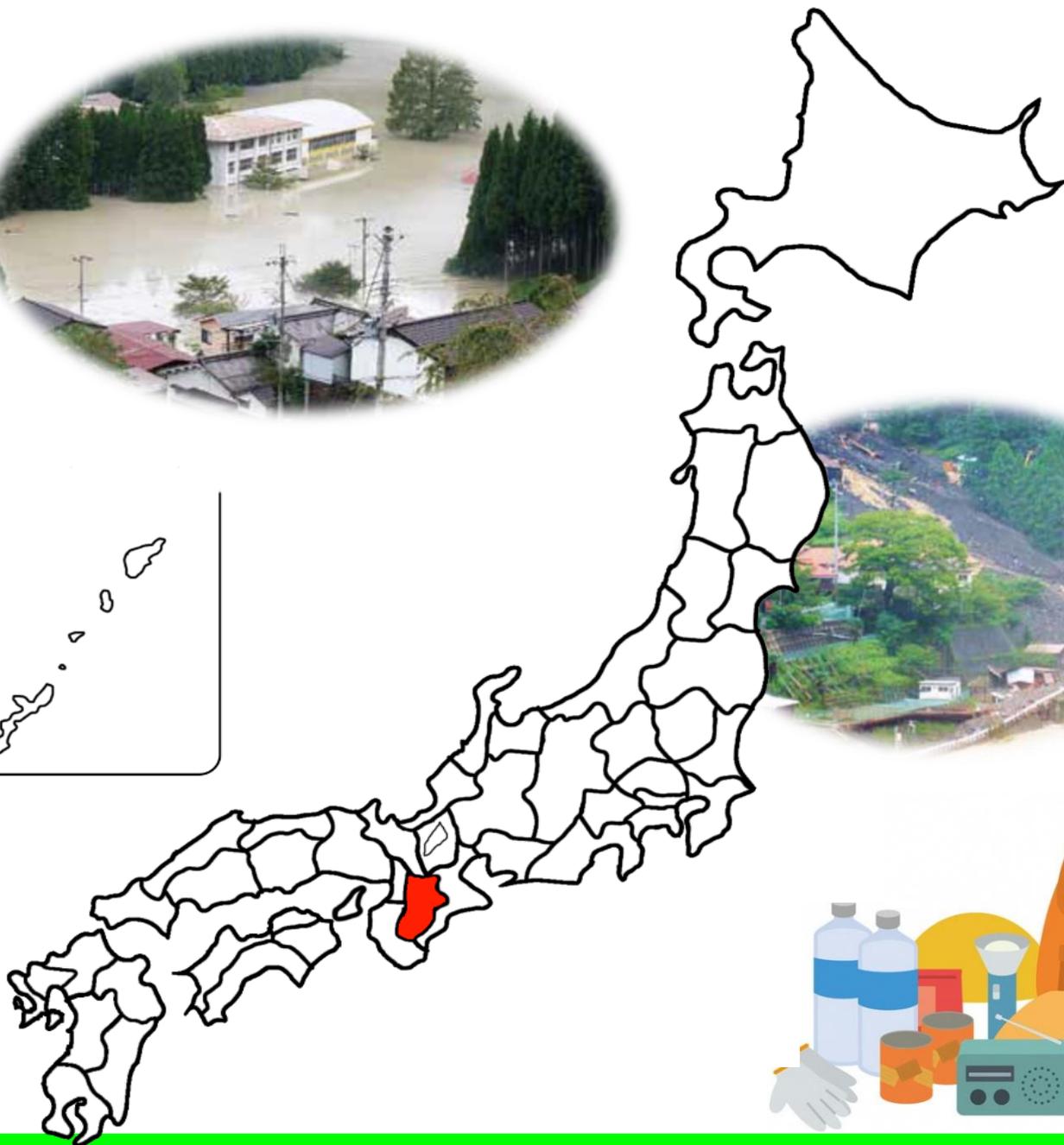
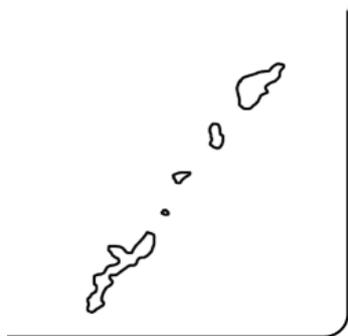


# Guia de Prevenção de Desastres Português

ぼうさいが いど ぼるとがるごばん  
防災ガイド／ポルトガル語版



Província de Nara



な ら けん  
奈 良 県

# Índice

|  |    |
|--|----|
| <b>Introdução</b> はじめに   | 1  |
| <b>Desastres em Nara</b> <sup>なら</sup> <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> 地震   | 4  |
| ▪Sumário da JMA (escalas de intensidade sísmica)<br>▪Como proteger por si mesmo no caso do terremoto   |    |
| <b>Tempestade</b> <sup>おおあめ</sup> 大雨   | 7  |
| ▪O que fazer no caso de tempestade e tufão.<br>▪Evacuação no caso de tempestade  |    |
| <b>Preparando-se para desastres</b> <sup>さいがい</sup> <sup>そな</sup> 災害への備え   | 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<br>▪Adquirir informações<br>▪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<br>▪Lista de itens necessários para evacuação e estoques<br>▪Dados pessoais necessários no caso de desastre<br>▪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)

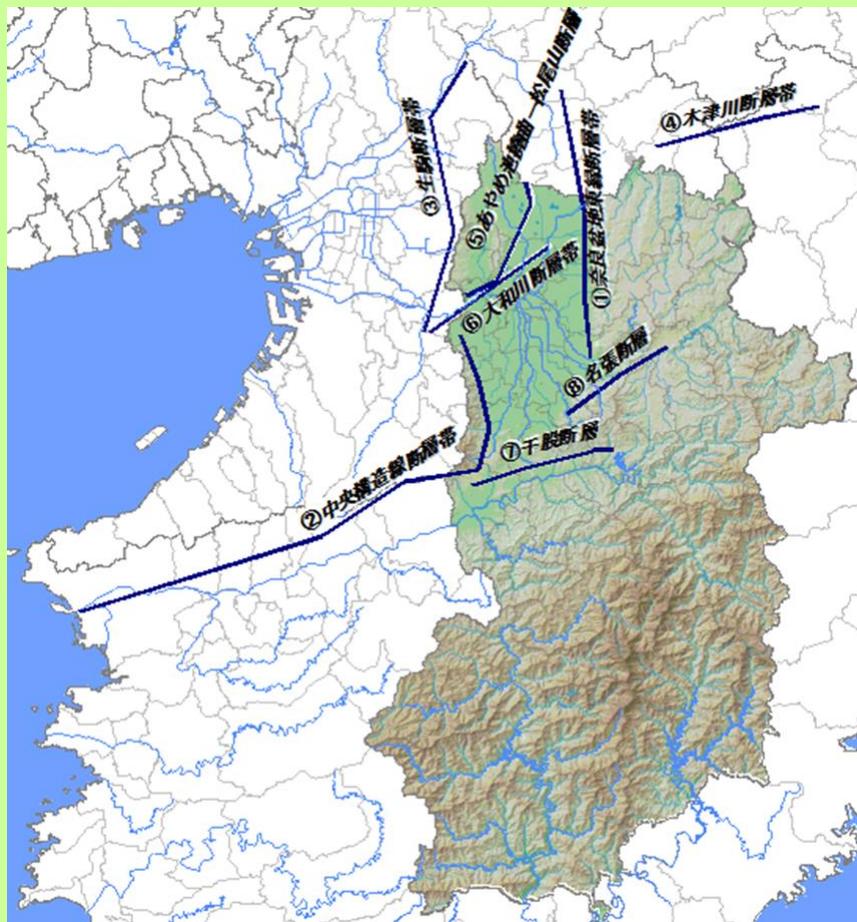
1ページ断層図 : 「第2次奈良県地震被害想定調査報告書(平成16年10月公表)」より

# Introdução はじめに

O 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.

ならけん おお じしん かろうせい だんそう  
奈良県で大きな地震をひきおこす可能性のある断層



- ① なら ほんち とう えんだんそうたい 奈良盆地東縁断層帯 Zona de falha de Narabonchi toen (M7.5)
- ② ちゅうおうこうぞうせんだんそうたい 中央構造線断層帯 Zona de falha de línea medial (M8.0)
- ③ いこま だんそうたい 生駒断層帯 Zona de falha de Ikoma (M7.5)
- ④ きづがわだんそうたい 木津川断層帯 Zona de falha de Kizugawa (M7.3)
- ⑤ いけとうきよく まつお さんだんそう あやめ池撓曲-松尾山断層 Dobra de Ayameike -Falha de Matsuoyama (M7.0)
- ⑥ やまとがわだんそうたい 大和川断層帯 Zona de falha de Yamatogawa (M7.1)
- ⑦ ち まただんそう 千股断層 Falha de Chimata (M7.1)
- ⑧ な ぼりだんそう 名張断層 Falha de Nabari (M6.9)

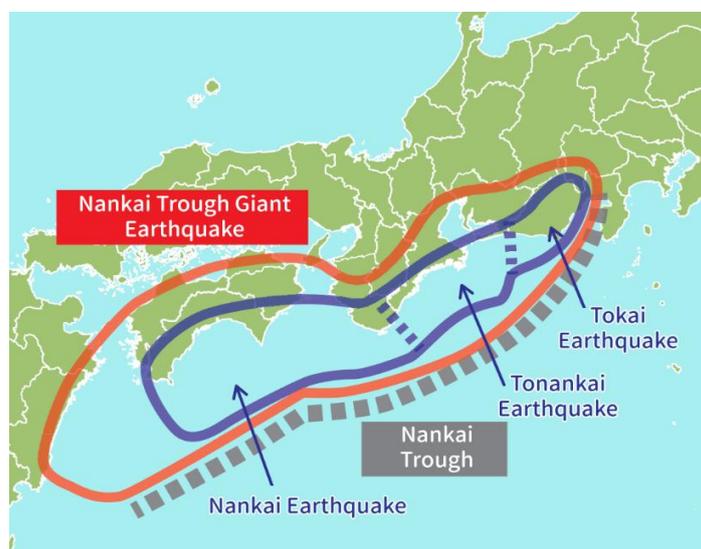
# Desastres em Nara なら さいがい 奈良の災害について

## ●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, gás 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 12 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

地すべり



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 3 a 4 de setembro de 2011, foi o recorde registrado na história de península 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

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

じしん つよ しんど ゆかた  
地震の強さ(震度)と揺れ方

Escala: 1

Escala: 2

Escala: 3

Escala: 4



- A maioria das pessoas fica assustada.
- Objetos pendurados como lampadas 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 alta resistência aos terremotos devem se inclinar.
- Muitos edifícios de concreto armado com baixa resistência aos terremotos devem desmoronar.

# 《Como proteger-se contra terremotos》 じしん からだ まも 地震から体を守ろう

Se você sentir o tremor...

Fique calma e procure segurança para si mesmo  
secure your personal

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, Radio, 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 gas.



### ●Na rua

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

# Tempestade

おおあめ  
大雨

## 《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: que ocorrerá calamidades, e  
contramedidas são necessárias

Se a chuva continuar...

Alta possibilidade de ocorrência de desastres graves

O alarme especial de grandes chuvas

“Oame tokubetsu keiho”



Proteja-se  
imediatamente!

- 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.



## 《Evacuacao em caso de chuvas fortes》 おおあめとき 大雨の時は逃げよう

- Durante as chuvas fortes, os rios podem transbordar e as águas podem inundar as casas. O deslizamento de terra pode ocorrer. Fuja imediatamente.
- 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.)

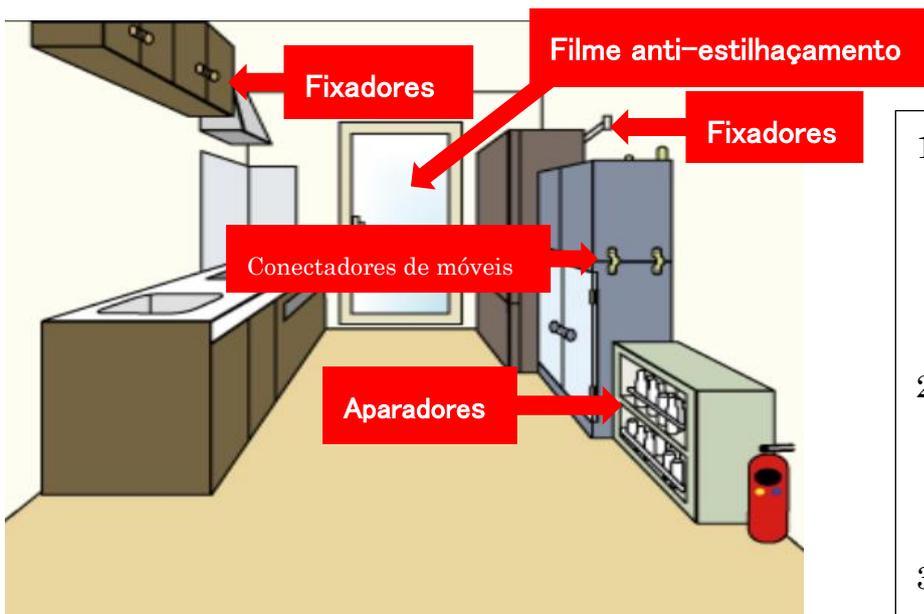
| nível de alerta   | Informações                        | Como agir   |
|---|------------------------------------|---|
| <b>5</b>  | <b>Garantir a segurança</b>        | <p><b>Sua vida está em risco. Procuere a segurança!</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Voce não consegue evacuar nenhum lugar seguro. Sua vida está em risco. Mude imediatamente o lugar para onde está mais seguro.</li> </ul> |
| <b>&lt; Evacuar sem falta antes do nível de alerta 4 ! &gt;</b> |                                    |   |
| <b>4</b>  | <b>Ordem de refúgio</b>            | <p><b>Fuja de onde está em risco.</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Fuja imediatamente do lugar perigoso.</li> </ul>   |
| <b>3</b>  | <b>Os idosos devem refugiar</b>    | <p><b>Os idosos</b>, deficientes físicos, pessoas com crianças que precisam mais tempo para mover-se, devem começar o refúgio para o abrigo mais próximo e mais seguro;</p>   |
| <b>2</b>  | <b>Cautela para chuvas fortes.</b> | Confirme a localização do abrigo local no mapa de perigo e prepare-se para a evacuação.   |
| <b>1</b>  | <b>Precauções iniciais</b>         | Prepare-se para o desastre.   |

## 《Estejam preparados para terremotos, tempestades, tufões e deslizamento de terra》 地震・大雨・台風・土砂災害の そなえ 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.

# 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)を知る

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 designado de evacuação de urgência

Parques e áreas abertas num lugar alto

### Abrigo designado de

Edifícios como escolar

primária, escola ginásial,

escola colegial e centro de

comunidade

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 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 情報をあつめる

### ● Rádio らじお ラジオ

Use o rádio de pilha, pois será possível adquirir as informações no caso da falta de energia, 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 da Cidade de Nara)、83.4 MHz(Área da Cidade de Ikoma)89.0 MHz(Área da Cidade de Gojo)、88.5 MHz(Área da Cidade de Uda)etc. |      |
| Nara Dotto FM             | 78.4MHz   | etc. |
| FMhihoo Fm (Nishi-Yamato) | 81.4MHz(Área da Cidade de Ohji)   |      |

### ● Internet いんたーねっと インターネット

Deixe preparado o carregador sem falta.

#### Portal da província de Nara

Informações em português sobre desastre natural e condição de estradas no local.

[www.bosai.pref.nara.jp/pc/topdis-nara.html](http://www.bosai.pref.nara.jp/pc/topdis-nara.html)

#### Agência Meteorológica do Japão

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

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

#### “Safety tips for travelers” do governo japonês

Informações em inglês sobre desastres naturais em todo o país

<https://www.jnto.go.jp/safety-tips/>

## 《Confirmação de segurança》 だいじょうぶ たし 大丈夫かどうか確かめる

### ● Mural de mensagens no caso de desastres

(Smartphone / Computador)

さいがいようでんごんばん  
災害用伝言板

Quando ocorrer um desastre grande com terremoto de escala 6 fraco o mais, um mural de mensagem será aberto. Você pode confirmar a sobrevivência das pessoas.

O método de operação difere dependendo da operadora de telefonia móvel e do modelo, portanto, verifique do serviço em seu celular.

### ● Serviço de recados (171)

さいがいようでんごん だい や る  
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 número 171.

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



## 《Terminologia de desastre》 さいがい 災害のこたば

| Categoria<br>区分                           | japonês 日本語 |                    |                            | Português<br>ポルトガル語                          |                                 |
|---|-------------|--------------------|----------------------------|--|---------------------------------|
|   |             | Como se ler<br>よみ方 | japonês simples<br>やさしい日本語 |  |                                 |
| No caso de perigo de urgência<br>危険がせまつた時 | 避難          | ひなん                | Hinan                      | にげること  | Evacuação                       |
|   | 避難指示        | ひなん<br>しじ          | Hinan-shiji                | にげて ください                                     | Ordem de evacuação              |
|   | 避難場所        | ひなん<br>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<br>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<br>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<br>気象                      | 注意報         | ちゅうい<br>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<br>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               | Bofuu                      | とても つよい あめ と かぜ                              | Tempestade                      |
|   | 暴風域         | ぼうふう<br>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<br>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<br>せい         | Taishinsei                 | じしんに たえる ちから                                 | Resistência ao terremoto        |

| Categoria<br>区分                        | japonês 日本語 |                  |                                 | Português<br>ポルトガル語                         |  |
|--|-------------|------------------|---------------------------------|---|--|
|  |             | Pronúncia<br>よみ方 | Japonês simples<br>やさしい日本語      |   |  |
| Chuva<br>torrencial・<br>Tufão<br>大雨・台風 | 崖崩れ         | がけ<br>くずれ        | Gake-<br>kuzure                 | やまで、つちや いしが おちます                            | Deslizamento da terra                        |
|  | 土砂崩れ        | どしゃ<br>くずれ       | Dosha-<br>kuzure                | じしん、あめで やまなどのつち<br>が きゆうに くずれおちること          | Desmoronamento<br>da terra                   |
|  | 洪水          | こうずい             | Kouzui                          | あめが たくさん ふり かわの<br>みずが あふれること               | Transbordamento<br>de água/enchente          |
|  | 浸水          | しんすい             | Shinsui                         | いえの なかに みずが はいり<br>ます                       | Inundação                                    |
| A vida<br>生活                           | ライフ<br>ライン  | らいふ<br>らいん       | Raifurain                       | すいどう、でんき、がす、でんわな<br>どの ねっとわーく しすてむ          | Abastecimento de água,<br>gas e eletricidade |
|  | 断水          | だんすい             | Dansui                          | すいどうを つかうことができません                           | Corte da água                                |
|  | 給水          | きゆうす<br>い        | Kyussui                         | みずを もらうことが できます                             | Fornecimento da<br>água                      |
|  | 非常食         | ひじょう<br>しょく      | Hijou-<br>shoku                 | さいがいの ときの ために、じゅ<br>んびしておく たべもの             | Reserva de alimentos<br>de emergência        |
|  | 救援物資        | きゆうえ<br>んぶっし     | Kyuen-<br>busshi                | さいがいなどで こまったときに、<br>ただで もらえる もの             | Fornecimento dos<br>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<br>quentes                   |
|  | 配給          | はいきゅ<br>う        | Haikyuu                         | たべものなどを ただで くばる<br>こと                       | Distribuição dos<br>socorros                 |
|  | 被災者         | ひさい<br>しゃ        | Hissaisha                       | さいがいを うけた ひと                                | Vítimas de<br>desastre                       |
|  | 罹災証明        | りさい<br>しょうめい     | Rissai-<br>shoumei              | さいがいに あった ことを しょう<br>めいする もの                | Atestado de<br>vítima de<br>desastre         |
|  | 仮設住宅        | かせつ<br>じゅうたく     | Kasetsu-<br>jyuutaku            | さいがいで いえが なくなった<br>とき いちじてきに すむ ことが<br>できます | Moradia<br>provisória                        |
| 備蓄品                                    | びちく<br>ひん   | Bitikuhin        | さいがいの とき などの ために<br>じゅんび しておくもの | Reserva para uma<br>emergência              |  |

# 《Lista dos itens para o caso de emergência》

に逃げる時に持つ物



| Comidas <small>食べ物</small>              |   | Objetos de valor <small>大切な物</small> |   |
|---|---|--------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/>                | Água potável <small>飲料水</small>                 | <input type="checkbox"/>             | O dinheiro <small>お金</small>                                  |
| <input type="checkbox"/>                | Os alimentos conservados no vácuo<br>レトルト食品     | <input type="checkbox"/>             | Cartão magnético·caderneta de banco·carimbo<br>キャッシュカード·通帳·印鑑 |
| <input type="checkbox"/>                | Enlatados<br>缶詰                                 | <input type="checkbox"/>             | Cartão de seguro<br>健康保険証                                     |
| <input type="checkbox"/>                | Bolachas, salgadinhos, etc.<br>お菓子など            | <input type="checkbox"/>             | Passaporte<br>パスポート   |
| <input type="checkbox"/>                | Leite em pó·comida para bebês<br>粉ミルク·離乳食       | <input type="checkbox"/>             | Zairyu card<br>在留カードなどの ID                                    |
| <input type="checkbox"/>                |   | <input type="checkbox"/>             | Celular (carregador de bateria)<br>携帯電話(充電器)                  |
| Itens de uso diário <small>生活用品</small> |   | Outros <small>その他</small>            |   |
| <input type="checkbox"/>                | Agasalhos·as roupas íntimas<br>服(防寒着など)·下着      | <input type="checkbox"/>             | Rádio portátil<br>ラジオ   |
| <input type="checkbox"/>                | Cobertores<br>毛布                                | <input type="checkbox"/>             | Lanterna elétrica<br>懐中電灯                                     |
| <input type="checkbox"/>                | Luvas (luvas p/trabalho)<br>手袋(軍手)              | <input type="checkbox"/>             | Pilhas/ lâmpadas<br>電池/電球                                     |
| <input type="checkbox"/>                | Lenço de papel<br>ティッシュ                         | <input type="checkbox"/>             | Velas, isqueiro, caixa de fósforos<br>ろうそく·ライター·マッチ           |
| <input type="checkbox"/>                | Toalhas<br>タオル                                  | <input type="checkbox"/>             | Capacete<br>帽子(ヘルメット·防災ずきん)                                   |
| <input type="checkbox"/>                | Fraldas<br>おむつ                                  | <input type="checkbox"/>             | Faca<br>ナイフ   |
| <input type="checkbox"/>                | Absorventes<br>生理用品                             | <input type="checkbox"/>             | Abridor de lata/garrafa<br>缶切り·栓抜き                            |
| <input type="checkbox"/>                | Sacos de plástico<br>ビニール袋                      | <input type="checkbox"/>             | Medicamentos<br>薬(常備薬·胃腸薬·傷薬)                                 |
| <input type="checkbox"/>                | Máscara, Desinfetante para as mãos<br>マスク、手指消毒剤 | <input type="checkbox"/>             | Termômetro<br>体温計   |

# Dados pessoais necessários no caso de desastres

## 緊急個人カード

Faça sua ficha de emergência e coloque na sua mochila!

避難した時のために、カードを作ってカバンなどに入れておきましょう!

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

# Japanese úteis にほんご つた 日本語で伝える

<Mostra as frases a seguir これを見せて伝えましょう>

| Situação <small>ばめん</small> 場面  | O que quer dizer <small>つた</small> 伝えたい言葉 <small>ことば</small>  |
|---|---|
| <p>Se você não souber o local do abrigo.</p> <p><small>ひなんじょ ぼしよ</small><br/>避難所の場所がわからないとき</p>                 | <p><small>わたし ひなんじょ つ</small><br/>私を避難所に連れて行ってください。</p> <p>Watashi wo hinanjo ni tsureteitte kudasai</p> <p>(Por favor, me leve ao abrigo de evacuação.)</p>  |
| <p>Se você estiver com enfermidade ou ferimento grave.</p> <p><small>おお びょうき</small><br/>大きな病気やけがをして困っているとき</p> | <p>けがをしています <small>Kega wo shiteimasu</small><br/>(Me machuquei.)</p> <p><small>びょういん つ い</small><br/>病院に連れて行ってください。</p> <p>Byouin ni tsureteitte kudasai</p> <p>(Por favor, me leve ao hospital..)</p> <p><small>きゅうきゅうしゃ よ</small><br/>救急車を呼んでください。</p> <p>Kyuukyuusha wo yonde kudasai</p> <p>(Por favor, chame a ambulância.)</p> |
| <p>Se o trem ou o ônibus parar.</p> <p><small>でんしゃ ばす と</small><br/>電車やバスが止まったとき</p>                            | <p><small>うご</small><br/>いつ動きますか？</p> <p>Itsu ugokimasuka?</p> <p>(Quando começar a operar?)</p> <p><small>わたし まるまる い</small><br/>私は〇〇まで行きますが、どうしたらいいですか？</p> <p>Watashi wa 〇〇made ikimasu ga, doshitara iidesuka?</p> <p>(Eu vou ir a〇〇, o que eu devo fazer?)</p>   |
| <p>Se você procura alguém que fale português.</p> <p><small>ぼるとがるご ひと</small><br/>ポルトガル語がわかる人をさがして伝えたいとき</p>    | <p><small>こま</small><br/>困っています。ポルトガル語が話せる人はいますか？</p> <p>Komatteimasu. Porutogarugo ga hanaseru hito wa imasuka?</p> <p>(Não sei o que faço. Há alguém que fale português?)</p>   |

## Tradutores e voluntários de tradução na hora de desastres

Nara Prefecture International Citizens Center está recrutando as pessoas que apoiarão estrangeiros que sofreram de desastres naturais.

### 【Conteúdo de atividade】

- Atender a consulta de vítimas estrangeiros.
- Tradução das informações.
- Coleta e entrega das informações.

Veja os detalhes no site <https://www.pref.nara.jp/32413.htm>

## Serviço de consulta para os residentes estrangeiros

Para que possam desfrutar a vida daqui, oferecemos consultas para os residentes estrangeiros em Nara sobre qualquer receios e dúvidas que encontrar : A consulta é gratuita e pode ser feita pessoalmente, ou pelo telefone, fax ou e-mail. Mantemos sigilo absoluto. TEL para apenas uma consulta : 0742-81-3420

- 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  
Inglês Terça-feira  
Vietnamita Quarta-feira  
Cinês Quinta-feira
- A consulta **na recepção pela máquina**: coreano, vietnamita, nepâles, indonésio, tagalo, tailandês, espanhol, chinês português, inglês

Endereço : 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 (Consultation) 0742-81-3320 (Office)

FAX : 0742-81-3321

Publisher : Nara Prefecture International Citizens Center

ならけんがいこくじんしえんせんたー  
奈良県外国人支援センター

〒630-8122

奈良市三條本町 8-1 シルクア奈良 2階

TEL: 0742-81-3320 FAX :0742-81-3321

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

2024 年版

