

「^{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.

1. ^{じしん}地震から^み身を守る^{ため}のために

Como se proteger de um terremoto.

Não sabemos quando pode ocorrer um terremoto. Quando isto acontecer, devemos agir com calma. Hoje estaremos apresentando como agir, como evitar os perigos quando ocorrer um terremoto. Para prevenção de desastre o mais importante é ficar preparado de antemão.

Como agir logo após um terremoto

1. Esconder debaixo da mesa, segure nos pés da mesa, e coloque uma almofada sobre a cabeça.
2. Quando o tremor cessar, desligar o fogão e o aquecedor.
3. Abrir as portas e janelas que podem servir de saídas.
4. Calçar sapatos ou chinelos para evitar que se machuquem com cacos de vidros.
5. Não saia apressadamente para fora, pois podem cair telhados, vasos de plantas e os muros podem desmoronar.
6. Permanecer no local e verificar como está a situação em volta.
7. Encher com água a banheira, baldes e assegurar a água de consumo diário.

Como agir depois de um terremoto .

8. Verificar se não há feridos na família. Assegurar nos quartos, se crianças e idosos estão bem.
9. Se perceber algum perigo, prepare para refugiar imediatamente.
10. Colabore com a vizinhança. Participe ativamente de resgate e combate ao incêndio.
11. Crianças e idosos são mais suscetíveis tanto psicologicamente como corporalmente ao terremoto, por isso para confortá-los use palavras animadoras.
12. Desligue a chave central, para evitar incêndio quando ocorrer a restauração da energia.
13. Desligue a chave central do gás.
14. Através de rádio, obter informações sobre situações de danos e situação de restauração de água, luz e gás
15. Tome cuidado com os abalos secundários (tremores que ocorrem após um grande abalo sísmico)..
16. Evite utilizar telefones, para não interferir em casos de contato de emergência.