

ひごろ ぞな
日頃からの備え
Preparación diaria

1 ご近所づきあい
Trato con los vecinos

・ご近所の方と日頃からお付き合いをしておくことで、いざという時に、自然に助け合うことができます。
Es bueno tener una buena relación entre vecinos para que en caso de desastre (catástrofe) natural puedan ayudarse entre sí.



2 近くの避難所の確認
Verificación de un refugio cercano

・災害の時に避難する避難所や、危険な通路を確認しておきましょう。
Verifiquemos el refugio y las rutas peligrosas para un desastre.

・普段から家族で避難について話し合っておきましょう。
Hablemos del refugio con su familia cotidianamente.



3 非常時の持ち出し品の準備
Preparación de las cosas necesarias en caso de emergencia

・避難するときに持ち出す食料や生活用品を準備しておきましょう。
Preparemos los comestibles y los artículos personales necesarios para llevarlos en caso de evacuación a un refugio.



(例) (Un ejemplo)

3日分程度の食料・水、常備薬、救急セット、衣類、懐中電灯、携帯ラジオなど
Comestibles y agua para unos tres días, botiquín hogareño, juego de urgencias, ropas, linterna, radio portátil y otros.

4 家具の固定
Fijación del mobiliario

・地震の時に、家具の下敷きにならないように固定をしておきましょう。
Fijemos el mobiliario para no ser aplastados en caso de terremoto.



～自然災害から身を守る方法は、世界共通です～

El método para proteger su propio cuerpo ante un desastre natural es común para todo el mundo

大事なのは、日頃から備えをしておき、災害が発生したら落ち着いて行動をすることです。
Lo más importante ante un desastre natural es la preparación diaria y actuar con tranquilidad cuando lo ocurre.

あんぜん あんしん みきし
安全・安心のまち「三木市」へようこそ
¡ Bienvenidos a la ciudad segura y tranquila "Miki" !

これは、自然災害から身を守る「防災」に関するチラシです。
Este es un folleto sobre la prevención de desastres naturales.

このチラシは、三木市国際交流協会 ことばの教室 日本語クラスの皆様の協力を得て作成しました。
Lo hicimos con la colaboración de todos de la clase de japonés de La Asociación Internacional de Comunicaciones de la ciudad de Miki.

1 三木市での生活
La vida en la ciudad de Miki

～家の周りを歩いて回しましょう～

Vamos a verificar qué hay alrededor de la casa paseando a pie



学校や公民館、病院などの場所を確認しておきましょう。

Verifiquemos dónde se ubican las escuelas, los centros comunitarios, y los hospitales y etc.

～三木市内を見て回しましょう～
Paseemos por la ciudad de Miki

三木の町を知っておくことで、いざという時に便利です。

Es bueno conocer la ciudad de Miki donde vive o recibe porque es útil en caso de emergencia.



2 三木市での生活が始まったら
Al comenzar la vida en la ciudad de Miki

～日本の文化を理解しましょう～

Vamos a comprender la cultura japonesa



地域のイベントや行事に参加し、お互いの文化を理解することが大切です。

Es bueno participar en eventos culturales y sociales para conocerse mutuamente y conocer la cultura.

～日本の社会のルールを守りましょう～
Repetemos las reglas de la sociedad japonesa

たとえば、ごみ出しのルールなどを守りましょう。

Por ejemplo, respetemos las reglas cómo votar la basura y cómo reciclar.



台風や大雨のときは En caso de tifones y lluvias fuertes

1 気象情報に注意 Prestar atención a la información meteorológica

テレビやラジオなどの気象情報に注意しましょう。
Prestamos atención a la información meteorológica por televisión y radio.

台風の進路や大雨の予想などから危険と感じたときは、早目に避難しましょう。
Cuando sentimos peligro por la ruta de tifón, el pronóstico de lluvias fuertes, refugiémonos lo más pronto posible.

2 避難情報 Información del refugio



三木市から、「避難準備情報」「避難勧告」「避難指示」がでたら、隣近所の方と一緒に避難しましょう。

Refugiémonos con los vecinos cuando hay anuncio de la ciudad de Miki sobre "Información preparativa de refugio", "Aviso de refugio" o "Instrucciones de refugio".

これら避難に関する情報は、広報車、携帯電話のメール、テレビ、ラジオ、などでお知らせします。

La municipalidad anuncia la información del refugio por furgoneta de altavoz y mensaje de teléfono móvil, llamada de televisión y de radio.

3 避難する時間がないとき Cuado no hay tiempo para refugiarse

避難所まで避難する時間がないときは、家の2階や近所の頑健な建物に避難しましょう。

Quando no hay tiempo para refugiarse al lugar de refugio, refugiémonos en el segundo piso de una casa o de un edificio sólido.

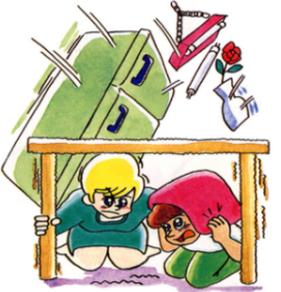


地震が起きたら Cuando ocurre un terremoto

1 家族の安否確認 Confirmación de estado de seguridad de su familia

身の安全を守るため、冷静に行動しましょう。
Para protegerse usted mismo, actúe con tranquilidad.

自分の身が守れたら、次に家族の安否を確認しましょう。
Confirme el estado de seguridad suya en el primero, y luego el de su familia.



2 火事にならないための対策 Medidas para evitar incendios



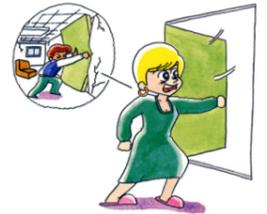
素早く火の始末をしましょう。
Apaguemos el fuego rapidamente.

電気のブレーカーを落としましょう。
Interrumpamos el cortocircuito.

3 出口を確保 Aseguración de una salida

外へ避難するため、戸をあけて出口を確保しましょう。

Aseguremos una salida abriendo una puerta para refugiarse fuera de la casa.



4 屋外へ避難 Refugio fuera de la casa

自分の頭をまもりながら、非常持ち出し品を持ってあわてずに外へ避難します。

Refugiarse sin perder la serenidad protegiendo la cabeza y llevando los artículos emergentes.



5 避難所へ避難 Refugiarse en un lugar de refugio

避難所へ避難するときは、隣近所に声を掛け合って徒歩で避難します。

Quando se refugia a pie en un lugar de refugio, hacerlo llamando a los vecinos "¡Vamos!".

途中でけが人がいたら、協力し合って応急的な手当てをしましょう。
Si encontramos a personas heridas mientras nos estamos refugiando, vamos a tomar una medida de emergencia ayudándonos mutuamente.

避難するときは、遠回りになっても安全な経路を利用しましょう。
Quando se refugia, aprovechemos una ruta más segura aun da un rodeo.

