

「^{とうかいじしん}東海地震にそなえて ^{こんしゅう}今週のワンポイント・アドバイス」

Quando pode ocorrer um grande terremoto? Ninguém sabe!

Esta parte do programa tem como objetivo informar os estrangeiros sobre prevenção contra terremoto, e para saber como reduzir os riscos, se proteger, estar preparado e ainda saber como agir depois que acontecer um grande terremoto.

15. ^{じしんご}地震後の^{ひなんほうほう}避難方法

Formas de refugiar após um grande terremoto

Após um grande abalo sísmico, ficamos inseguros, se conseguiremos sair do local de forma segura, se as saídas não estão impedidas. Depois de um grande abalo sísmico, poderão ocorrer pequenos tremores (abalos secundários). Espere os abalos cessarem em um lugar onde não tenha objetos que possam cair. Quando os tremores cessarem, apagar o fogo, destrancar as portas e janelas.

Com o forte abalo as portas podem ficar presas por causa do deslocamento da construção ou queda de móveis impedindo a abertura. Quando isto acontecer force a abertura da porta empurrando ou chutando. Em casos de portas resistentes gire a maçaneta e prender com fita adesiva e depois force a abertura. Mesmo assim não abrindo, utilize marreta, barras de ferro para abrir.

Quando a porta abrir, utilize a saída ou escada de emergência. Em caso de incêndio, manter a postura baixa e de preferência refugiar para o andar superior. Se cobrir a cabeça com um saco plástico estenderá por mais 2 minutos o tempo de refúgio. Caso fique preso em um prédio de médio - grande porte, deixe de antemão planejado, se irá refugiar por conta ou se irá aguardar o resgate. Em caso de refugiar por conta, verifique antes a rota do refúgio detalhadamente, mas em caso de aguardar o resgate, ficar em local seguro.