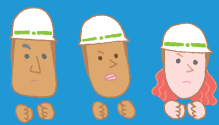


災害多言語情報

Información multilingüe sobre desastres

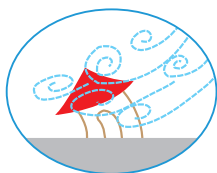


Cómo evacuar en caso de desastre

災害時の避難のしかた

Hay varios "desastres". Pensemos en cómo actuar cuando está a punto de ocurrir u ocurre un desastre.

いろいろな「災害」があります。災害が起こりそうなとき、起こったとき、どのように行動すればいいか考えてみましょう。



Tifón
台風



Fuertes lluvias
大雨



Sismo/ temblor
地震



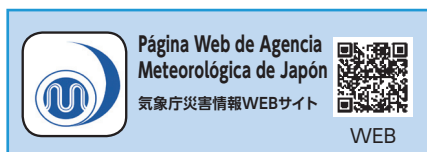
Tsunami
津波



Deslizamiento de tierra
土砂崩れ

1 Obtengamos información correcta sobre el desastre!

災害の正しい情報を入手しましょう!







2 Evacuemos a un lugar seguro.

安全な場所へ「避難」しましょう

Confirme que el lugar de refugio tiene fácil acceso a agua, alimento, baño e información de apoyo.

避難するところが水や食料、トイレの場所や支援の情報などが入手しやすい所かどうか確認しておきましょう。

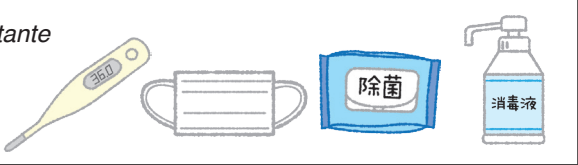




<p>Refugiarse en casa 自宅避難</p> 	<p>Significa llevar una vida de refugiado quedándose en casa. Si vive en un edificio sólido como un apartamento, y vive en un piso alto, puede optar por quedarse en su casa. Las personas que viven cerca de un río, tierras bajas o en lugares peligrosos como pendientes, no deben refugiarse en casa. 自宅にいながら避難生活をする事です。 マンションなどの頑丈な建物で、高い階に住んでいる人は自宅避難を考えてみるとよいでしょう。 川の近くや低い土地、斜面など危険な場所があるところに住んでいる人は自宅避難をしません。</p>
<p>Quedarse en el automóvil 車中泊</p> 	<p>Es una evacuación refugiándose temporalmente en el automóvil. Elija un lugar alto y espacioso. Si no se mueve durante mucho tiempo, puede enfermarse. Trate de mover su cuerpo de vez en cuando. Abra la ventanilla del automóvil para que entre aire fresco. No debe quedarse dentro del automóvil si está en lugares peligrosos tales como lugares con riesgo de inundación, en laderas de montañas o cerca de edificios derrumbados. 一時的に車の中で過ごす避難の事です。 高くて広い場所を選びましょう。長い時間動かないと病気になることがあります。ときどき体を動かしましょう。車の窓を開けて新しい空気を入れましょう。 浸水がありそうな場所、山の斜面、倒壊した建物の近くなど危ない場所では車中泊をしません。</p>
<p>Parientes / Amigos 親せき・友人</p> 	<p>Si tiene familiares o amigos que viven en un lugar seguro, pídale que le den refugio. 安全な場所に頼れる親せきや友人が住んでいたら、避難させてもらいましょう。</p>
<p>Refugio 避難所</p> 	<p>Si tiene ansiedad, dirijase a un refugio de inmediato. Verifique de antemano dónde está el refugio. 不安があれば、すぐに避難所に移動しましょう。 避難所がどこにあるか調べておきましょう。</p>

3 Verifique los artículos a llevar al momento de evacuar!

避難するときの持ち出し品を確認しましょう!

Ponga todo en una mochila que esté a la mano

すぐに持ち出せるようバックにまとめておきましょう

Artículos sanitarios 衛生用品	<input type="checkbox"/> Termómetro 体温計 <input type="checkbox"/> Mascarilla マスク <input type="checkbox"/> Toalla desinfectante 除菌シート <input type="checkbox"/> Solución antiséptica 消毒液	
Alimentos 食料品	<input type="checkbox"/> Agua 飲料水 <input type="checkbox"/> Alimentos de emergencia 非常用食料 <input type="checkbox"/> Leche / Biberón (para bebé) ミルク・ほ乳びん (赤ちゃん用)	
Productos farmacéuticos 医薬品	<input type="checkbox"/> Medicamentos (Llevar la "libreta de medicamentos okusuri-techō") 薬 (「お薬手帳」も持っていきましょう) <input type="checkbox"/> Equipo de primeros auxilios (vendaje, tira adhesiva, etc.) 救急セット (包帯・絆創膏など)	
Objetos de valor 貴重品	<input type="checkbox"/> Tarjeta de seguro de salud 健康保険証 <input type="checkbox"/> Licencia de conducir (brevete) 免許証 <input type="checkbox"/> Tarjeta de residencia (zairyu kaado) 在留カード <input type="checkbox"/> Pasaporte パスポート <input type="checkbox"/> Dinero en efectivo 現金 <input type="checkbox"/> Teléfono móvil 携帯電話 <input type="checkbox"/> Notas de contacto de familiares y amigos 家族・友人の連絡先メモ	
Artículos de uso diario 生活用品 ※Incluidos los artículos útiles en refugios ※避難所で役立つものも含まれます	<input type="checkbox"/> Bolsas de plástico ビニール袋 <input type="checkbox"/> Cubiertas de plástico (Biniiru shiito) ビニールシート <input type="checkbox"/> Toalla タオル <input type="checkbox"/> Ropa 衣類 <input type="checkbox"/> Toallas higiénicas 生理用品 <input type="checkbox"/> Inodoro portátil 携帯トイレ <input type="checkbox"/> Radio portátil 携帯用ラジオ <input type="checkbox"/> Linterna frontal ヘッドライト <input type="checkbox"/> Batería de repuesto 予備電池 <input type="checkbox"/> Cargador de teléfono móvil 携帯用充電器 <input type="checkbox"/> Pañales / Toallitas húmedas para bebés 紙おむつ・おしりふき (赤ちゃん用) <input type="checkbox"/> Equipo de lluvia (paraguas, impermeable) 雨具 (傘、レインコート)	

4 Recopilemos información!

情報を集めましょう!

Presentamos aplicaciones útiles en caso de desastre

災害時に役立つアプリを紹介します

 Aplicación de prevención de desastres goo (Sólo en japonés) goo防災アプリ	 IOS Android	 Información sobre prevención de desastres Guía de refugios en todo el país (Sólo en japonés) 防災情報 全国避難所ガイド	 IOS Android
 Boletín de prevención de desastres Yahoo! (Sólo en japonés) Yahoo! 防災速報	 IOS Android	 radiko (aplicación de radio) (Sólo en japonés) radiko (ラジオアプリ)	 IOS Android
 JNTO (Organización Nacional de Turismo de Japón) JNTO (日本政府観光局)	 IOS/Android	 Bousai Log - Aplicación para controlar plazos de alimentos y artículos de emergencia (Sólo en japonés) 防災ログ～非常食・グッズの期限管理	 IOS

Multilingual Support Center Kanagawa

多言語支援センターかながわ

tel: 045-316-2770/email: kmlc@kifjp.org



発行  公益財団法人 かながわ国際交流財団
 Edición: Fundación Internacional de Kanagawa
 www.kifjp.org