

Preparación para Terremotos

地震への備え

❗ Los muebles y aparatos eléctricos son especialmente vulnerables a los terremotos y deben estar bien sujetos.

特に家具や電化製品は地震に弱いので、しっかりと固定する必要があります。

❗ Asegure su casa y prepárese para sufrir menos daños.

家の中を安全な状態にして、被害が少なくなるように備える。

Trabajo Necesario
作業を行うもの

Rutina Diaria
日ごろ心がけること

Librerías, Cómodas 本棚・たんす
Utilice fijaciones para muebles. Coloque la Librería y la Cómoda en una posición que no obstruya la dirección de la cama o la puerta en caso de que se caigan.
固定器具を設置する。万一倒れてもベッドの方向やドアを塞がない位置へ置く

Iluminación 照明
Tenga una luz junto a la cama en caso de apagón.
停電にそなえて枕元に明かりを用意する

Agua para uso diario 生活用水
El agua sobrante del baño puede utilizarse como agua doméstica para lavar la ropa, los inodoros, etc.
お風呂の残り湯は、洗濯やトイレ用の生活用水として使用できる

Estante de almacenamiento Armario 食器棚、収納棚
Topes de apertura de puertas, película inastillable en puertas de cristal, placas antideslizantes bajo cubiertos.
開き戸にストッパー、ガラス戸には飛散防止フィルム、食器下にはすべり止めシートを敷く

Electrónica de consumo 家電
Evitar la caída de los aparatos y bloquear las puertas.
固定して転倒防止、扉にストッパーを

Bombona de Gas Propano ガスボンベ
Asegúrelo para evitar que vuelque.
転倒しないよう固定する

Ventana de cristal 窓ガラス
Aplique una película inastillable.
飛散防止フィルムを貼る

Televisores y soportes de TV テレビ・テレビ台
Ambos deben fijarse a la pared.
どちらも壁に固定する

Entrada 玄関
El pasillo de entrada es una vía de evacuación, así que no coloques en él objetos innecesarios.
避難経路になる玄関には余計なものを置かない

Zapatillas スリッパ
Guardar en el dormitorio para evitar lesiones en los pies.
足のけが予防に、寝室に置いておく

Bolsa de emergencia 非常用持出袋
Colóquelo en un lugar de fácil acceso en caso de evacuación y compruebe el contenido con regularidad.
避難時に取り出しやすい場所に置き、定期的に中身を確認する

Preparación ante Inundaciones y Catástrofes por Sedimentos

洪水・土砂災害に備えて

❗ Hay tiempo antes de que se produzcan inundaciones y catástrofes por sedimentos, así que use su propio criterio y actúe en consecuencia.

洪水・土砂災害が発生するまでには時間があるので、自分で判断して行動する

❗ Hay que tener especial cuidado después de lluvias prolongadas o terremotos, ya que aumenta el riesgo de desastres por sedimentos.

長雨が続きたり、地震の後などには土砂災害の危険が高まるので特に注意する

El daño se puede reducir tomando precauciones con anticipación. 事前の対策で被害を軽減することができます

Compruebe periódicamente las vías de evacuación. 日頃からの避難経路の確認

Compruebe la ruta hacia el lugar de evacuación y compruebe si hay zonas peligrosas.

避難場所へのルートを確認し、危険な場所がないかをチェックする。



Recogida de información precisa y evacuación voluntaria 正確な情報収集と自主避難

Compruebe si hay novedades sobre el tiempo, catástrofes, evacuaciones, etc. Esté atento a su entorno y evacue voluntariamente si percibe peligro.

最新の気象情報・災害情報・避難情報に注意しましょう。周りの状況に注意し、危険を感じたら自主的に避難しましょう。

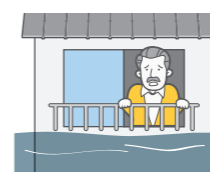


Si te pierdes el escape...

もしも逃げ遅れたら

Refúgiense en el segundo piso o superior de su casa, en una habitación al otro lado del acantilado o en un edificio alto y resistente cercano.

自宅の2階以上もしくは、崖の反対側の部屋や近隣の頑丈で高い建物に避難しましょう。



Mantenimiento de canalones y desagües. 雨水ますや側溝の手入れ

Para garantizar un drenaje sin problemas, retire con frecuencia los residuos y las hojas caídas.

スムーズに排水されるよう、普段からこまめにゴミや落ち葉を取りのぞきましょう。



Prepare sacos de arena y de agua.

土のう・水のうの用意

Los sacos de arena pueden detener algunos de los daños de las inundaciones. Una simple bolsa de agua hecha con una doble capa de bolsas de plástico también es eficaz.

土のうで浸水の被害をある程度食い止めることができます。ビニール袋を二重にした簡易水袋も効果的です。



Cuidado con los pasos subterráneos

アンダーパスに注意

Al ser más bajo que el terreno circundante, el agua de lluvia puede concentrarse fácilmente e inundar la zona.

Los mapas de peligro de inundaciones y sedimentos de las páginas 8-37 están marcados con ⚠.

P8~37の「洪水・土砂災害マップ」には⚠で表示しています



Compruébalo. 確認しよう

❶ Verifique dónde se encuentra su casa.

- 家の場所を確認しよう
- Marque su casa con un círculo ○.
- ¿Hasta qué nivel se inundan los alrededores de su casa?
- ¿Existe riesgo de catástrofe por sedimentos o derrumbes de viviendas?
- あなたの住んでいる家に○印をつけよう
- 家のまわりは浸水しますか?
- 土砂災害や家屋倒壊の危険はありますか?

❷ Verifique los sitios y rutas de evacuación.

- 避難場所と避難経路を確認しよう
- Trace una línea roja hasta llegar al refugio más cercano desde su casa.
- Encierre en un círculo el sitio de evacuación.
- 避難場所までの避難経路に赤線を引こう
- 避難場所に印をつけよう

❸ Demos una vuelta y comprobémoslo.

- 歩いて確認しよう
- Identifique las zonas peligrosas y el tiempo necesario para llegar a los sitio de evacuación.
- Imagina una catástrofe y prepárate para evacuar con seguridad.
- 実際に避難場所まで歩き、危険箇所や避難にかかる時間等を確認しよう
- 災害時をイメージしながら安全に避難ができるように準備をしよう。

❹ Compartámoslo todos.

- 皆で共有しよう
- Hable sobre este tema con la familia y guarde el mapa en un lugar fácil de encontrar.
- 家族で話し合い、マップはわかりやすいところに保管しましょう。

