

ぼうさいカード

防災カード

Disaster emergency card

Cartão de Prevenção contra Desastres

【日本語】

【英語】

【ポルトガル語】

もしもに備えていつも持ち歩きましょう  
Carry this card with you at all times to be prepared in case of natural disaster  
Carregue sempre consigo para caso de imprevisão

発行：公益財団法人 福井県国際交流協会  
Published by the Fukui International Association  
Emissão: Associação Internacional de Fukui  
TEL：0776-28-8800  
監修：福井県  
Supervised by Fukui Prefecture  
Supervisão: Governo do Fukui

地震の発生  
When an earthquake strikes  
Na ocorrência de Terremoto

地面が広い範囲で揺れます。いつ起こるか分かりません。身を守りましょう。  
The ground will shake.We cannot predict when an earthquake will strike.Protect yourself.  
O chão vai tremer sobre uma grande área. Não podemos prever quando ocorrerá um terremoto. Proteja-se



災害の発生 A natural disaster strikes

Na ocorrência de desastre

まずは安全な所へ Go to a safe place

Dirija-se para um local seguro

避難所へ Go to an evacuation shelter

Dirigir-se para o abrigo

避難所

SCHOOL



地震の後の火事を防ぐ  
Prevent fires after the earthquake  
Evitar incêndios após o terremoto

OFF

ブレーカーのスイッチを切る

Switch off your circuit breaker

Desligue o disjuntor elétrica

コンセントを抜く

Remove any plugs from sockets

Tirar o fio da tomada

OFF

ガスの火を消す

Turn off gas flames

Desligue o gás de cozinha

OFF

ストーブの火を消す

Turn off stove flames

Desligue o fogo do aquecedor

火事の発生 / When a fire breaks out / Ocorrência de incêndio

TEL:119

火事・救急

Fire Emergency

Incêndio • Ambulância

119

国や県、市町の発表など正しい情報を得て下さい

Listen to information from official national, prefectural, and local sources.

Obtenha informações corretas, divulgado pelo governo, órgãos municipais

情報は裏面「お役立ち情報」を参考にしてください

Please refer to 'Helpful Information Sources' on the back.

Sobre informações vide a página “informações úteis”



大雨・台風  
Heavy Rains and Typhoons  
Fortes chuvas e Tufões

川や海、山に近付かない

Do not go near rivers, sea, mountain or any bodies of water.

Não se aproxime de rios, marer e montanhas

飛んでくるものに注意する

Be careful of objects flying in the wind.

Cuidado com objetos que voam com vento

必要な場合以外、外に出ない

Do not go outside unless it is absolutely necessary.

Não saia para fora de casa, exceto quando necessário

頭上や足元に注意する

Be careful of slipping or falling lumps of snow and ice.

Ao sair de casa tome cuidado com a cabeça e onde está pisando(chão)

非常持出品：できるだけ少なくしましょう！

Emergency supplies to be taken with you: Take as little as possible!

Kit de produtos de emergência: Procure mantê-lo com menor quantidade possível!

手电筒

ラジオ

水

現金

食品

パスポート

ID CARD

リュック



大雪・凍結  
Heavy snow/ice  
Neve pesada e congelamento

自転車やバイクに乗らない

Do not use a bicycle or motorcycle/scooter.

Não ande de bicicleta e motos

スノータイヤをつけていない車に乗らない

Do not use a car with no snow tires.

Não dirija o carro sem os pneus para neve

頭上や足元に注意する

Be careful of slipping or falling lumps of snow and ice.

Ao sair de casa tome cuidado com a cabeça e onde está pisando(chão)

火事・救急

Fire Emergency

Incêndio • Ambulância

119

避難するときの注意点  
Points to remember when evacuating  
Precauções ao evacuar

エレベーターは使わない

Do not use elevators

Não utilize o elevador

ガラス窓やブロック塀に近付かない

Do not go near glass windows and block walls.

Não se aproxime de janelas de vidro e muros de blocos

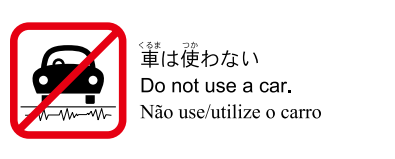
車は使わない

Do not use a car.

Não use/utilize o carro

私を避難所に連れて行ってください

Take me to an evacuation shelter



避難カード（記入シート）  
Evacuation card (Fill out the below information)  
Cartão de Abrigo (para ser preenchido)

名前 Name Nome	性別 Gender sexo	男・女 M・F
国籍 Nationality Nacionalidade		
身分証明書番号 ID number (passport, residence card, etc.) Nº do documento de identidade (passaporte zairyu card etc)		
生年月日 Date of birth Data de nascimento	血液型 Blood type Tipo sanguíneo	
住所 Address Endereço		
最寄りの避難所 Closest evacuation shelter Local de abrigo mais próximo		
アレルギー Allergies Tem alergia		
国内の緊急連絡先 Emergency contact in Japan Contato de emergência no Japão		
国外の緊急連絡先 Emergency contact overseas Contato de emergência no exterior		
大使館・領事館の電話番号 Phone number of consulate/embassy Número de telefone da embaixada/consulado		
火事・救急 Fire Emergency Incêndio • Ambulância	119	警察 police Policia 110

※事前に記載しておくと避難時に役立ちます。\*Filling out this card in advance will help you during a disaster evacuation.  
\*Escreva as informações: Será útil na hora de se abrigar.

避難所の場所がわからないときは、近くの人に下の欄を指で差して見せましょう。「私を避難所に連れて行ってください」と書いてあります。

If you do not know where the evacuation shelter is, go to a Japanese person nearby and point to the column below where it says in Japanese, “Please take me to an evacuation shelter” .  
Se você não souber onde fica o local de abrigo, indique o quadro abaixo com o dedo para pessoa que estiver passando por perto. Neste quadro está escrito “Leve-me até o local de abrigo”



## 地震 Earthquake Terremoto

### ①地震が来たら

- 【家の中】倒れてくるものから頭や身体を守るため、テーブルや机の下に入りましょう。
- 【家の外】ブロック塀が倒れたり、看板や割れた窓ガラスが落ちてきて、危ないです。崖や川の近くも危ないです。すぐに離れて、安全な場所に行きましょう。

### ①When an earthquake strikes

- (Indoors) Get under a table or desk to protect your head and body from falling objects.
- (Outside)Keep away from block walls and broken glass windows and signs as they may collapse or break. Do not go near cliffs or rivers. Quickly go to a safe place.

### ①Quando ocorre terremoto

- Cuidados “dentro de casa” , os móveis poderão cair com o tremor, afaste-se dos móveis e fique abaixo de mesas ou escrivaninhas.
- “Fora de casa” : não se aproxime de precipícios, e rios e mares. Afaste-se de muros de concretos, placas e janelas de vidro quebradas para evitar que caiam encima de você, é muito perigoso Nesse caso afastem-se imediatamente e fuja para um local seguro.

### ②揺れがおさまったら

- 火事にならないよう、火を消します。キッチンやストーブの火を消し、ガスの元栓を閉めます。
- 電気のブレーカーを切ります。
- 出口を確保します。
- 揺れがおさまった後でも、続けて何回も揺れること (余震) がありますから、気をつけましょう。

### ②Once the tremors stop

- To prevent against fire, extinguish all flame sources in the kitchen and completely turn off the gas.
- Turn off your circuit breaker
- Ensure the exit.
- Beware and be prepared that after a large earthquake there are multiple aftershocks. (Yoshin)

### ②Após o tremor passar

- Desligue o fogo para não causar incêndio. Apague o fogo do fogão da cozinha e aquecedores. Feche a válvula de gás. Desligue o disjuntor elétrica .
- Devemos tomar cuidado. O terremoto não ocorre uma só vez.
- Garantir uma saída.
- Mesmo após que acalme o tremor, pode ocorrer vários tremores secundários.

### ③津波について

- 地震の後で津波 (高い波) が何度も来ることがあります。
- 海の近くにいる人は高いところに早く逃げてください。
- 地震が速くて起きても、津波が来ることがあります。

### ③Tsunami

- Tsunamis (high waves) may come multiple times after an earthquake.
- If you are near the sea, quickly go to a higher area.
- Even if the earthquake happens far away, a tsunami may occur in your area.

### ③Sobre o Tsunami

- Após um terremoto, é possível a ocorrência de vários tsunamis.
- Pessoas que encontram próximo ao mar devem buscar imediatamente o refúgio em locais altos.
- A ocorrência de tsunami é possível mesmo que o terremoto tenha ocorrido em outras regiões que deve começar a evacuar-se.

## 大雪 Heavy snow Neve Pesada

- 雪が降った時や、気温が低い時は地面が滑り易くなります。
- 自転車やバイク、スノータイヤを装着していない車に乗らないでください。
- 運転中、車が雪で動かなくなったときはマフラーの排気口が雪で埋まらないように注意してください。

- When snow falls or temperatures are very low, the ground becomes easy to slip on.
- Don't use a bicycle, motorcycle or a car with no snowtires.
- If your car is stalled/stranded, make sure your muffler's exhaust pipe does not get blocked up with snow.

- Quando neva, e a temperatura é muito baixa, o solo fica escorregadio.
- Não dirija bicicleta, motocicleta e carro sem os pneus para neve.
- Se ficar preso dentro do carro por take da neve tome cuidado para que a boca do escapamento não fique enterrado na neve.

## 避難 Evacuation Evacuação/Refúgio

### ①避難場所 (逃げるところ)

- 災害が発生したら、安全な場所 (学校のグラウンドや公園など) に避難しましょう。
- 津波の時は、高いところ、丈夫な建物の高い階に逃げましょう。

### ①Evacuation area (Place to escape during a disaster)

- When a disaster occurs, evacuate to a safe place (school athletic field, park, etc.)
- In the event of a tsunami, evacuate to high ground or a strong, tall building.

### ①Hinan-basho/Abrigo (local de refúgio)

- Quando ocorrer um desastre da natureza, evacuem-se para um local seguro como (terreno da escola, parque ou praça)
- No caso de Tsunami, fuja para um local alto ou andar mais alto ou em um edifício alto e seguro.

## 市町からのお知らせ News from municipalities Notícias de municípios

市町から次のような情報が発表されたらすぐ行動してください。

### ①緊急安全確保

命が危ないです。安全なところに逃げてください。

### ②避難指示

必ず逃げてください。

### ③高齢者等避難

お年寄りや障がいのある人は逃げてください。

If your city or town issues the following evacuations orders, follow instruction accordingly immediately.

### ①Emergency Safety Measures (Kinkyuu Anzen Kakuho)

Your life is in danger! Evacuate to safety immediately.

### ②Evacuation Instruction (Hinan Shiji)

All residents must evacuate immediately.

### ③Evacuation of the Elderly, Etc. (Koureishatou Hinan)

The elderly, those with disabilities, and other vulnerable people must evacuate.

Ajam rapidamente assim que forem divulgadas as seguintes informações pela municipalidade.

### ①Medidas de segurança de emergência (Kinkyuu Anzen Kakuho)

Perigo de risco de vida. Fuja para um lugar seguro.

### ②Ordem de Evacuação (Hinan Shiji)

Evacue dessa área rapidamente.

### ③Evacuação de idosos e outros grupos (Koureishatou Hinan)

Pessoas idosos e pessoas com deficiências fujam rapidamente.

### ●特別警報

特に大きな災害が起こりそうな場合に発表されます。すぐに身の安全を守ってください。

### ●Emergency Warning (Tokubetsu Keihou)

Emergency warnings are issued when there is a high probability of a large natural disaster occurring. Take immediate action to protect yourself.

### ●Advertência especial (Tokubetsu keihô)

Anunciado quando é provável que ocorra um grande desastre. Neste caso prepare-se para garantir a sua vida imediatamente.

## 緊急速報 Emergency Alert Messages Alarme de emergência

- 地震などの災害が起きること (起きたこと) をお知らせする情報。

- テレビやラジオで普段聞き慣れないアラームが鳴ります。携帯電話では機種によって自動的に受信します。

### ●The emergency alert system alerts to risk or information about earthquakes and other disasters.

- Unusual alarms will go off on the television and radio. Depending on the model, your cell phone may automatically receive an alert.

### ●É o alarme de aviso que ocorrerá (ou que ocorreu) terremoto.

- Pouco antes de ocorrer grande terremoto, soará um alarme diferente nos rádios e TVs. No caso de telefone celulares dependendo de modelo o alarme tocará automaticamente.

## お役立ち情報まとめ Helpful Information Souces Informações úteis

### ●Safety Tips

日本で起こっている災害についての情報や災害が起きた時に役立つ情報を知ることができるアプリ

An app that delivers domestic emergency earthquake early warning alert, tsunami alert, and emergency warnings via push notifications.

Este aplicativo, é útil para saber ocorrência de terremoto, tsunami no Japão.

### Android



### iPhone



### ●NHK World

インターネットニュースサイト

Multilingual information site

Internet News Site

### ●NHK NEWS WEB EASY

(やさしい日本語対応)

(Simple Japanese available)

(em japonês simples)

### iPhone



### ●NHK World

インターネットニュースサイト



### ●NHK NEWS WEB EASY

(やさしい日本語対応)



## 家族や友人の安全確認 Checking the safety of your family and friends Confirmação de segurança da família e amigos

インターネットを使って災害が起きた場所にいる人の安全確認を行う伝言板

- 災害用伝言板 (web171)
- Google パーソンファインダー

Internet message boards to check who has marked themselves safe in the disaster and mark yourself and others safe or not.

- Disaster Message board (web171)
- Google Person Finder

Quadro para mensagens e confirmações de segurança através de Internet

- Quadro de mensagens para caso de calamidade(web 171)
- Google Localizador de pessoas

### web171



### google



### ●気象庁

天気予報や地図上で今いる場所の災害が起る危険度がわかるインターネットサイト

### ●Japanese Meteorological Agency

Realtime disaster risk map/Precipitation Nowcasts

### ●Agência Meteorológica do Japão

Através da previsão de tempo e mapa é possível saber sobre onde pode ocorrer o desastres naturais e identificar grau de perigo.

### ●災害が起きたところで誰でも使える無料 Wi-Fi

●Emergency Public Wifi for free, available in the disaster area.

### ●WIFI sem fio que poderá ser utilizado por qualquer pessoa

【SSID】00000 JAPAN

### ●福井県 危機対策・防災情報ポータルサイト

●Fukui Prefecture Safety and Disaster Information Portal Site

### ●Site do Portal de Informações do

Governo de Fukui, referente prevenção contra o perigo/prevenção de desastres de natureza.

●ふくい外国人相談センター 【TEL：0776-88-0062】生活についての色々な相談ができる窓口 (13 言語対応)

●Fukui Consultation Center for Foreign Residents A center where you can receive consultation about life issues in 13 languages.

●Fukui Centro de Consulta aos Estrangeiros Residentes Consultas solicitadas por estrangeiros são atendido em 13 idiomas