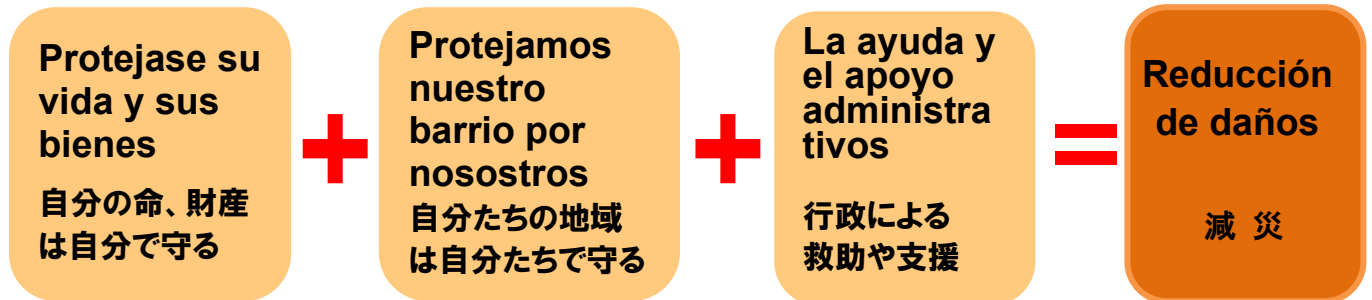


Conserve esta hoja

Debemos prepararnos lo mejor que podamos

~Si estamos preparados los terremotos no son de temer~



Nº1---Está tremendo el.... Terremoto?!! CALMA, TENGA CUIDADO

Nº2 --Si está fuera de casa no sea presa del pánico

Nº3 --Como asegurar los muebles

Nº4 --Prepare el kit de Emergencia

Nº5 --Preveniendo daños menores

Nº6 --Estableciendo la forma de comunicarse con su familia

Nº7 --Reflexionando acerca de nuestra vida en el refugio

Nº8 --Aprendamos primeros auxilios

Nº9 --Cartilla de términos usados en casos de terremoto (Consérvelo)



Edición : Gobierno de Shiga
 Compilación • Traducción : Grupo Voluntario "MIMITARO",
 Asociación Internacional de Shiga
<http://www.s-i-a.or.jp>

Está tremendo el...Terremoto?!!

CALMA, TENGA CUIDADO

Recientemente han venido ocurriendo terremotos en diversos lugares de Japón. También existe la posibilidad de temblores en la zona de Shiga debido al terremoto ocurrido en la zona oeste del lago Biwa o de la región Nankai o To-nankai. Con la finalidad de estar prevenidos iniciamos una campaña de información detallada en prevención de terremotos.

TEMBLOR

Después de 1 a 2 minutos

Después de 3 a 5 min.

Después de 5 a 10 min.

Después de 10 min, hasta algunas horas

~3día

- Primeramente debe protegerse debajo de la mesa o de la cama, si estuviera durmiendo protejase la cabeza con una colcha o un cojín.
- Tenga la costumbre de apagar el fuego por pequeño que fuera el temblor. Existe el sistema de corte automático del servicio de gas en caso de fuertes movimientos sísmicos, es por eso que en caso de peligro no debe preocuparse demasiado en apagarlo.
- Preparar la salida. Abrir puertas y ventanas. En conjuntos habitacionales existe una alta probabilidad de no abrirse las puertas, sin embargo las ventanas serán más fáciles de abrir.
- En caso de haber fuego verificar el centro y tratar de apagarlo en una etapa inicial.
- Usar zapatos dentro de la casa para protegerse de vidrios y desplazarse rápidamente para refugiarse.
- Confirmar la seguridad de la familia. Si existe riesgo de avalancha por precipitación de la montaña, debe buscar de ponerse a salvo e ir al refugio. De camino al refugio tener mucho cuidado con los vidrios rotos, metales u otros que puedan caer.



- Preparar el Kit de emergencia a su alcance.
- Confirmar si no hay incendios en su vecindario.
- Mantenerse informado. Esta información debe ser exacta: información a través de la radio, etc., y no dejarse influenciar por informaciones erróneas.



- Confirmar la seguridad de sus vecinos y verificar si necesitan ayuda (ancianos, personas con deficiencias físicas, etc)

- Refugiarse en caso de avalancha de la casa, propagación de incendio debido a movimientos sísmicos posteriores.
- Buscar a los niños en el colegio, etc.
- Prevenir incendios. Cerrar la llave de gas. Si tuviera que dejar la casa cerrar la llave general de la luz.
- Al dejar la casa dejar en forma visible la indicación del lugar dónde ubicarla.



- Retirar las provisiones reservadas. En general cada uno tiene que ver por sí mismo, por lo tanto es importante ayudarse entre vecinos.
- Cooperar en la ayuda y extinción de incendios junto a los grupos locales. Ponerse en contacto con el cuerpo de bomberos.
- Refugiarse y permanecer en grupo. Debe desplazarse a pie, no acercarse a muros, cables eléctricos cortados, ventanas con vidrio, etc
- Mantenerse informado. Preste atención a los comunicados municipales o provinciales~



~Si está fuera de casa no sea presa del pánico~

Si se encuentra en un Edificio

Esté alerta a un posible derrumbe, caída de vidrios, letreros, e máquinas automáticas (bebidas, etc). Protejase la cabeza y y dirijase a campo abierto



Zonas residenciales

Esté prevenido a las caídas de los muros, portones, vidrios, tejas y con los cables eléctricos fuera de lugar.



En el Subteraneo

Las estructuras de las áreas subterráneas son fuertes y con instalaciones contra el fuego. Espere hasta que el temblor cese y refúgiase siguiendo las instrucciones de los responsables o las indicaciones (letreros) de las salidas.



Al estar manejando el auto

Asegure el timón, estacione del lado izquierdo de la vía. Escuche información de la radio. Si tuviera que dejar el auto, cierre las ventanas, dejar la llave en el encendido y no cierre las puertas con llave. Si es posible lleve consigo la documentación del auto (Shaken-sho)



En el elevador

Presione los botones de todos los pisos y donde pare el elevador baje. En caso de permanecer parado presione continuamente el botón de emergencia



Supermercados , Shopping center

Proteja su cabeza con una canastilla buscando un lugar a salvo de las caídas de los productos. Espere hasta que termine el temblor. Refúgiase siguiendo las instrucciones de los vendedores.



Tren/Metro/Autobus

Asegurese en el asiento y el pasamano. Cuando salga por la salida de emergencia siga las instrucciones de los encargados.

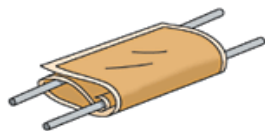


~Brindar asistencia a los necesitados en caso de desastres~

※Las personas que necesitan ayuda como en el caso de : los ancianos, bebés, internados o discapacitados que tienen dificultad para protegerse en caso de desastres.

● Ancianos /enfermos o heridos

Utilizar la camilla provisional o trasladarlos sobre la espalda en busca de refugio.



● Personas con dificultad auditiva

Hablarles abriendo exageradamente la boca, o a través de gestos o por escrito.



● Personas con dificultad visual

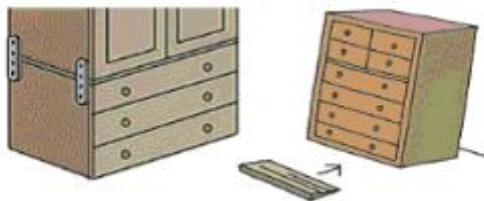
Informarle acerca de la situación y si fuera el caso de refugiarse, orientarla lentamente, tomando su codo con la mano del lado que no utiliza el bastón. Caminar indicándole donde se encuentran los obstáculos y escaleras.



Como asegurar los muebles

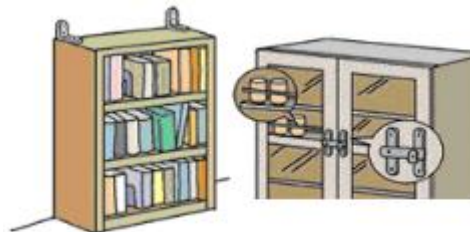
Muebles

- Al momento de fijar al techo los muebles con un soporte , asegúrese de que el techo sea suficientemente firme.
- Los muebles sobre alfombras o tatamis se caen fácilmente. En lo posible cámbielos a otra habitación o coloque una tabla debajo de ellos.
- Si no quiere o no puede entornillar directamente en los muebles , coloque una tabla encima del mueble y sobre esta proceda a asegurarla con la pared.



Libreros, aparador, etc.

- En el librero, colocar los libros más pesados en la parte de abajo y si es posible eliminar los espacios vacíos.
- Pegar autoadhesivos en las lunas para evitar que los vidrios se esparzan en el momento que se quiebre.
- En el aparador utilizar paños como base de los platos para evitar que estos se escurran.
- Evitar colocar cosas sobre los estantes.



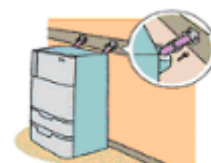
Televisión, computadoras, etc

- No colocar en lugares altos.
- Cuando use soportes de resina verifique la fecha de vencimiento o su resistencia al peso. No debe usarlos para muebles muy pesados.



Refrigeradora

- Debe colocar seguros en las puertas para evitar que los alimentos salgan despedidos en caso de temblor
- Debe asegurar la parte posterior de la refrigeradora a la pared fijándolas con piezas adicionales. Algunas refrigeradoras tienen piezas especiales para fijarlas en la pared, o si no, pasen alambre entre las puertas asegurándola con la pared



Lamparas

- Debe fijar dos puntas de la lámpara fluorescente con cintas adhesivas refractarias.
- Las lamparas colgantes, debe asegurarlas al techo en diferentes puntos con cables u otros.



Piano

- Para que el piano no se resbale y asegúrelo a la pared usando cables cubiertos con cintas plasticas o alambres protectores para que no se dañe al piano.

Verificar la estructura de la pared

- Al fijar los ganchos con rosca, arnes, cables y cantoneras en forma de "L" debe verificar el lugar adecuado de las paredes y hacerlo en estructuras firmes, asegurando las roscas de los pernos.
- Puede que en las paredes de yeso no logre asegurarlas adecuadamente.

Aire acondicionado, relojes de pared, cuadros

- Asegurarlos en las paredes utilizando cantoneras en forma de "L" o ganchos con rosca.

Planificando la ubicación de los muebles

- No colocar muebles en el oratorio.
- De preferencia no colocar muebles grandes en la habitación de los niños o ancianos.
- No dormir frente al mueble que puede caer.
- Dejar libres las entradas y salidas.
- Ubicar el muebles en lugares que no impidan el paso al momento de scape.



Prepare el kit de Emergencia

Kit de Emergencia

Es el equipo que debe llevar consigo al refugio. Tenerlo listo al lado de la cabecera o debajo de la cama junto con los zapatos, guantes y casco. La mochila debe tener un peso promedio de 15 kg para hombre y 10 kg para la mujer y en el caso de los niños lo que puedan cargar fácilmente. Es mejor una mochila para cada uno en caso de separarse, para que cada uno cuente con sus pertenencias.

- Entre otras cosas incluir batería para celular (cargador de batería, que pueda conectarse al encendedor del auto), biberón, leche en polvo, pañales descartables, crema para salpullidos, algodón depurados, copia de la libreta de atención materno infantil (el boshi-techo), papillas instantáneas, remedios cotidianos, copia de receta médica, puches en embalaje, aparatos auditivos, radio, etc.
- Si los guardan juntos la libreta bancaria, sello (inkan), escritura de la casa, objetos de valor, puede estar expuesto a un robo, por eso consérvelos en un lugar seguro, pero de fácil acceso.



Viveres de Reserva

Son los alimentos suficientes para manutención hasta recibir ayuda. La cantidad ideal seria para 3 días para la familia. Debe guardarla en lugar de fácil acceso.

Comprando un poco más de víveres de los que utiliza normalmente será suficiente para tener una buena reserva. Esté atento con la fecha de caducidad para su renovación.



Otros equipos

Ubique siempre estos equipos en lugares de fácil acceso:

- En la cocina, sala de estar (extinguidor)
- En el ingreso de la casa (herramientas)
- Segundo piso (cuerdas)



Dejar listo en el closet o escritorio donde trabaja, los objetos como toallas, zapatillas, guantes, suplementos nutritivos, agua, ropas ligeras, mapa con rutas, fotos familiares, etc, para cuando necesite regresar a pie hasta su casa.

¿Donde comprar?

En la sección de artículos de emergencia o tiendas de artículos de campamento encontrará muchos artículos especializados. También podrá adquirirlos en tiendas y supermercados. Es conveniente adquirirlos paulatinamente en sus compras diarias.

- **Alimentos de reserva:** además de galletas ("kanpan"), reserve comidas de larga duración. No olvide renovarlas.
- **Linterna, radio:** Podrá adquirirlos en tiendas de electrodomésticos. También hay modelos que funcionan manualmente sin necesidad de pilas.
- **Casco:** Se encuentran en las tiendas de Homecenter o tiendas para la construcción. Pueden ser también cascos para motocicletas o deportivos.

Preveniendo daños secundarios

Las tres chances para apagar el fuego

1. Cuando siente el temblor

Si el primer impacto no es muy fuerte, apáguelo. Tenga hábito de apagar el fuego por pequeño que sea.

2. Una vez controlado el temblor

Acercarse al fuego durante el fuerte temblor es peligroso, espere que se cese y apague el fuego.

3. Al iniciarse el incendio

Al iniciarse el incendio los tres primeros minutos son cruciales para apagar el incendio. No importa que tan pequeño sea el fuego no dude en pedir ayuda a los vecinos. Llame al 119 (Bomberos). No sólo los extinguidores y el agua, procure utilizar cosas que estén a la mano como mantas, entre otros. Pero si el fuego llega a tocar el techo refúgiase subitamente. De ser posible cierre puertas y ventanas del cuarto que se está incendiando para impedir la entrada del aire.

Como utilizar el extinguidor

<1> Retire el seguro con el dedo, jalándolo hacia arriba.



<2> Tome la manguera y apunte hacia al fuego.



<3> Presione el gatillo y sujételo firmemente



<4> Mueva la manguera (de derecha a izquierda y viceversa) como si estuviera barriendo.

<5> Ubíquese de espaldas a la salida del local para que no se desoriente por el humo o por el uso de los productos químicos.

Formas para extinguir el fuego en los siguientes casos

Olla con aceite

- No arroje agua precipitadamente.
- Moje una manta o una toalla grande y extiendala cubriendola por la parte de frente sobre la olla en llamas para cortar el aire (puede utilizar un extinguidor)
- No arroje mayonesa a la olla.



Estufa de kerosene

- Arroje agua desde la parte superior de un solo golpe.
- Si el kerosene se derrama, cúbralo con una manta y arroje agua sobre ella (puede utilizar un extinguidor)



Al baño

- Es muy peligroso abrir la puerta súbitamente porque aviva el fuego.
- Cierre la llave del gas, abra la puerta lentamente y extinga el fuego de una sola vez.

Aparatos electricoo

- enchufe para no electrocutarse y después proceda a apagar el fuego.



Cuando se incendia una persona

- Ruede sobre el piso y pida a las personas a su alrededor que lo sacudan para apagar el fuego (puede utilizar un extinguidor).
- Si se quema su cabello cubra la cabeza con toallas o ropa. (evite utilizar fibras sintéticas)

Cortinas y puertas corredizas de papel

- Para evitar que el fuego alcance el techo saque las cortinas y las puertas corredizas de papel para proceder a apagar el fuego.



Puntos esenciales para refugiarse en un incendio

- Si el fuego alcanza el techo no intente extinguirlo y refugiarse inmediatamente.
- Socorra primero a los más necesitados.
- No se preocupe en ropa o cosas materiales, refúgiase lo antes posible.
- No dude, salga de inmediato. Para atravesar en medio del fuego, salga corriendo sin parar
- Para que el humo no lo envuelva mantenga su posición lo más baja posible.

- Después de salir del lugar del incendio no regrese.
- En caso de que existan personas que aún no hayan salido del lugar del incendio dar aviso al bombero mas cercano.



Sobre el seguro de terremotos : En el caso de incendios con la causa de un terremoto (inclusive si el incendio es causado por efecto de propagacion externa) los daños no seran cubiertos por el seguro de incendios (kasai hoken); el seguro de terremoto (jishin hoken) es un seguro adicional. Confirme con la compañía de seguros.

Estableciendo la forma de comunicarse con su familia

Para comunicarse con sus familiares, deja libres las líneas telefónicas para las comunicaciones urgentes, tratando de utilizar otras alternativas.

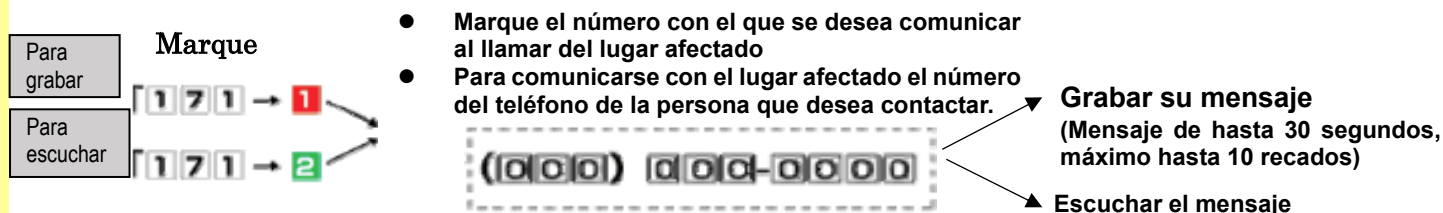
- Utilice la línea de NTT Dengon Dial para desastres "171". (Sistema de intercambio de mensajes)
- Las líneas de teléfonos públicos tienen conexión preferencial facilitando así la comunicación. Verifique con anticipación los teléfonos públicos cercanos a usted.
- Será más fácil la conexión a lugares distantes a lugares lejanos del desastre. Se recomienda que coordine previamente entre sus familiares definiendo un pariente como el lugar donde centralizar la información.

Dengon Dial para desastres

Usted puede probar usar el sistema el primero de cada mes, los tres primeros días de enero, durante la semana de prevención de desastres (del 30 de agosto al 5 de septiembre) y durante la semana de prevención de desastres y voluntariado (del 15 al 21 de enero).

Recordemos el "171"!

Procedimiento de Dengon Dial



Puede utilizar este sistema, por medio de :

teléfonos residenciales, públicos (botones o dial), celular, PHS*etc

*con excepción de algunas empresas telefónicas

Puede utilizar "Panel de mensajes (saigai -yo dengonban) " por medio del celular

- Servicio de mensajes através de E-mail
- Puede hacer uso de NTT DOCOMO, au, SoftBank Mobile, etc. (Consulte con su proveedor de servicio móvil.)
- Informese antes como utilizarlo. (Datos de marzo 2005)

◆40 % respondieron que no pudieron hacer nada

El gran terremoto de Hanshin-Awaji ocurrido el 17 de enero de 1995.

La encuesta acerca de las reacciones tomadas en el momento en que ocurrió este terremoto, mostró que 39,5% de las personas que respondieron, dijeron que no pudieron hacer nada .

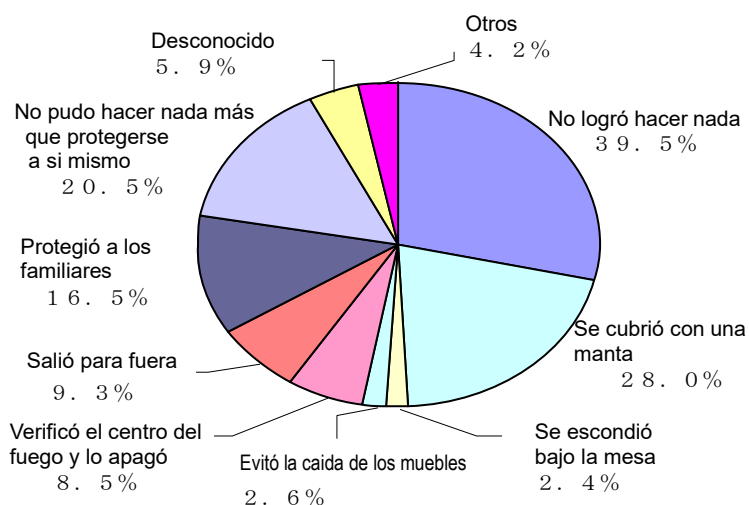
La persona llega a ser dominada por el temor, tiene la tendencia de ser dominada por el pánico y no consigue moverse. Si la persona no logra calmarse corre el riesgo de hasta perder la vida.

Es conveniente, antes de un terremoto, conversar con los miembros de la familia para saber las acciones a tomar en un momento crucial y evitar la crisis.



Reacciones en el momento del gran terremoto

Hanshin • Awaji (respuestas múltiples)



(" Archivo de las actividades de bomberos en el terremoto Hanshin • Awaji " editado por el departamento de la ciudad de Kobe)

Reflexionando acerca de nuestra vida en el refugio

Es una vida incómoda, sin privacidad pero es justamente en este momento cuando más se necesita la comprensión y ayuda mutua.

- Aún no perteneciendo a la asociación de vecinos o a la institución de prevención de desastres es necesario mantener entre todos un buen nivel de comunicación en el lugar de refugio para así evitar el aislamiento tanto de los que necesitan ayuda (ancianos, impedidos físicos, etc), turistas, etc. o de uno mismo.
- Frente a algún problema en el lugar de refugio pida la ayuda de un funcionario público, policía o encargado del sector salud.
- Evite incomodar a los demás.
- Tratar de eliminar el estrés. La práctica de ejercicios leves también ayuda en forma efectiva.
- El local del refugio será administrado básicamente por la institución de prevención de desastres, así pues no dependerá solamente de voluntarios o de la administración pública.
- Ante el riesgo de propagación de gripe o influenza es recomendable lavarse bien las manos, hacer gargaras y usar mascaros.
- En el caso de permanecer en el carro, tenga cuidado con el "Síndrome de Clase Económica" (puede causar trombosis por permanecer siempre en la misma posición). Si necesita permanecer en el auto debe tomar bastante líquido y hacer ejercicios hasta en la punta de los pies. El reposo en el auto deberá de ser limitado.



Inmuebles afectados

Serán evaluados por el inspector de análisis de peligros y emergencias que a su vez determinará el grado de riesgo al que se está expuesto y se exhibirán junto a las instalaciones los adhesivos que correspondan.

赤 : Rojo • Peligroso,
Prohibido el ingreso a este lugar

黄 : Amarillo • Entrada restringida,
Ingrese con cuidado.

緑 : Verde • Inspeccionada,
Uso autorizado.



- La mayoría de las casas están conectadas al sistema de corte automático de gas en caso de terremoto sobre el grado 5. Es apropiado como medida de seguridad informarse con anticipación como restablecer el servicio de gas.
- Para verificar la conexión del sistema de agua pruebe primero con las cañerías del baño. Si tuviera problemas comunique a la prefectura.
- Antes de conectar la electricidad verifique que no hay olor a gas.
- Si hay escape de gas ventilar totalmente el lugar, no debe prender el extractor.



Aprendamos primeros auxilios

En el caso de que ocurra un sismo en el que resulten muchos heridos y no pudiéramos contar con la ayuda de un puesto de socorro, debemos de pensar como actuar ante esta situación de emergencia. Para este tipo de situación vamos a aprender la manera de aplicar los primeros auxilios.

Metodo hemostatico (detener la hemorragia)

Si el sangrado es mucho, antes que nada debe conservar la calma para proceder a la aplicacion de los primeros auxilios y detener la hemorragia. En tal situacion si un adulto pierde alrededor de 400ml de sangre no hay problema, pero si pierde la tercera parte de sangre de su cuerpo (cerca de 1500 ml) corre el riesgo de perder la vida . Observe de donde, de que manera y la cantidad de sangre que esta saliendo.

Si la hemorragia chorrea (és abundante) -- Hemorragia arterial. Detenga la hemorragia urgentemente

- Si la hemorragia por expulsión -- Hemorragia venosa. Detenga la hemorragia de inmediato
- Si es una simple salida de sangre

<Método hemostático de presion directa>

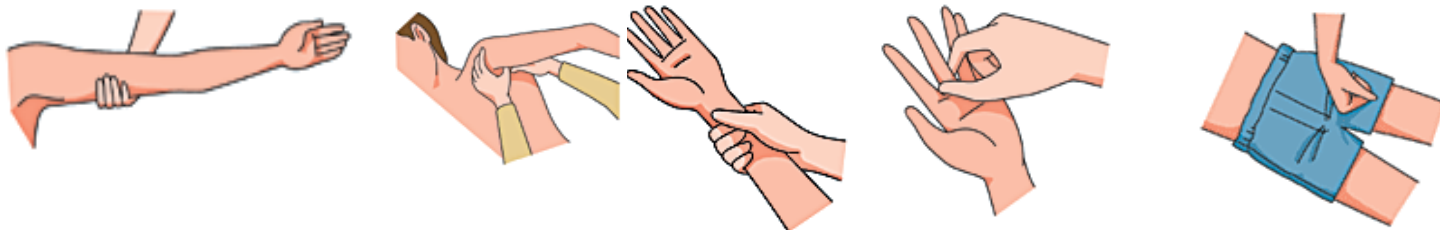
- Cubra la herida con una gasa grande y limpia y presione fuertemente.
- Mantenga la herida a una altura mayor a la del corazon.



<Método hemostático de presión indirecta>

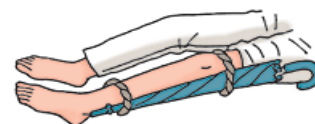
En el caso de hemorragia por chorro (arterial), presione sobre el hueso la arteria ubicada entre la herida y el corazon hasta poder practicar metodo hemostatico de presion directa.

- Al interior del centro del brazo
- Al centro de la axila
- En la raiz del pulso
- Ambos lados del dedo
- En la raiz de la horcajadura



Fractura

- Luego de colocar la tablilla de apoyo en la parte de la fractura, traslade el paciente al hospital.
- En el caso de no encontrar una tablilla, puede utilizar una tabla, revista, paraguas, carton, etc.



Quemadura

- Deje correr el agua sobre la herida para enfriarla.
- Si la herida esta sensible, sumergirla bajo el agua para no sentir la presion del golpe de agua.
- Si la quemadura es sobre la ropa deje correr lentamente el agua sin remover la ropa.
- En caso de que el area de la quemadura sea extensa, deje correr el agua con una manguera o balde y enfrie la zona con un paño limpio empapado de agua.
- En caso de que un niño sufriera una quemadura grande sumergirlo en agua fria de la bañera y cuando la estacion no sea muy fria.



A parte de todo ello existen situaciones en las que se debera practicar respiracion artificial, masajes al corazon. Es por ello necesario aprender metodos de resucitacion cardio-pulmonar en los cursos que realiza el Cuerpo de Bomberos, la Municipalidad o la Cruz Roja. Existen grupos de buceo en que realizan clases de salvavidas.

Cartilla de términos usados en casos de terremoto (consérvelo)

- # Guarde esta hoja junto con el kit de emergencia
- # Cualquier persona podrá utilizar el servicio local de refugio
- # En cuanto al sistema "171" de confirmación de seguridad familiar véase Mimitaro no.60

Términos de ayuda (USTED → JAPONÉS)

- 助けてください。 ⇔ AYUDEME POR FAVOR
- 日本語が分かりません。 ⇔ NO ENTIENDO JAPONÉS
- 〇〇語 を話せます ⇔ HABLO Español
- 〇〇 がいます。 ⇔ HAY UNA PERSONA 〇〇
(病人・けが人・家の中に人) (ENFERMA・HERIDA・DENTRO DE CASA)
- ケガしています。 ⇔ ESTOY HERIDO
- 体調が悪いです。 ⇔ ME SIENTO MAL
- 〇〇 が痛いです。 ⇔ TENGO DOLOR DE/EN 〇〇
(頭・首・胸・腰・おなか・手・足) (CABEZA・CUELLO・PECHO・CINTURA・BARRIGA・MANO・PIE)
- 〇〇 です。 ⇔ SUFRO DE 〇〇
(糖尿病・心臓病・てんかん) (DIABETES・ENF. CARDÍACA・EPILEPSIA)
- 〇〇 が不自由です。 ⇔ TENGO DEFICIENCIA 〇〇
(耳・目・手・足) (AUDITIVA・VISUAL・MANUAL・EN EL PIE)
- 家族と連絡を取りたい。 ⇔ QUIERO CONTACTAR A MI FAMILIA
- 〇〇 はどこですか。 ⇔ DONDE ESTÁ 〇〇?
(避難所・医者・食べ物・水・生活用品の配給、電話・トイレ・風呂・携帯電話の充電) (LOCAL DE REFUGIO・MÉDICO・COMIDA・AGUA・DISTRIBUCIÓN DE PROVISIONES・TELÉFONO・Baño・TINA・RECARGADOR DE BATERÍA DEL CELULAR)
- 〇〇 は使えますか。 ⇔ ¿ES POSIBLE USAR 〇〇?
(トイレ・水道・電話・ガス・バス・電車) (EL BANO・AGUA・TEL・GAS・OMNIBUS・TREN)
- 〇〇 がほしいです。 ⇔ QUIERO 〇〇.
(水・粉ミルク・湯・離乳食・オムツ・毛布・生理用品・服) (LECHE EN POLVO・AGUA CALIENTE・PAPILLA・PANAL・FRAZADA・ABSORBENTES・ROPA)
- 〇〇 が食べられません。 ⇔ NO PUEDO COMER 〇〇
(健康上・宗教上) (豚肉・牛肉・そば・卵・魚) (POR PROBLEMAS DE SALUD・PORMIRELIGIÓN) (CARNE DE PUERCO・CARNE DE RES・HUEVO・PESCADO)

Términos de auxilio (JAPONÉS → USTED)

- 逃げてください。 ⇔ ¡HUYA!
 - ついてきてください。 ⇔ VENGA JUNTO CONMIGO
 - 危ないです。 ⇔ ES PELIGROSO
 - 大丈夫です。 ⇔ ESTA BIEN
 - 〇〇に避難してください。 ⇔ REFUGIESE 〇〇
(避難所・小学校・中学校・公民館) (LOCAL DE REFUGIO・ESCUELA PRIMARIA・ESCUELA SECUNDARIA・CENTRO PÚBLICO MUNICIPAL)
 - 〇〇に入らないでください。 ⇔ NO INGRESAR (A) 〇〇
(家・建物・許可なく) (CASA・EDIFICIO・SIN AUTORIZACIÓN)
 - 〇〇を 時 分に配ります。 ⇔ DISTRIBUIREMOS 〇〇
(食料・水・生活用品) (ALIMENTOS・AGUA・PROVISIONES)
- A LAS ____ HS ____ MIN



LOCAL DE REFUGIO



PROHIBIDO INGRESO



PROHIBIDO FUMAR



TRANSITO PROHIBIDO

DATOS PERSONALES

NOMBRE(名前): _____
 FECHA DE NASC (生年月日): ____
 año ____ mes ____ dia
 年 ____ 月 ____ 日
 TIPO SANGUÍNEO: ____ 型 (Rh +・-)
 DIRECCION (自宅住所): _____
 TEL: _____
 LOCAL DE TRABAJO (勤務先): _____
 TEL: _____
 CONTACTO EN CASO EMERGENCIA
 (緊急連絡先): _____
 TEL: _____

Cartilla de términos usados en casos de terremoto (consérvelo)

避難指示	hinanshiji? ALERTADEREFUGIO
避難解除	hinan kaijo? FINDEALERTADE REFUGIO
火事	kaji? INCENDIO
土砂崩れ	Dosha kuzure? DERRUMBE
危険	kiken? PELIGROSO
余震	yoshin? EMBLORES SECUNDARIOS
応急処置	okyushochi? PRIMEROS AUXILIOS
救護所	kyugoshō? PUESTO DE PRIMEROSAUXILIOS
ペースメーカー	Pesumeka? - MARCA- PASSO
人工透析	jinko toseki? HEMODIALISIS
炊き出し	taki dashi? PREPARACION DE COMIDA
給水車	kyusuisha? CAMION CISTERNA
利用時間	riyojikan? HORARIO DE USO
火気厳禁	kaki genkin? PROHIBIDO USAR FUEGO
喫煙場所	kitsuen basho? ZONA DE FUMADORES
無料/有料	muryo/yuryo? GRATUITO/ COBRANZA
貸し出し	kashidashi? PRESTAR
通行可能	tsuko kano? TRANSITO AUTORIZADO
消灯時間	shoto jikan? HORARIO DE CORTE DE LUZ
エコノミー クラス症候群	economy class shokogun? SINDROME DE CLASE ECONOMICA
復旧	fukkyu? REESTABLECIDO
り災証明書	risaishomeisho? CERTIFICADO DE DAMNIFICADO