

地震発生 そんなときどうする

What would you do in an earthquake?
Aconteceu um terremoto O que fazer
発生地震时怎么办?

nestas horas?

屋内編 Indoors No interior de casas e prédios 在室内

集合住宅／エレベーター

Apartment / Elevator
Conjuntos residenciais / elevadores
集体住宅 / 电梯

- ドアや窓を開けて避難口を確保する。
- 避難にエレベーターは絶対に使わない。
- Secure an evacuation exit by opening doors and windows.
- Do not use elevators to evacuate.
- Abra as portas e janelas para garantir uma saída.
- Não utilize nunca o elevador para se refugiar.
- 打开门，窗以确保避难出口。
- 避难时绝对不要使用电梯。

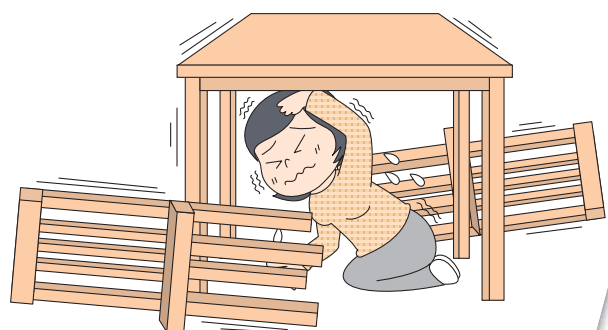


家の中

At home Dentro de casa 在自己家里

- 揺れを感じたら、テーブルなどの下に隠れ、身を守る(余裕がなければ、手近の座布団などで頭を保護する)。
- 火の始末はすみやかに。

- If you feel a tremor, get under a table or desk to protect yourself (if you don't have time, cover your head with a cushion or pillow near you).
- Turn off open flames immediately.
- Ao sentir o abalo, proteja-se escondendo-se debaixo de mesas (se não tiver tempo para tal, proteja a cabeça com almofadas que estejam por perto).
- Apague imediatamente o fogo.
- 感觉到晃动时，藏到桌子底下保护自己(如果来不及则可用身边的坐垫等物保护头部)。
- 立即关掉火种。

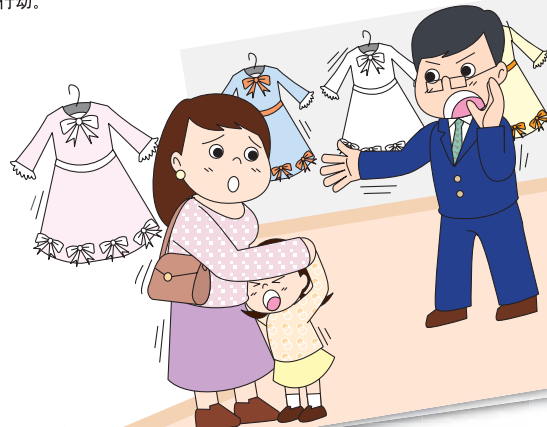


デパート・スーパー

Department store / Supermarket Lojas e supermercados
百货公司，超级市场

- カバンなどで頭を保護し、ショーウィンドウや商品などから離れる。柱や窓ぎわに身を寄せ、係員の指示を聞き、落ちついた行動を。

- Cover your head with a bag, and stay away from display cases and goods on the shelf. Stay near posts or windows and follow the instructions of the staff. Stay calm and do not panic.
- Proteja a cabeça com a bolsa e se distancie das vitrines e dos produtos. Encoste-se nas colunas ou ao lado das janelas, obedeça as indicações do encarregado da loja e procure agir com calma.
- 用提包等物保护头部，并远离橱窗和商品。将身体靠近柱子及窗户，听从工作人员的指示冷静地行动。

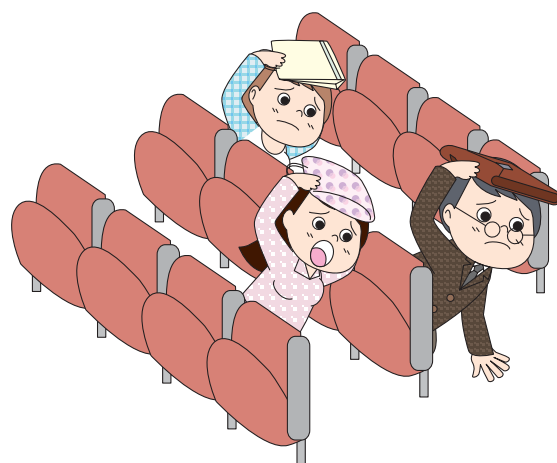


劇場・ホール

Theater / Concert hall Teatros e salões 剧场，大厅

- カバンなどで頭を保護し、座席の間に身を隠し、係員の指示を聞く。あわてず冷静な行動を。

- Cover your head with a bag, protect yourself between seats, and follow the instructions of the staff. Stay calm and do not panic.
- Proteja a cabeça com as bolsas, esconda-se entre as cadeiras e siga as ordens do encarregado. Procure agir com calma e sem pressa.
- 用提包等物保护头部，将身体藏在座位的中间，听从工作人员的指示冷静地行动。



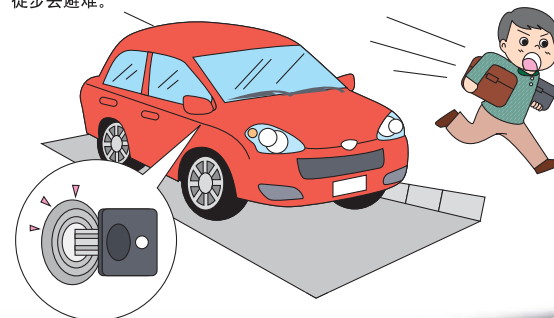
屋外編 Outdoors Fora das casas e prédios 在室外

車を運転中

When driving a car Dirigindo o carro 在驾驶汽车时

- ハンドルをしっかりと握り、徐々にスピードを落とし、道路の左側に止め、エンジンを切る。
- キーはつけたまま、ドアロックもしない。車検証などの貴重品を忘れずに持ち出し、徒歩で避難を。

- Holding the steering wheel firmly, reduce speed gradually. Pull over to the left side of the road and turn off the engine.
- When you need to evacuate the scene on foot, leave the key in the car and keep the doors unlocked. Make sure to take your valuables including the car registration.
- Segure firmemente a direção, diminua a velocidade, pare o carro no lado esquerdo da rua e desligue o motor.
- Quando for necessário se refugiar, deixe o carro com a chave e sem travar as portas. Não se esqueça consigo os objetos de valores, tais como o documento do carro, etc.
- 握紧方向盘，慢慢地降低速度，停靠在道路左侧，关掉发动机。
- 需要避难时不要拔出点火钥匙，也不要锁上车门。不要忘记带走车检证等贵重物品，徒步去避难。



路上

On the street Nas ruas 在路上

- 窓ガラスや看板などの落下物から頭をカバンなどで保護して、空き地や公園などに避難する。
- ブロック塀や自動販売機などには近づかない。
- 倒れそうな電柱や垂れ下がった電線に注意。

- Do not keep standing where you are. Protect your head with a bag or something else against falling objects such as broken window glass or signs, and evacuate to an open space or a park.
- Stay away from walls and vending machines.
- Watch out for electric poles and wires that may fall over.
- Não fique parado em um local, corra para um terreno baldio ou parques, protegendo a cabeça contra os objetos que podem cair de cima, tais como vidros, placas, etc., com as bolsas.
- Não se aproxime dos muros de blocos e nem das máquinas de vendas automáticas.
- Cuidados com os postes que podem cair e os fios elétricos dependurados.
- 用提包等物保护头部以防止窗玻璃、广告牌等的掉落，去空地或公园等处避难。
- 不要接近混技混凝土板墙及自动售货机等。
- 注意似乎要倒塌的电线杆及下垂的电线。



海岸付近

Near the beach Perto das praias 在海边附近

- ただちに高台へ避難し津波情報をよく聞く。注意報・警報が解除されるまでは海岸に近づかない。

- As soon as you feel a tremor, evacuate to higher ground and listen for tsunami information. Stay away from the beach until precautions and warnings are lifted.
- Ao sentir o terremoto, refugie-se para um local alto e procure ouvir as informações sobre o maremoto. Não se aproxime da praia até o estado de alerta e advertência serem cancelados.
- 感觉到发生地震时应马上往高处避难，并注意听取海啸的信息。在解除注意信息，警报之前不要靠近海边。



電車などの車内

In vehicles such as train Dentro dos trens 在电车内

- つり革や手すりに両手でしっかりつかまる。
- 途中で止まっても、非常コックを開けて勝手に車外へ出たり、窓から飛び降りたりしない。

- Hold on to a strap or handle with both hands tightly.
- Even when the vehicle stops, do not rush out by unlocking an emergency door or jumping out of the window.
- Segure firmemente com as duas mãos, nas argolas e nos corrimões.
- Mesmo quo o trem pare no meio do caminho, não saia para for a abrindo a manivela de emergência ou pulando a janela, sem que seja dado a ordem para tais ações.

- 抓紧吊环或扶手。
- 即使中途停车，也不要胡乱打开紧急阀门冲出车辆或跳窗。

