

もし地震が来たら どうする?

O que fazer quando ocorrer um terremoto?

¿Qué debemos hacer si ocurre un terremoto?

What will you do if an earthquake strikes?

地震来了怎么办?

지진이 발생하면 어떻게 해야 할까요?

Kung sakaling lumindol, ano ang gagawin ninyo?



災害への備えは 出来ていますか?

災害はいつ来るかわかりません。

だから「備える」ことが大切です!

日本では地震が多いことを知っていますか。地震が起こると地面や建物が揺れるので、とても驚き、怖いと感じ、パニックになる人もいます。少しでも被害を小さくするために、地震のことを知って、準備をしておきましょう。そうすることで、あなたや家族を守ることができるかもしれません。ぜひこの情報を読んで下さい。

地震への対策、地震が起こった時に
どうするか、ケガの手当の仕方など

→ 滋賀県発行「地震対策情報」

<http://www.s-i-a.or.jp/gaikokuseki/jisin/index.htm>



避難するときに持っていくための
非常持出品を用意しましょう

→ 多言語の非常持出袋一覧

http://www.s-i-a.or.jp/hijyou/card/card_all.pdf



まちの防災訓練では、避難所へ行く、救命措置の方法、消火訓練の方法
などを知ることができます。ぜひ参加して下さい!

Aos moradores da Província de Shiga ポルトガル語

Você está preparado contra desastres?

Os desastres são imprevisíveis. Por isso,
é importante estarmos **“preparados”!**

Você sabia que o Japão é um país de grande ocorrência de terremotos? Os abalos na terra e nos prédios causados pelo terremoto faz com que muita gente se assuste, fique com medo e até entre em pânico. Para minimizar os danos causados pelo terremoto, é importante estarmos prevenidos e preparados. Tais preparativos poderão salvar a sua vida e de toda a sua família. Leia sem falta esta informação.

O que fazer para minimizar os danos?

Medidas contra terremotos, o que fazer no momento de um abalo, como realizar os primeiros socorros, etc.

→ “Informações sobre medidas contra terremotos”,
emitido pela Província de Shiga

<http://www.s-i-a.or.jp/gaikokuseki/jisin/saigai/jishin-por.html>



Prepare o kit de emergência para levar no momento de se refugiar

→ “Informações sobre medidas contra terremotos”,
emitido pela Província de Shiga

http://www.s-i-a.or.jp/hijyou/card/card_all.pdf



Nos treinamentos de prevenção a desastres é possível
conhecer como se dirigir ao local de refúgio, como realizar os
primeiros socorros ou a extinção de fogo. Participe sem falta!

Para residentes de la prefectura de Shiga スペイン語

¿Está preparado para un desastre?

El desastre es imprevisible. Por eso,
es importante estar **¡PREPARADO!**

¿Sabía usted que en Japón ocurren muchos terremotos? Como el suelo y los edificios se mueven al ocurrir un terremoto, algunas personas se asustan, sienten temor y presa del pánico. Para disminuir los daños a un mínimo, debe tener conocimiento sobre el terremoto y estar preparado. Así, podría proteger a su familia y a sí mismo. Sírvase leer esta información.

¿Qué debemos hacer para disminuir los daños?

Medidas contra desastres, qué hacer al ocurrir un terremoto, forma de tratar una herida, etc.

→ “Información sobre las medidas contra terremotos”
publicada por la prefectura de Shiga

<http://www.s-i-a.or.jp/gaikokuseki/jisin/saigai/jishin-esp.html>



Prepare los artículos de emergencia para llevar al momento de refugiarse.

→ Lista de kit de emergencia en varios idiomas

http://www.s-i-a.or.jp/hijyou/card/card_all.pdf



En el simulacro para prevención de desastres de la ciudad,
podrá aprender las rutas de evacuación, entrenamiento para
salvavidas, extinción de incendios, etc. ¡Participe!

財団法人 滋賀県国際協会

Shiga Intercultural Association for Globalization

Are you prepared for disasters?

We never know when they will hit, so it is important that we are prepared!

Did you know that Japan has many earthquakes? The ground and buildings shake when an earthquake strikes, so many people panic from sheer surprise and fear. You must be prepared for earthquakes to lessen the degree of any damage. By knowing more about them, you are more able to protect yourself and your family. We advice you read the following information.

What do you do to lessen the damage?

For information on earthquake measures, what to do in case of an earthquake, and how to get treatment for injuries

→ **"Earthquake Preparedness Information" published by Shiga Prefecture**
<http://www.s-i-a.or.jp/gaikokuseki/jisin/saigai/jishin-eng.html> 

Prepare an emergency pack to carry when evacuating

→ **Multi-language emergency pack list**
http://www.s-i-a.or.jp/hijyou/card/card_all.pdf 

We encourage you to participate in your local disaster drills to learn more about the evacuation centres, life support, fire drills!

您做好了防灾准备吗？

灾害什么时候发生无人知道，因此防灾「准备」十分重要！

您知道日本是一个地震多发国吗？发生地震时地面或楼房摇动，使人感到惊讶，害怕，更有人会惊慌失措。为尽量减小受灾，我们来了解一下地震知识，做好防震准备。由此，您和您的家人可能会免于灾难。请您务必查看以下信息。

如何减小受害程度？

防震措施，发生地震时该如何做，伤口的处理方法等

→ **滋賀県发行的「防震措施情报」**
<http://www.s-i-a.or.jp/gaikokuseki/jisin/saigai/jishin-cn.html> 

准备好避难时随身携带的防灾应急用品

→ **多种语言的防灾应急袋一览表**
http://www.s-i-a.or.jp/hijyou/card/card_all.pdf 

通过当地的防灾训练，可以了解如何去避难场所，救生措施以及灭火训练等方法。请大家务必参加！

재해 대책은 준비하고 계십니까?

재해는 언제 닥칠지 모릅니다. 그래서 [대비하는 것]이 중요합니다!

일본에서는 지진이 자주 발생한다는 것을 알고 계십니까? 지진이 일어나면 지면과 건물이 흔들리므로 많이 놀라고 두려움을 느껴 혼란상태에 빠지는 사람도 있습니다. 조금이라도 피해를 줄이기 위해서 지진에 관해 배우고 준비합니다. 그렇게 함으로써 당신과 가족을 지킬 수 있습니다. 꼭 이 정보를 읽어 보십시오.

피해를 줄이자면 어떻게 해야 할까요?

지진 대책, 지진이 일어났을 때 어떻게 해야 하는가, 부상의 치료 방법 등

→ **시가현 발행 [지진 대책 정보]**
<http://www.s-i-a.or.jp/gaikokuseki/jisin/saigai/jishin-kor.html> 

피난 시 가져갈 비상소지품을 준비해 둡시다.

→ **다언어의 비상용가방 일람**
http://www.s-i-a.or.jp/hijyou/card/card_all.pdf 

지역의 방재훈련을 통해 피난소 가는 법, 구명조치 방법, 소화훈련 방법 등을 배울 수 있습니다. 꼭 참가해 주십시오.

Kayo ba ay nakahanda na sa panahong magkaroon ng isang sakuna?

Hindi natin alam kung kailan magkakaroon ng isang sakuna. Kaya mahalaga na laging [handa]!

Alam ba ninyo na madalas magkaroon ng lindol sa Japan? Kapag nagkaroon ng lindol, ang lupa at ang mga gusali ay yumuyugyog, nakakagulat at nakakatakot, may mga tao ring nasisindak. Upang mabawasan kahit kaunti ang mga pinsalang matatanggap, alamin natin ang tungkol sa lindol at paghandaan ito. Kapag naging handa, maaaring ninyong mapangalagaan ang inyong sarili at ang inyong pamilya. Sana basahin ninyo ang mga impormasyong nakasulat dito.

Ano ang dapat gawin upang mabawasan ang pinsalang matatanggap?

Paano paghandaan ang lindol, ano ang gagawin kapag nagkaroon ng lindol, paano bibigyan ng unang lunas kapag nasaktan, atbp.

→ **Lathala ng Perekaptura ng Shiga [Mga impormasyon tungkol sa mga dapat isagawa upang maging handa sa lindol]**
<http://www.s-i-a.or.jp/gaikokuseki/jisin/saigai/jishin-taga.html> 

Ihanda ang mga gamit na dadalhil kapag lumisan sa panahon ng emerhensiya

→ **Listahan sa iba't-ibang wika ng mga gamit na dadalhil sa panahon ng emerhensiya**
http://www.s-i-a.or.jp/hijyou/card/card_all.pdf 

Sa mga pagsasanay sa panahon ng sakuna na isinasagawa ng bayan, maaaring malaman kung saang lugar silungan dapat pumunta, ang mga paraan upang masalba ang buhay, ang mga paraan ng pagpigil at pagpatay ng sunog, at iba pa. Sana kayo ay sumali sa mga pagsasanay na ito!

