

Guia prático de prevenção de desastres

Manual de bolso

Prepare com um sorriso, a prevenção de desastres do dia a dia!



Município de Toyota

Elaborado em março de 2024

O terremoto da Fossa de Nankai que pode acontecer a qualquer momento

Onde irá ocorrer o terremoto da Fossa de Nankai?

É um grande terremoto que irá ocorrer ao longo da Fossa de Nankai que se estende desde a Baía de Suruga na Província de Shizuoka até o mar de Hyūga na costa da Província de Miyazaki, com previsão de danos extremamente graves.O terremoto tem ocorrido em um ciclo de cerca de 100 a 150 anos, sendo que o Terremoto de Tōnankai e de Nankai da Era Shōwa ocorreu há cerca de 80 anos e acredita-se que “estamos no período em que um terremoto pode ocorrer a qualquer momento” na Fossa de Nankai.**Poderá ocorrer com um intervalo de tempo!**No passado, temos casos em que após a ocorrência de um grande terremoto no lado leste da Fossa de Nankai, ocorreram também grandes terremotos no lado oeste após cerca de 32 horas e depois de passados cerca de 2 anos.

O que é o Boletim Emergencial sobre o Terremoto da Fossa de Nankai?

É um boletim divulgado pela Agência Meteorológica do Japão quando há um aumento da possibilidade de ocorrência do terremoto da Fossa de Nankai, sendo um sistema baseado na observação de que os terremotos podem ocorrer com diferença de tempo entre o lado leste e o lado oeste da Fossa de Nankai.É divulgado de acordo com o fenômeno ocorrido, tendo 4 palavras-chave “Em verificação”, “Alerta de grande terremoto”, “Atenção para um grande terremoto” e “Verificação concluída”.



Palavra-chave	Guia de ações durante a divulgação do boletim emergencial
Em verificação	Preparar/iniciar as medidas de prevenção de desastres de acordo com cada situação tal como evacuação entre outros e fique atento às próximas informações.
Alerta de grande terremoto	Além de revisar regularmente os preparativos para um terremoto, é necessário estar preparado para poder fugir imediatamente ao ocorrer um terremoto. Os moradores que podem não conseguir fugir a tempo do tsunami após a ocorrência do terremoto, terão a necessidade de realizar 1 semana de evacuação preventiva※.
Atenção para um grande terremoto	Além de revisar regularmente os preparativos para um terremoto, devemos estar preparados para a evacuação imediata na ocorrência de um terremoto.
Verificação concluída	Vamos retornar a vida normal, tomando cuidado com a ocorrência de terremotos. Porém, devemos ficar atentos pois a possibilidade da ocorrência de um grande terremoto não acabou.

※O Município de Toyota por não ser uma região costeira, não sofre a influência do tsunami, não sendo considerada uma região sujeita à evacuação preventiva. <Material de referência>/ “O terremoto da Fossa de Nankai – Os preparativos para esse momento” Panfleto (Gabinete do Governo do Japão)

Sinais de perigo de deslizamento de terra:

①Formação de rachaduras no chão;
②Ouve-se o som de árvores se partindo;
③Ouve-se um estrondo vindo da montanha;
④A água dos riachos e poços ficam turvas;
⑤O rio fica barrento e começa a carregar pedaços de madeira;
⑥Ouve-se sons de pedras rolando pelo rio;
⑦Pequenas pedras caem aos poucos;
⑧Apesar da chuva contínua, o nível do rio diminui;
⑨A água começa a brotar das encostas.



Quando cessar o tremor: Verificação da situação

Mantenha a calma e verifique a situação ao seu redor.

●Abra as portas e janelas para garantir uma saída.
●Para não se ferir, calce sapatos ou chinelos.
●Verifique se sua família está segura.
●Apague o fogo. Se houver um princípio de incêndio faça o combate inicial às chamas.
●Faça uma inspeção em sua casa. Se houver risco de desabamento, evacue o local.

Alerta nível 4 Evacuação imediata!

Alerta nível 3 Início de evacuação de idosos e outros!

Níveis de alerta	O que deve ser feito durante a evacuação	Aviso de evacuação (emitido pelo Município de Toyota)	Exemplos de informações meteorológicas úteis como referência: (Anunciado pela Agência Meteorológica, pela Província de Aichi entre outros)
Alerta nível 5	Já estamos na situação de ocorrência de um desastre . Tome as melhores medidas para proteger a sua vida .	Garanta com urgência a sua segurança	Informações como o alerta especial de chuva intensa, ocorrência de inundações etc.
Alerta nível 4	Fuja imediatamente para o local de abrigo . Se houver algum perigo durante o trajeto até um abrigo seguro, proteja-se em um prédio resistente próximo ou no local mais seguro possível dentro de sua casa.	Ordem de evacuação	Informações de alerta para deslizamentos de terra, risco de inundação e outros.
Alerta nível 3	As pessoas que necessitam de mais tempo para evacuar (idosos, pessoas com deficiência, bebês etc.) e seus cuidadores devem evacuar agora . As demais pessoas devem preparar-se para a evacuação.	Evacuação de idosos e outros	Alerta de inundação, aviso de risco de transbordamento e outros.
Alerta nível 2	Prepare-se para uma possível evacuação, verificando por conta própria as medidas de evacuação usando o mapa de risco e outras informações .	Nenhum alerta emitido	Avisos de chuva intensa, de inundação e outros
Alerta nível 1	Vamos nos conscientizar mais em relação aos desastres.	Nenhum alerta emitido	Aviso antecipado de cautela

※De acordo com a topografia e a situação haverá também casos que não será necessário a evacuação. Desde já, tenha a compreensão dos perigos de cada tipo de desastre natural que pode ocorrer ao seu redor e avalie de acordo com a situação a necessidade de evacuação.

Conteúdo sobre desastres causados por ventos e chuvas

Preparação para chuvas torrenciais e tufões

Antes da chegada das chuvas fortes e tufões:

●Faça uma inspeção ao redor de sua casa.
•Não há rachaduras, deslocamentos ou danos nas paredes externas, telhado, muros ou outros locais?
•As calhas, valetas e ralos não estão obstruídos?
●Coloque dentro de casa os objetos que podem ser levados pelo vento, como varais, vasos de plantas, bicicletas etc.
●Em locais com risco de inundação, coloque alimentos, roupas, roupas de cama e outros itens em lugares elevados.
●Garanta água para uso doméstico armazenando água da torneira e aproveitando a água restante do banho.
●Verifique os itens de emergência e deixe pronto para leva-los a qualquer momento.

Quando a chuva se prolongar por muitas horas...

Dicas:

Estabeleça um local de abrigo;

Evacuar não significa ir somente para os locais de abrigo de emergência indicados pelo município!
☐Sua casa... Garanta sua segurança em casa.
※Caso haja pouco risco ao redor de sua casa.
☐Casa de parentes ou amigos... A casa de parentes ou amigos que sejam seguras.
※Consulte-os com antecedência.
☐Local de abrigo voluntário... Local de abrigo indicado pela comunidade.
☐Passar a noite no carro... Eficaz para garantir a privacidade.
※Cuide de sua saúde em um local seguro.

E quando tiver que fugir?

●Fuja usando tênis.
※Você poderá ter dificuldade em caminhar se entrar água em suas botas.
●Mantenha suas mãos livres levando os itens de emergência em suas costas.
●Preste atenção por onde anda.
※A água pode esconder valas e canais.
Usar um bastão longo como apoio também é uma boa opção ☺.

Conteúdo sobre terremotos

Atitudes que podem reduzir os danos

Ocorrência do terremoto Proteja-se.

E se estiver dentro de casa ou de alguma construção?

Ao sentir o tremor...

●Procure imediatamente um local seguro.
●Proteja a cabeça com uma almofada ou algo semelhante.
●Apague o fogo dentro do que for possível.
●Procure não sair correndo para fora em pânico.

E se estiver dentro de um trem ou outro meio de transporte?

●Segure-se com as duas mãos nas alças ou nos corrimãos.
●Siga as instruções dos funcionários e aja com calma.

Se estiver na rua?

●Proteja a cabeça contra objetos que possam cair tais como placas, telhas e outros.
●Afaste-se de muros e máquinas automáticas.
●Não pare onde está, cubra a cabeça e vá para um terreno vazio ou uma praça.

Afaste-se de locais perigosos



E se estiver dirigindo um carro?

●Ligue o pisca-alerta, reduza a velocidade gradualmente e pare no lado esquerdo da pista.
●Colete informações pelo rádio do carro, pelo celular ou outro meio.
●Ao abandonar o carro para evacuar, tenha cuidado para não obstruir o caminho dos veículos de emergência.

E se estiver dentro de um elevador?

●Aperte os botões de todos os andares.
●Se ficar preso, use o “botão de chamada de emergência” ou outro meio para entrar em contato com o lado de fora.

E se estiver na praia?

●Fique em alerta para um possível tsunami.
●Fuja para uma local alto ou para os andares superiores de um prédio resistente.

E se estiver próximo a um barranco?

●Afaste-se imediatamente do barranco.

Aja com rapidez



Depois que a situação se acalmar Obtenha informações corretas

Obtenha informações corretas e coopere com os seus vizinhos.

●Verifique as informações pela televisão, rádio, internet e outros meios.
●Não deixe se enganar por boatos.
●Converse com os seus vizinhos e verifique se estão bem.
●Trabalhe em conjunto com os vizinhos no combate ao fogo, no resgate e atendimento dos feridos.

Ao se deslocar Aja com calma

Tomando cuidado com sua segurança, procure um abrigo ou retorne para sua casa.

●Avalie com calma se é necessário evacuar.
●Se for deixar sua casa, feche o registro de gás e desligue o disjuntor de energia elétrica.
●Por segurança, tranque bem as portas antes de sair de casa.
●Informe seu destino aos vizinhos ou aos responsáveis pela comunidade antes de sair.
●Evite usar o carro, para não obstruir a passagem de veículos de resgate.
●Caso o transporte público seja interrompido em áreas urbanas, procure se deslocar (voltar para casa, etc.) depois de confirmar a segurança ao seu redor.

Obtenha informações precisas sobre o desastre

Fornecemos informações sobre os desastres e outros avisos do Município de Toyota.

Televisão e rádio

- Himawari Network
 - Himawari 12 (canal 12 de sinal aberto)
 - Canal de informações sobre o dia a dia (canal CATV126)
- FM Toyota “Radio Loveat” 78.6MHz

Sistema público de radiodifusão para emergências e Rádio de prevenção de desastres

Em caso de desastre, as informações de emergência serão anunciadas por voz e por alarmes sonoros.

E-mail

- Mensagem de área e E-mail de emergência**
As mensagens serão enviadas para os telefones celulares (modelos compatíveis) localizados neste município.
- E-mail de emergência de Toyota**
As informações de emergência e meteorológicas serão enviadas para os endereços de e-mail cadastrados antecipadamente.



PC/Smartphone



Feature phone



Aplicativo Himawari

Aplicativo de prevenção de desastres

- Aplicativo Himawari**
Possibilita a verificação das informações de prevenção de desastres transmitidas pelo município.
- Aplicativo de alerta de desastres do Yahoo!**
Será enviada notificações de prevenção de desastres da região configurada.

Internet

Site do Município de Toyota (versão para PC) <http://www.city.toyota.aichi.jp/>
Site do Município de Toyota (versão para celular) <http://mobile.city.toyota.aichi.jp/>
Site de informações sobre clima e prevenção de desastres da cidade de Toyota <http://toyota-city.bosai.info/>

Vamos preparar os itens de emergência e manter os suprimentos estocados

- Prepare separadamente o mínimo necessário dos “itens de emergência” para levar ao evacuar e o “estoque de suprimentos” para poder se manter em casa.
- Converse com sua família sobre onde irá deixar e o que irá deixar preparado.
- Verifique regularmente o conteúdo e prazo de validade dos alimentos. Prepare também roupas e outros itens adequados a cada estação do ano.

Itens de emergência para levar

- Deixe colocado por exemplo em uma mochila o mínimo de itens necessários para levar no momento da evacuação.
- Leve uma quantidade que você consiga realmente levar. (Como referência: 15 kg para homens e 10 kg para mulheres.)



Suprimentos para estoque

- Deixe preparado o que for necessário para se manter durante o período em que os serviços essenciais e de logísticas estiverem suspensos.
- Prepare no mínimo para 3 dias e se possível para 7 dias.
- Vamos guardá-los em locais de fácil acesso, como a cozinha, a garagem, o depósito, a varanda ou outro local.
- Procure manter uma quantidade maior dos alimentos que você costuma usar no dia a dia e aplicar o método de “estoque rotativo (rolling stock)”, consumindo primeiro os mais antigos e repondo o que for utilizado.



Dicas Úteis: “Loja de 100 ienes”

É possível comprar também nas lojas de 100 ienes produtos úteis na prevenção de desastres. Há gel adesivo para fixar os móveis e película para evitar a dispersão de estilhaços de vidro. Também há chinelos, apito de emergência, pilhas, sacos plásticos, filme

Verifique os meios de comunicação em caso de desastre

Serviço de mensagem em caso de desastre para telefones celulares (e-mail)



Disque mensagem em caso de desastre “171”



※Combine com antecedência o modo de contato e o local de encontro caso a sua família se separe.

Os meus dados

Nome: _____

_____ Masculino/ Feminino

Endereço: _____

Telefone celular: _____

Data de nascimento: _____ Tipo sanguíneo: _____

Doenças crônicas / alergias / medicamentos de uso contínuo: _____

Número do seguro de saúde: _____

Hospital ou clínica que frequenta: _____

Dados da família

Nome: _____ Masculino/ Feminino

Telefone celular: _____

E-mail: _____

Profissão/ Escola: _____

Data de nascimento: _____ Tipo sanguíneo: _____

Nome: _____ Masculino/ Feminino

Telefone celular: _____

E-mail: _____

Profissão/ Escola: _____

Data de nascimento: _____ Tipo sanguíneo: _____

►Vamos utilizar o e-mail do celular ou do computador.

- É mais fácil de conectar do que por chamada de voz.

►Vamos utilizar o telefone público.

- Mesmo em caso de desastre, não irá sofrer restrições para a conexão.

►Vamos estabelecer um ponto de contato intermediário em uma área distante.

- É relativamente mais fácil fazer ligações telefônicas da área afetada para fora dela.

►Vamos utilizar as redes sociais.

O que é rede social...?

Redes sociais como “Instagram”, “LINE”, “Facebook” e “X” são serviços que permitem trocar informações pela internet. Podem ser utilizadas como meio para a troca de informações e para confirmar a segurança das pessoas.

●Forma de contato com a família

① _____

② _____

③ _____

●Local de encontro da família

●Local de abrigo mais próximo①

Local: _____

●Local de abrigo mais próximo②

Local: _____

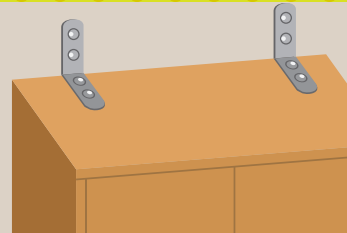
Contatos de emergência

Incêndio e emergências: **119** Polícia: **110**

Nome	Número do telefone
Prefeitura de Toyota	0565 — 31 — 1212
Corpo de bombeiros	— —
Delegacia de polícia	— —
Gás	— —
Luz	— —
Água	— —
Hospital	— —

Vamos fixar os móveis

- Procure evitar ao máximo deixar móveis e objetos que possam cair facilmente.
 - ※O quarto de dormir e o quarto das crianças devem ser os mais seguros.
- Vamos organizar a disposição dos móveis de modo que, mesmo que caiam, ainda seja possível evacuar com segurança.



- Vamos fixar os móveis de forma adequada a cada ambiente de moradia, para evitar que tombem ou caiam.

- 《Por exemplo》
 - Para os móveis com rodízios, vamos adotar medidas para impedir que as rodas se movimentem.
 - Vamos tomar medidas para evitar a dispersão de estilhaços caso quebre o vidro das janelas e dos móveis.
 - Vamos fixar as portas do armário de louças e de outros móveis, para que o conteúdo não seja arremessado para fora.

■Lista de itens para levar em caso de emergência

Nome do item	Data da inspeção
☐ Lenço umedecido	
☐ Toalha	
☐ Itens para prevenção de infecções (máscaras, lenços desinfetantes etc.)	
☐ Telefone celular e carregador portátil	
☐ Carimbo	
☐ Dinheiro (moedas de 10 e 100 ienes)	
☐ Itens para estancar o sangue	
☐ Lanterna	
☐ Roupas íntimas e luvas	
☐ Capa de chuva e agasalhos	
☐ Rádio e pilhas	
☐ Alimentos (para serem consumidos logo)	
☐ Água para beber	
☐ Capacete	
☐ Óculos e lentes de contato	
☐ Cópia do cartão de seguro de saúde	
☐ Saco plástico (grande e pequeno)	
☐ Sapatos para uso interno	
☐ Apito	

■Lista de suprimentos de estoque

Nome do item	Data da inspeção
☐ Tanque para armazenamento de água	
☐ Fogão portátil a gás e cartuchos de gás	
☐ Água para uso doméstico	
☐ Água potável (3 litros por pessoa por dia)	
☐ Alimentos (arroz instantâneo, alimentos enlatados, comidas prontas em embalagem, suplementos alimentares, doces etc.)	
☐ Abrridor de lata	
☐ Filme plástico e papel alumínio	
☐ Cobertor	
☐ Roupas	
☐ Lanterna	
☐ Banheiro portátil	
☐ Produtos antibacterianos e desodorizantes	
☐ Lenço para limpeza dental	
☐ Toalha umedecida	
☐ Kit de primeiros socorros	
☐ Materiais de limpeza (vassoura e pá de lixo)	
☐ Produtos de higiene íntima	
☐ Papel higiênico	

Esses itens também são necessários:

■Famílias com bebês

Comida para bebês, leite em pó infantil, manta para amamentação, utensílios para aquecer e preparar alimentos, produtos para desinfecção e fraldas descartáveis.

Lenços umedecidos para bebês, aquecedores descartáveis (para manter o corpo aquecido), etc.

■Pessoas com doenças crônicas e idosos:

Medicamentos de uso contínuo, contato do médico responsável, caderneta de medicamentos, produto para limpeza de dentaduras, pilhas para aparelho auditivo, bengala etc.

■Famílias com pet:

Contato da clínica veterinária, guia e coleira, caixa de transporte, ração para pets, itens para higiene, plaquinha de identificação, entre outros.

Deixe consultado o mapa de riscos



※Também é possível baixar a “versão em japonês”