

## ¿Que debe hacer, cuando se produce un terremoto?

### 大地震発生！そのときあなたは・・・

#### En el interior de las construcciones: 屋内にいたら

##### La Casa 家庭

Refúgiense bajo un escritorio o una mesa. Si no haya tiempo suficiente, proteja su cabeza con una bolsa o una almohada.

テーブルや机の下に隠れ、身を守りましょう。余裕があれば、座ぶとんや枕で頭を保護しましょう。

Sea rápido en apagar cualquier tipo de fuego como gas, estufa, etc.

速やかにガスやストーブの火を消しましょう。

Abra la puerta para asegurar la salida.

ドアを開けて避難口を確保しましょう。

Tenga cuidado con los muebles que se muevan y caigan.

家具の移動や転倒に注意しましょう。

Evite las heridas por caída de pedazos de vidrio y otros escombros.

ガラスの破片などでけがをしないよう注意しましょう。

Vamos a obtener las informaciones correctas por la radio, la televisión, la emisión de prevención de desastres, etc.

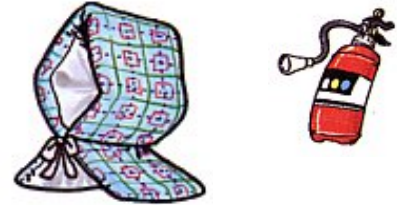
ラジオやテレビまたは防災無線などで情報を集めましょう。

##### El Edificio ビルの中

Proteja su cabeza con una bolsa, etc. y rápidamente refúgiense bajo un escritorio más cercano.

バッグなどで頭を保護し、急いで机の下などに逃げましょう。

Tenga cuidado con los estantes de libros y los armarios que se muevan y caigan.



本棚やロッカーの移動・転倒に注意しましょう。

No utilice el ascensor. Salga por la escalera.  
エレベーターは使わず、階段から避難しましょう。

Cuando se para el ascensor, utilice el teléfono de emergencia para socorro.  
エレベーターが止まってしまったら、非常電話を使って救出を待ちましょう。

## La Escuela 学校

En la clase, siga las instrucciones dadas por los maestros, refúgiense bajo un escritorio para la seguridad.

教室の中では先生の指示に従い、机の下に隠れ、身の安全をはかりましょう。



En el paso de la escuela, preste atención a las caídas separándose de las ventanas.  
廊下にいたら、窓から離れ、落下物に注意しましょう。

En el patio de recreo, separándose del edificio de la escuela o bloques de muros, sigan las instrucciones dadas por maestros.

校庭にいたら校舎やブロック塀から離れ、先生の指示に従いましょう。

## Almacenes y Supermercados デパート・スーパー

Proteja su cabeza con una bolsa y evite los artículos de escaparate que caigan.  
バッグなどで頭を保護し、倒れやすいショーケースなどから離れましょう。

Refúgiense bajo del escritorio o al muro o a la columna cercana.

近くの机の下にもぐり込むか、柱や壁ぎわに身を寄せましょう。

No se precipite hacia la salida. Sigán las instrucciones dadas por los empleados en cargo.

あわてて出口に殺到せず、係員の指示に従いましょう。



## Al aire libre: 屋外にいたら



### En la calle 路上

Proteja su cabeza con una bolsa o una cartera de pedazos de vidrio, placas, tejas, etc. que caigan. Refúgiase hacia el edificio o el aire libre cercano.

その場に立ち止まらず、カバンなどで頭を保護して近くの安全なビルや広場に避難しましょう。(ガラスの破片、看板、タイルなどの危険物の落下から身を守る。)

No se acerque a los alambres eléctricos caídos o pénduras.  
垂れ下がった電線には近づかないようにしましょう。

No se pare cerca de la construcción de madera con frontera amplia, distribuidor automático, muro de bloque y pared de edificio.

間口の広い木造の建物や自動販売機、ブロック塀のそば、ビルの壁際へは寄らないようにしましょう。

Tenga cuidado con pedazos de vidrio de las ventanas y las tejas que caigan, y refúgiase en un lugar seguro más cercano como parque o patio de recreo.

窓ガラスの破片や屋根瓦などに注意して、近くの公園、学校の校庭などに避難しましょう。



### En su coche 車を運転中

Cuando siente los primeros movimientos del terremoto, maneje su coche a velocidad lenta, estacionese al lado izquierdo de la vía y deje su llave en ignición.

地震を感じたら、徐々にスピードを落とし、道路の左側に寄せてエンジンを切りましょう。

No deje su coche hasta que reduzca un temblor y escuche la radio para recibir las informaciones correctas.

揺れがおさまるまで車外に出ず、ラジオで情報を聞きましょう。

Cuando deja su coche, cierre sus ventanillas y puertas sin falta y deje su llave en ignición.

車を離れるときは必ず窓を閉め、ドアロックをせず、キーはつけたままにしましょう。

No utilice un coche para refugiarse.

車で避難はしないでください。

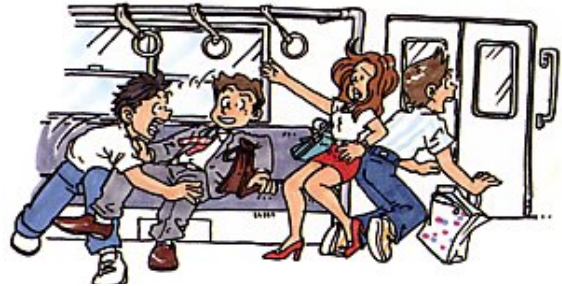


## En el tren o el ferrocarril subterráneo 電車や地下鉄の車内

Es posible que el tren pare de repente, en tal caso agarre fuertemente las correas o los pasamanos.

急停車することがあるので、つり革や手すりにしっかりつかまりましょう。

Cuando el tren para, no se escape por la ventana, ni abra la puerta de emergencia. 途中で止まっても、窓から飛び出したり、非常コックを開けて勝手に車外へ出たりしないで下さい。



Conduzcase con calma siguiendo las instrucciones dadas por el cobrador. 乗務員の指示に従って、冷静に行動しましょう。

## Al centro de subterráneo 地下街

Proteja su cabeza con una bolsa, etc. y refúgiase al lado de pared o de gran pilar.

バッグなどで頭を保護し、壁面や太い柱に身を寄せましょう。

No tenga pánico, aunque la interrupción eléctrica ocurra y espere con calma hasta que vuelva la iluminación de emergencia.



停電になっても非常用照明灯がすぐにつくので、慌てないで下さい。

No se precipite hacia salida y siga las instrucciones dadas por los empleados en cargo. Generalmente el subterráneo es más seguro que la tierra. (Hay una salida cada 60 metros.)

あわてて出口に殺到せず、係員の指示に従いましょう。一般的に、地下は地上より安全です。(出口は60mおきに設置されています。)

## Cerca de las escarpas o las laderas de montañas がけのそば

Evacuación inmediata es requerida hacia el lugar seguro en las escarpas o las laderas de montañas donde haya posibles deslizamientos.

山際や急傾斜地では、がけ崩れが起きるおそれがあるので、すみやかに安全な場所へ避難しましょう。



## Los locales de refugio en Hachioji・・・

### 八王子市の避難場所、避難所は…

Para refugiarse temporalmente en caso de emergencia de desastre, los locales de refugio señalados por la municipalidad de Hachioji son todos los patios de recreo de las primarias, secundarias municipales y los colegios o escuelas superiores metropolitanos de Tokio.

En caso de un incendio de gran escala, 9 locales siguientes son señaladas como Áreas de Evacuación:

災害時に一時的に避難することを目的として、八王子市が指定している避難場所は、市立の全小・中学校と市内の都立高校の校庭です。

また、その他に大規模な火災が発生したときに火災から身を守ることを目的として、次の9ヶ所を広域避難場所に指定しています。

#### 広域避難場所 Nueve Áreas de Evacuación en Hachioji

首都大学東京(Shuto Daigaku Tokyo) Universidad de Tokio Mertopolitano	1-1 Minami-Osawa, Hachioji-shi
中央大学(Chuo Daigaku) Universidad de Chuo	742-1 Higashinakano, Hachioji-shi
東京薬科大学(Tokyo Yakka Daigaku) Tokio Universidad de farmacia	1432-1 Horinouchi, Hachioji-shi
東京工科大学(Tokyo Koka Daigaku) Tokio Universidad de Tecnologia	1404 Katakura, Hachioji-shi
浅川河川敷(Asakawa Kasenjiki) Lugar de evacuacion fluvial de Rio Asa	In the vicinity of Naganuma Bridge and Kami Ichibukata Public Primary school
富士森公園(Fujimori Koen) Fujimori Parque	2 Dai-machi 2 Chome, Hachioji-shi
陵南公園(Ryonan Koen) Ryonan Parque	Nagabusa-machi and Higashi Asakawa-machi, Hachioji-shi
小宮公園(Komiya Koen) Komiya Parque	Oya-machi and Akatsuki-cho 2 Chome, Hachioji-shi
清水公園及び工学院大学 (Shimizu Koen & Kogakuin Daigaku) Shimizu Parque y Uninersidad de Kogakuin	Inume-machi and Narahara-machi, Hachioji-shi

Igualmente para guardar los residentes temporalmente que no puedan vivir en sus casas, los locales de refugio señalados por Hachioji son todas escuelas primarias, secundarias, superiores metropolitanos de Tokio y cada centro ciudadano.

災害により自宅で生活ができない人を一時的に保護することを目的として八王子市が指定している避難所は、市立の全小・中学校と市内の都立高校及び各市民センターです。

# ¡Vamos a preparar un kit de emergencia! 非常持出品を用意しよう！

## Artículos de primera necesidad 一次持出品

Cuando ocurra un desastre, los artículos que se debe llevar son los siguientes.

避難時にまず最初に持ち出すもの

Pan deshidratado y galletas, Conservas, Lamen(fideo) instantáneo, Agua potable, Copay Plato de papel, Palillo disponibles, Navaja Y Cuchillo, Abridor de latas, Sacacorchos クラッカー、缶詰、インスタントラーメン、飲料水 紙皿、紙コップ、割り箸、ナイフ、缶きり、栓抜



★非常食品  
Emergency rations  
緊急食品  
非常食品

★救急薬品  
First aid kit  
急救薬品  
구급약품



Tafetán inglés, Gasa, Venda, Venda triangular, Desinfectante, Calmante, Medicina de resfriado, Antifebrina, Remedio gastrointestinal y otros Remedios Caseros  
ばんそうこう、ガーゼ、包帯、三角巾、消毒薬、鎮痛剤、風邪薬、解熱剤、胃腸薬、その他常備薬



★ラジオ  
Radio  
收音机  
라디오

Radio portatil y baterías de recambio  
ラジオと予備の電池

★懐中電灯  
Flashlight  
手电筒/회중전등



Linterna y baterías de recambio  
懐中電灯と予備の電池

★貴重品  
Valuables  
貴重物品  
귀중품



Dinero en efectivo, Libretas de banco, Impresión de sellos, Pasaportes, Tarjetas de registro, Certificados y Carnet del seguro de salud  
現金、通帳、印鑑、パスポート、外国人登録証、証書類、健康保険証

★その他  
Others  
其它  
기타



Ropa interior, Chaquetón, Calcetines, Guantes, Pañuelos, Toallas, Papel higiénico, Casco, Encendedor, Fósforos, Sábana de vinilo, Capa de lluvia, Artículos sanitarios y Pañales desechables  
下着、上着、靴下、手袋、ハンカチ、タオル、ティッシュペーパー、ヘルメット、ライター、マッチ、ビニールシート、雨具、生理用品、紙おむつ

## Artículos secundarios 二次持出品

Después de un gran desastre, es necesario guardar los alimentos, agua potable, etc. para que se pueda sobrevivir por pocos días. (al menos tres días)

災害復旧までの数日間（最低3日分）自活するために。

### ★食品 Food/食品/식품



Galletas, Consevas, lamen (fideos) instantáneo, Arroz y alimentos de retorta, Dulces

クラッカー、缶詰、インスタントラーメン、レトルトご飯・食品、お菓子

### Agua portátil



### ★水 Water/饮用水/물

3 litros por persona por día

1日1人3リットルを目安に

### ★燃料 Fuel/燃料/연료



Holnillo con caseta de gas, Combustibles sólidos, Caseta de gas de recambio

卓上コンロ、固形燃料、予備のガスボンベ

### ★その他 Others/其它/기타



Agua (para baño, lavado, etc.), Frazadas, Bolsas de dormir, Artículos de baño, Cacerola, Tetera, Bolsas plásticas, Sábana de vinilo, Baldes de agua, Periódicos, Pañales desechables, etc.

生活用水、毛布、寝袋、洗面用具、なべ、やかん、ビニール袋、ビニールシート、バケツ、新聞紙、紙おむつ など

## Número de Teléfono de Emergencia

## 緊急連絡先

連絡先 Localidad	所在地 Domicilio	電話 Teléfono	緊急連絡番号 Llamadas de emergencia
八王子市役所 Municipalidad de Hachioji	24-1 Motohongo-cho 3 Chome, Hachioji-shi	0426-26-3111	—
警視庁八王子警察署 Depart. De Policía Metropolitana Estación de Policía de Hachioji	4-13 Motoyokoyama-cho 2 Chome, Hachioji-shi	0426-45-0110	110
警視庁高尾警察署 Depart. de Policía Metropolitana de Takao	23-34 Higashi Asakawa -machi, Hachioji-shi	0426-65-0110	
東京消防庁八王子消防署 Depart. de Bomberos de Tokio-Hachioji	1-4 Oyoko-cho, Hachioji-shi	0426-25-0119	119

## Frases Útiles Japoneses en caso de Desastre

### 災害に関する日本語

Taskete  
・たすけて! = ¡Ayuda, por favor!      Abunai  
・あぶない! = ¡Cuidado!      Nigero  
・にげろ = ¡Escapese

Kajida  
・かじだ! = ¡Fuego!

Taoreteiru hitoga imasu  
・たおれているひとがいます! = ¡Alguien está derrumbado!

Kegao Siteimasu      kega-nin ga imasu  
・けがをしています。 = Estoy herido.      ・けが人がいます。 = Hay heridos.

Kyukyushao yonde kudasai  
・きゅうきゅうしゃをよんでください! = ¡Llame a una ambulancia por favor!

shoboshaoyonde kudasai  
・しょうぼうしゃをよんでください! = ¡Llame a los bomberos por favor!

supeingowo hanaseru hito wa imasenka  
・スペイン語を話せる人はいませんか。 = ¿Hay alguna persona que hable español?

\_\_\_\_\_ wa dokodesuka  
・\_\_\_\_\_ はどこですか。 = ¿Donde está \_\_\_\_\_?

\_\_\_\_\_ wa arimasenka  
・\_\_\_\_\_ はありますか。 = ¿Tiene usted \_\_\_\_\_?

\_\_\_\_\_ wo kudasai  
・\_\_\_\_\_ をください。 = ¿Haga/Me puede/etc., por favor?

Hinan-basho      Hinan-jo      Byoin  
・避難場所 = Área de Evacuación      ・避難所 = Lugar de Refugio      ・病院 = Hospital

Toire      Mizu      Shokuryo      Kusuri  
・トイレ = Baño      ・水 = Agua      ・食料 = Comida      ・薬 = Medicina