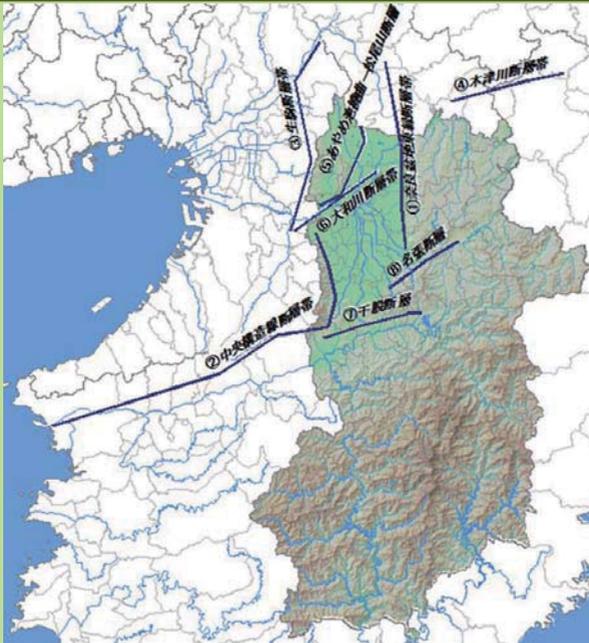
1ページ断層図 :「第2次奈良県地震被害想定調査報告書(平成16年10月公表)」より

# Introdução はじめに

O Japão é um país de grande ocorrência de terremotos (JISHIN). O país sofre também com a chegada de tufões (TAIFUU), ventos fortes e chuvas torrenciais. Para minimizar os danos em desastres naturais, é importante estar preparado no cotidiano para agir calmamente em casos de emergência.

## Falhas geológicas de grande possibilidade de causar terremotos em Nara.

奈良県で大きな地震を引き起こす可能性のある断層



- ① 奈良盆地東縁断層帯 Zona de falha de Narabonchi toen (M7.5)
- ② 中央構造線断層帯 Zona de falha de línea medial (M8.0)
- ③ 生駒断層帯 Zona de falha de Ikoma (M7.5)
- ④ 木津川断層帯 Zona de falha de Kizugawa (M7.3)
- ⑤ あやめ池撓曲-松尾山断層 Dobra de Ayameike -Falha de Matsuoyama (M7.0)
- ⑥ 大和川断層帯 Falha de Chimata (M7.1)
- ⑦ 千股断層 Falha de Chimata (M7.1)
- ⑧ 名張断層 Falha de Nabari (M6.9)

# Desastres em Nara なら さいがい 奈良の災害について

## Terremotos じしん 地震

O terremoto é o abalo na terra. Terremotos que ocorrem diretamente no subterrâneo da província de Nara poderão causar tremores fortes no local.

Além disso, se um terremoto ocorrer em mar aberto (como no caso do terremoto de bacia do mar Nankai), causará tremor em área mais ampla e Tsunami afetará as áreas das costas ao seu redor.

Uma vez que o terremoto ocorre, causará a perda de muitas vidas, propriedades e estradas impossibilitando o acesso dos veículos. Água, gas e eletricidades poderão ser cortados e diminuirá suprimento de alimentos e outras necessárias para viver. Portanto, é importante se preparar tendo uma reserva suficiente para o sustento da família por no mínimo, uma semana.



和歌山県「津波から逃げ切るために」を編集

## Grande Terremoto de Hanshin-Awaji (1995) はんしん あわじだいしんさい 阪神・淡路大震災

O grande terremoto de Hanshin Awaji atingiu a província de Hyogo, perto da província de Nara com intensidade sísmica de 7 graus, no dia 17 de janeiro de 1995. O prejuízo foi enorme: 6,434 mortos, 3 desaparecidos, 43,792 feridos e a destruição completa de 104,906 casas.

O terremoto registrou 4 grau de abalo sísmico em Nara e resultou 2 feridos.



気象庁「阪神・淡路大震災写真集」より

# Tempestade • Tufão おおあめ たいふう 大雨 • 台風

Tufões chegam no país principalmente no período de julho a outubro causando ventos violentos e chuvas fortes. Poderão ocorrer enchentes e deslizamento da terra. É preciso se informar bem pelo noticiário do tempo e tomar rapidamente as providências.

## Deslizamento da terra どしゃさいがい 土砂災害

Deslizamento da terra pode ocorrer devido a chuvas torrenciais, tufões e terremotos. No deslizamento, a água se movimenta junto a material rochoso, desprendendo o solo encosta abaixo. Existem formas diferentes de deslizamento.

### 3 padrões de deslizamento

gakekuzure  
(desmoronamento em massa)



jisuberi



dosekiryu



イラスト:土砂災害防止広報センターHPより

## Grande dano de Inundação de Península Kii (2011)

### き い はんとう だいすいがい 紀伊半島大水害

No sul de Nara, a chuva continuava de 72hs, com 1650 mm, ocorrida entre 2 a 4 de setembro de 2011, foi o recorde registrado na história de panínsula de Kii, tirando a vida de 24 pessoas.



〈Photo tirada no dia〉

← Vilarejo de Nosegawa

Vilarejo de → Tenkawa



奈良県「紀伊半島大水害の記録」より

# Terremotos じしん 地震 へん 編

Resumo de escalas de intensidade sísmica da JMA (Agência de Meteorologia do Japão)

じしん つよ しんど  
地震の強さ(震度)と  
ゆかた  
揺れ方

Escala: 1

Escala: 2

Escala: 3

Escala: 4



- A maioria das pessoas fica assustada.
- Objetos pendurados como lâmpadas balançam significativamente.
- Ornamentos não fixados podem cair.

Escala: 5 fraco



- A maioria das pessoas se sentem inseguras e querem se segurar a algo estável.
- Alguns dos pratos na prateleira ou dos objetos na estante devem cair.
- Alguns móveis não fixados podem se mexer ou cair.

Escala: 5 forte



- A maioria das pessoas encontra dificuldade de andar sem apoio.
- Muitos pratos na prateleira e objetos na estante podem cair.
- Alguns móveis não fixados podem cair.
- Muros de concreto sem reforços podem desmoronar.

## Escala: 6 fraco



Alta resistência aos terremotos



Baixa resistência

- É difícil manter-se em pé.
- A maioria dos móveis não fixados podem cair.  
Portas podem ficar bloqueadas e não abrir.
- Azulejos de paredes e vidros de janelas podem se rachar e cair.
- Nas casas de madeira com baixa resistência aos terremotos, os azulejos devem cair e o edifício pode se inclinar ou se desmoronar.

## Escala: 6 forte



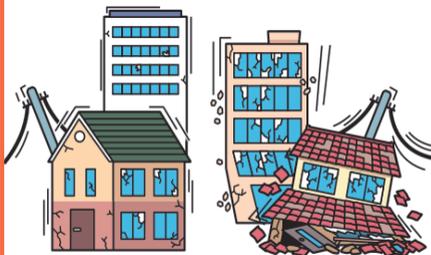
Alta resistência aos terremotos



Baixa resistência

- É impossível locomover-se sem se estatelar no chão; as pessoas podem ser jogadas no ar.
- A maioria dos móveis não fixados devem se abalar e cair.
- A maioria das casas de madeira com baixa resistência aos terremotos devem se inclinar ou se desmoronar.
- A terra pode se rachar e ocorrer deslizamento da terra.

## Escala: 7



Alta resistência aos terremotos

Baixa resistência

- Quase todas as casas de madeira com baixa resistência aos terremotos devem se inclinar ou se desmoronar.
- Algumas casas de madeira com resistência aos terremotos devem se inclinar.
- Muitos edifícios de concreto armado com baixa resistência aos terremotos devem desmoronar.

Se você sentir o tremor...

Fique calma e procure segurança para si mesmo

Se você ver/ouvir o aviso urgente de terremoto...

## O aviso urgente de terremoto (Kinkyu-Jishin-Sokuho)

O aviso é anunciado pela agência de meteorologia do Japão através de rádio administrativo regional de prevenção de desastre (o alto-falante instalado no local), TV, Rádio, Celular etc. Você ouvirá um alarme e uma mensagem de alerta em japonês: Mamonaku okina yure ga totatsu shimasu (Chegará logo um tremor grande). Quando ouvir a mensagem, abrigue-se num lugar seguro.

### Dentro de casa

- Ao sentir tremores, proteja a cabeça e se esconda debaixo de uma mesa ou outros móveis resistentes.
- Não saia da casa desesperadamente.
- Quando terminar o tremor, desligue o aquecedor e feche válvula de gás.



### Na rua

- Tome cuidado com desmoronamento dos muros e com estilhaços de vidros e outros objetos que caírem dos edifícios.



### No caso de incêndio

- Apague o fogo com água ou o extintor se for possível.
- Afasta-se do fogo se sentir o risco.
- Grite “Kaji da! (Incêndio!)” para informar as pessoas do redor.



### Dentro de edifício

- Siga as instruções de funcionários do local.
- Não se apresse para a saída.

### Na praia

- Já que o maremoto “tsunami” deve afetar o local, se afaste da praia e se dirija imediatamente para um lugar alto.



### Dirigindo o carro

- Pare o veículo com cuidado, no lado esquerdo da rua para deixar o espaço para ambulância ou carros dos bombeiros passarem.
- Deixe a chave na ignição, não tranque a porta e procure um local seguro a pé.



### Dentro de trem ou ônibus

- Segure firmemente a correia ou o corrimão.

## Como agir quando tempestades e tufões se aproximarem おおあめ たいふう ちか 大雨と台風が近づいたら



- Obtenha melhores informações através de TV, rádio e a internet quando tufões estiverem em sua direção.
- Confirme o abrigo de evacuação mais perto da sua casa.

### O processo de emissão de alarme de JMA (Agência Nacional de Meteorologia do Japão)

#### Previsão de grandes chuvas

Será anunciada antes de o alarme “Chuiho” ou “Keiho” a ser emitido.

**Fique atento as notícias sobre alertas nesta etapa.**

#### Aviso cautelar de grandes chuvas “Oame Chuiho”

Será informada a possibilidade de se tornar em alarme “Keiho”



#### Alerta de grande chuvas “Oame Keiho”

Serão dados as detalhes da situação: duração, quantidade de precipitação e contramedidas necessárias

**Se a chuva continuar ...**

**Alta possibilidade de ocorrência de desastres graves**

**Proteja-se imediatamente!**

#### O alarme especial de grandes chuvas “Oame tokubetsu keiho”

- Durante o tufão, o vento violento pode derrubar os objetos de fora do prédio. Deixe limpo o jardim e a varanda antecipadamente
- Permaneça em casa durante a tempestade.
- Não se aproxime de montanhas, rios e mar.



## Evacuação em caso de chuvas fortes おおあめ と き ひなん に 大雨の時の避難(逃げること)

- Durante as chuvas fortes, os rios podem transbordar e as águas podem inundar as casas. O deslizamento de terra pode ocorrer. Fuja imediatamente.
- A chamada de evacuação será emitida da seção administrativa de cidades e vilarejos.
  - Uma vez que a chamada for emitida, dirija-se imediatamente para o abrigo de evacuação.
  - Se notar o risco de deixar a casa, vá para o lugar mais seguro dentro da casa (no segundo andar, etc.)

### Preparativos de evacuação:

Os idosos começam a evacuar

Os idosos, deficientes físicos, pessoas com crianças pequenas que precisem mais tempo para mover-se, devem começar a dirigir-se para o abrigo ou o lugar perto e mais seguro.

### A chamada de evacuação

Inicie a evacuação imediatamente. Se houver o risco de sair do local, abrigue-se no local mais alto dentro do prédio.

### Ordem de Evacuação (Urgente)

A situação é grave. Fuja imediatamente. Se houver risco de sair do local, fuja para o local mais alto dentro do prédio.

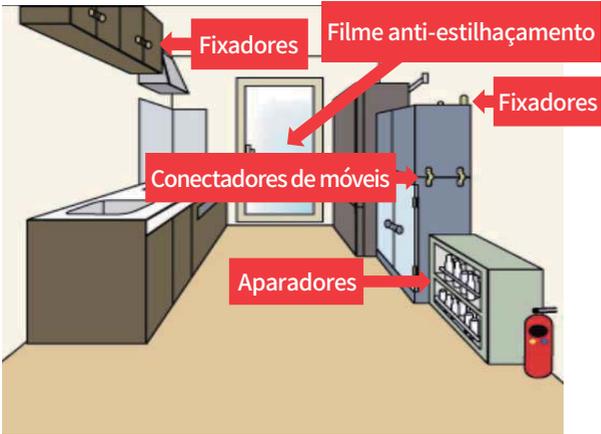
**Estejam preparados para terremotos, tempestades, tufões e deslizamento de terra**

じしん 地震・おおあめ 大雨・たいふう 台風・どしゃ 土砂災害の備え

- Reserve um rádio portátil e as pilhas para preparar-se no caso de blecaute (o corte de energia elétrica).
- Prepare o kit de emergência e verifique os itens pelo menos uma vez por ano.
- Decida antecipadamente onde os membros da família se encontrarão no caso de evacuação urgente.
- Participe do treinamento preventivo contra calamidades (BOUSSAI KUNREN) para saber o que fazer no momento de desastres.

## Prevenindo a queda dos móveis e objetos

- Muitas pessoas se tornaram as vítimas da queda dos móveis e objetos caídos de cima no caso do grande terremoto.
- Revise a segurança dentro da casa e prepare-se para o terremoto.



- 1) Coloque filmes anti-estilhaçamentos para prevenir feridas causadas pelos estilhaços de vidro.
- 2) Coloque aparadores nas prateleiras para prevenir a queda dos objetos.
- 3) Conecte os móveis para que não caiam.

奈良県「わが家の防災対策」を編集

# Como agir

# さいがい お 災害が起きたら

## Abrigo de evacuação

## ひなんばしょ 避難場所(にげるところ)

Símbolo de abrigo de evacuação



Dirija-se aos abrigos de evacuação caso desastres naturais ocorram .

Parques, escolas e centros de comunidade serão utilizados como abrigos de evacuação.

Adquira o mapa de prevenção dos desastres na repartição pública do local. Verifique onde ficam os abrigos em seu bairro.

### Abrigo de evacuação

Edifícios como escolar primária, escola ginásial, escola colegial e centro de comunidade, etc.

### Abrigo temporal de evacuação

Parques de vizinhança etc.

### Abrigo de area ampla

Parques grandes e áreas abertas

O abrigo de evacuação é um lugar onde muitas pessoas vivem juntos. Você pode receber água, comidas, e outras informações necessárias. O modo de viver difere para cada cada pessoa. É importante respeitar as diferenças e as regras do local.



イラスト:公益財団法人 市民防災研究所HPより

# Como adquirir as informações

じょうほう しゅうしゅう じょうほう

## 情報の収集(情報のあつめかた)

### **Rádio** らじお ラジオ

Use o rádio de pilha, no caso do corte de energia, e adquira as informações. A emissão de rádio da NHK é acessível via internet também. Há “canais de comunidade” que utilizem onda FM para relatar informações sobre desastres locais; é importante saber antecipadamente o canal de frequência adequada.

#### **Canais FM comunitárias**

##### **NHK – FM**

87.4MHz (Área de Cidade de Nara) , 83.4MHz (Área de Cidade de Ikoma)

89.0MHz (Área de Cidade de Gojo) , 88.5MHz (Área de Cidade de Uda) etc.

**Nara Dotto FM** 78.4MHz

etc.

### **Internet** いんたーねっと インターネット

É também possível adquirir as informações online via Twitter, Facebook etc. Deixe preparado o carregador sem falta.

#### **Homepage de Província de Nara: Divisão de Prevenção de Desastres e de Administração de Crises.**

Publicação japonesa que relata às informações sobre o tempo, a transporte em província de Nara.

<http://www.pref.nara.jp/1825.htm>

#### **Homepage de Agência Meteorológica do Japão (JMA sígla inglês)**

Publicações em japonês e em inglês sobre o tempo e desastres em todo o país.

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

# Confirmação de segurança あんび かくにん だいじょうぶ 安否確認(大丈夫かどうか調べる) しら

## Mural de mensagens no caso de desastres (Smartphone / Computador)

### さいがいようでんごんぼん 災害用伝言板

Quando ocorrer um desastre, uma mensagem a seguir aparecerá na tela do seu celular.

「災害用(さいがいよう)伝言板(でんごんぼん)の利用(りよう)開始(かいし)」

(Use o mural de mensagem para o caso de desastres.)

Você pode confirmar se o serviço está disponível no site do provedor de cada celular.

NTTdocomo	<a href="http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi">http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi</a>
au	<a href="http://dengon.ezweb.ne.jp/">http://dengon.ezweb.ne.jp/</a>
softBank	<a href="http://dengon.softbank.ne.jp/J">http://dengon.softbank.ne.jp/J</a>
Y!mobile	<a href="http://www.ymobile.jp/service/dengon/">http://www.ymobile.jp/service/dengon/</a>

## Aproveite o serviço de recados (171)! さいがいようでんごん だい や る NTT災害用伝言ダイヤル

Quando tiver dificuldade de completar a ligação devido à ocorrência de uma calamidade, poderá utilizar o serviço.

Você pode gravar e ouvir a mensagem ligando o número171.

Você pode experimentar o serviço nos seguintes dias: dia primeiro ao terceiro de janeiro, dia primeiro e dia 15 de cada mês.

Disque **1 7 1**

▼ Siga as instruções ▼

Para gravar, aperte **1**

Para ouvir, aperte **2**

▼ Siga as instruções ▼

Disque o número do telefone residencial da região vitimada pelo desastre, começando com o número do código da cidade. Ao usar o serviço, peça ajuda a alguém que entende o japonês, pois o serviço é feito em japonês.

(○○○○)○○-○○○○

▼ Escutar uma mensagem automática ▼

**1**(gravação reprodução do som)

▼ Escutar uma mensagem automática ▼

**9** (fim)

**8** (mais uma vez (somente quando reproduzir o som))



# Conhecimento de desastre e notas さいがい ちしき 災害の知識・メモ

## Terminologia de desastre さいがい ようご さいがい 災害用語(災害のことば)

Categoria 区分	japonês 日本語			Português ポルトガル語
		Como se ler よみ方	japonês simples やさしい日本語	
No caso de perigo de urgência  危険がせまった時	避難	ひなん Hinan	にげること	Evacuação
	避難勧告	ひなん かんこく Hinan-kankoku	にげてください	Chamada de evacuação
	避難場所	ひなん ばしょ hinanbasho	さいがいのとき、にげるところ	local/área de evacuação
	避難所	ひなん じょ Hinanjo	にげたあとせいかつできるところ	Abrigo de evacuação
	安否確認	あんぴ かくにん Anpi-kakunin	そのひとがだいじょうぶかどうかしらべます	Confirmação de segurança
A meteorologia  気象	注意報	ちゅうい ほう Tyuihou	あめ、かぜ、つなみなどが「あぶない」というおしらせ	Aviso cautelar
	警報	けいほう Keihou	あめ、かぜ、つなみなどが「とてもあぶない」というおしらせ	Alerta de grande risco
	特別警報	とくべつ けいほう Tokubetsu-keihou	「けいほうより とてもあぶない とくにきをつけてください」というおしらせ	Alerta especial de grande risco
	暴風雨	ぼうふう う Bofuu	とてもつよいあめとかぜ	Tempestade
	暴風域	ぼうふう いき Boufuuiki	たいふうでとてもつよいかぜがふくばしょ	Zona de tempestade
O terremoto  地震	震源	しんげん Shingen	じしんがおきたところ	Epicentro
	震度	しんど Shindo	じしんのゆれのつよさ・おおきさ(0~7まであって7がいちばんつよい・おおきい)	Intensidade sísmica
	余震	よしん Yoshin	おおきなじしんのあとにおこるじしん	Abalo secundário
	耐震性	たいしん せい Taishinsei	じしんにたえるちから	Resistência ao terremoto

Categoria 区分	japonês 日本語			Português ポルトガル語	
		Como se ler よみ方	japonês simples やさしい日本語		
Chuva torrencial・ Tufão  大雨・台風	崖崩れ	がけ くずれ	Gake- kuzure	やまで、つちやいしがおちます	Deslizamento da terra
	土砂崩れ	どしゃ くずれ	Dosha- kuzure	じしん、あめでやまなどのつちがきゅう にくずれおちること	Desmoronamento da terra
	洪水	こうずい	Kouzui	あめがたくさんふり、かわのみずが あふれること	Transbordamento de água/enchente
	浸水	しんずい	Shinsui	いえのなかにみずがはいります	Inundação
A vida  生活	ライフ ライン	らいふ らいん	Raifurain	すいどう、でんき、がす、でんわなどの ねっとわーくしすてむ	Abastecimento de água, gas e eletricidade
	断水	だんずい	Dansui	すいどうをつかうことができません	Corte da água
	給水	きゅう ずい	Kyussui	みずをもらうことができます	Fornecimento da água
	非常食	ひじょう しょく	Hijou- shoku	さいがいのときのために、じゅんぴ しておくたべもの	Reserva de alimentos de emergência
	救援物資	きゅうえ んぶつし	Kyuen- busshi	さいがいなどでこまったときに、ただ でもらえるもの	Fornecimento dos socorros
	炊き出し	たきだし	Takidashi	ごはんをもらうことができます	Sopas e comidas quentes
	配給	はいきゅう	Haikyuu	たべものなどをただでくばること	Distribuição dos socorros
	被災者	ひさいしゃ	Hissaisha	さいがいをうけたひと	Vítimas de desastre
	罹災証明	りさい しょうめい	Rissai- shoumei	さいがいにあったことをしょうめい するもの	Atestado de vítima de desastre
	仮設住宅	かせつ じゅうたく	Kasetsu- jyuutaku	さいがいでいえがなくなったとき、 いちじてきにすむことができます	Moradia provisória
備蓄品	びちくひん	Bitikuhin	さいがいのときなどのためにじゅんぴ しておくもの	Reserva para uma emergência	

# Lista dos itens para o caso de emergência

ひじょうもちだしひん に とき も もの  
非常持出品 (逃げる時に持つ物)



★Comidas <small>た もの</small> 食べ物		★Objetos de valor <small>たいせつ もの</small> 大切な物	
<input type="checkbox"/>	Água potável <small>いんりょうすい</small> 飲料水	<input type="checkbox"/>	O dinheiro <small>かね</small> お金
<input type="checkbox"/>	Os alimentos conservados no vácuo <small>しよくひん</small> レトルト食品	<input type="checkbox"/>	Cartão magnético·caderneta de banco·carimbo <small>きゃっしゅかーど つうちよう いんかん</small> キャッシュカード・通帳・印鑑
<input type="checkbox"/>	Enlatados <small>かんづめ</small> 缶詰	<input type="checkbox"/>	Cartão de seguro <small>けんこう ほけんしやう</small> 健康保険証
<input type="checkbox"/>	Bolachas, salgadinhos, etc. <small>かし</small> お菓子など	<input type="checkbox"/>	Passaporte <small>ぱすぽーと</small> パスポート
<input type="checkbox"/>	Leite em pó·comida para bebês <small>こな みるく りにゆうしよく</small> 粉ミルク・離乳食	<input type="checkbox"/>	Zairyu card <small>ざいりゅう</small> 在留カードなどのID
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	Celular (carregador de bateria) <small>けいたい でんわ じゆうでんき</small> 携帯電話 (充電器)
★Itens de uso diário <small>せいかつようひん</small> 生活用品		★Outros <small>た</small> その他	
<input type="checkbox"/>	Agasalhos·as roupas íntimas <small>ふく ぼうかんぎ</small> 服 (防寒着など)・下着	<input type="checkbox"/>	Rádio portátil <small>らじお</small> ラジオ
<input type="checkbox"/>	Cobertores <small>もうふ</small> 毛布	<input type="checkbox"/>	Lanterna elétrica <small>かいちゆうでんとう</small> 懐中電灯
<input type="checkbox"/>	Luvas (luvas p/ trabalho) <small>てぶくろ ぐんて</small> 手袋 (軍手)	<input type="checkbox"/>	Pilhas/ lâmpadas <small>でんち/でんきゆう</small> 電池/電球
<input type="checkbox"/>	Lenço de papel <small>ていっしゅ</small> ティッシュ	<input type="checkbox"/>	Velas, isqueiro, caixa de fósforos <small>らいたー まっち</small> ろうそく・ライター・マッチ
<input type="checkbox"/>	Toalhas <small>たおる</small> タオル	<input type="checkbox"/>	Capacete <small>ぼうし へる めつと ぼうさい</small> 帽子 (ヘルメット・防災ずきん)
<input type="checkbox"/>	Fraldas <small>おむつ</small> おむつ	<input type="checkbox"/>	Faca <small>ナイフ</small> ナイフ
<input type="checkbox"/>	Absorventes <small>せいりようひん</small> 生理用品	<input type="checkbox"/>	Abridor de lata/ garrafa <small>かんき せんぬ</small> 缶切り・栓抜き
<input type="checkbox"/>	Sacos de plástico <small>びにーるぶくろ</small> ビニール袋	<input type="checkbox"/>	Medicamentos <small>くすり じょうびやく いちようやく きずぐすり</small> 薬 (常備薬・胃腸薬・傷薬)
<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	

# Dados pessoais necessários no caso de desastres

きんきゅう こじん かーど

## 緊急個人カード

### Faça sua ficha de emergência e coloque na sua mochila!

ひなん かーど さくせい かばん い  
 ~ 避難したときのために、カードを作成しカバンなどに入れておきましょう! ~

Nome なまえ 名前			
Idioma げんご 言語		Nacionalidade くに 国	
Data de nascimento せいねんがっぴ 生年月日		Tipo sanguíneo けつえきがた 血液型	
Endereço, número de telefone じゅうしょ でんわばんごう 住所と電話番号			
Número de passaporte ぱすぽーと パスポートNo.		Nome e mapa da área de evacuação ひなん ばしょ ちず 避難場所の地図	
Número de Zairyu card ざいりゅうかーど 在留カードNo.		Nome:	
Nome dos membros da família e os contatos かぞく なまえ れんらくさき 家族の名前と連絡先			
Nome do local de trabalho e os contatos きんむさき なまえ れんらくさき 勤務先の名前と連絡先			
Contato no exterior がいこく れんらくさき 外国の連絡先			
Consulado ou Embaixada りょうじかん たいしかん 領事館・大使館			
Cidade, vilarejo ; município しちょうそんやくば 市町村役場			

# Japoneses úteis

# 日本語で伝える

<Mostra as frases a seguir

下記を示して伝えましょう>

## Situação ばめん 場面

## O que quer dizer つた ことば 伝えたい言葉

**Se você não souber o local do abrigo.**

ひなんじよ ばしよ  
避難所の場所がわからないとき



わたし ひなんじよ つ  
私を避難所に連れて行ってください。  
Watashi wo hinanjo ni tsureteitte kudasai

(Por favor, me leve ao abrigo de evacuação.)

**Se você estiver com enfermidade ou ferimento grave.**

おお びようき  
大きな病気やけがをして  
こま  
困っているとき



けがをしています Kega wo shiteimasu  
(Me machuquei.)

びょういん つ い  
病院に連れて行ってください。  
Byouin ni tsureteitte kudasai  
(Por favor, me leve ao hospital..)

きゅうきゆうしゃ よ  
救急車を呼んでください。  
Kyuukyusha wo yonde kudasai  
(Por favor, chame a ambulância.)

**Se o trem ou o ônibus parar.**

でんしゃ ばす と  
電車やバスが止まった  
とき



うご  
いつ動きますか?  
Itsu ugokimasuka?  
(Quando começar a operar?)

わたし まるまる い  
私は〇〇まで行きますが、  
どうしたらいいですか?  
Watashi wa〇〇made ikimasu ga,  
doshitara iidesuka?  
(Eu vou ir a〇〇, o que eu devo fazer?)

**Se você procura alguém que fale português.**

ぼるとがるご ひと  
ポルトガル語がわかる人を  
さが つた  
探して伝えたいとき



こま ぼるとがるご はな ひと  
困っています。ポルトガル語が話せる人は  
いますか?

Komatteimasu. Porutogarugo ga  
hanaseru hito wa imasuka?  
(Não sei o que faço. Há alguém que fale português?)

## Serviço de consulta para os residentes estrangeiros

2018.1.1

Para que possam desfrutar a vida daqui, oferecemos consultas para os residentes estrangeiros em Nara sobre qualquer receios e dúvidas que encontrar : procedimentos de vistos, educação, tradução, esclarecimento sobre trabalho, assuntos médicos. A consulta é gratuita e pode ser feita pessoalmente, ou pelo telefone, fax ou e-mail. Mantemos sigilo absoluto.

- Horário de consulta : De segunda a sexta-feira, das 9hs às 17hs  
(exceto as férias nacionais eo período do Novo Ano)
- Idiomas disponíveis : Japonês : De segunda a sexta-feira  
Cinês : Terça e quinta-feira  
Português : Segunda, quarta e sexta-feira  
Inglês : Segunda e sexta-feira
- Escritório de consulta : Nara Prefecture International Citizens Center  
Endersço : 2o andar, Silkia Nara 8-1 Sanjo Honmachi, Cidade de Nara  
3 minutos a pé de estação JR Nara (em baixo do Hotel Nikko)  
TEL : 0742-81-3420, 0742-81-3320  
FAX : 0742-81-3321



ならけんがいこくじんしえんせんたー  
**発行元：奈良県外国人支援センター**  
Publisher : Nara Prefecture International Citizens Center

〒630-8122 奈良市三条本町 8-1 シルクア奈良 2階

2nd Floor, Silkia Nara 8-1 Sanjo Honmachi, Nara city

TEL : 0742-81-3320 (Office)

0742-81-3420 (Consultation)

FAX : 0742-81-3321

URL : <http://www.pref.nara.jp/31640.htm>