

# 非常時備蓄品の準備&チェック Preparation and check list for emergency stockpile Preparação e verificação do estoque de emergência

非常時に備えて、日ごろから準備・点検しておきましょう。  
In preparation for emergency, be sure to check and prepare on regular basis.

Armazene e cheque regularmente para estar preparado em caso de emergência.

## 非常時備蓄品(例)

災害復旧までの数日間(最低限3日、推奨7日)を生活できるようにチェック☑しましょう。

### Emergency supplies (example)

Check the list for the things you will need to survive several days (minimum three, recommended seven days) until services return to working condition.

### Itens para deixar reservado para caso de catástrofe (exemplo)

Vamos marcar os itens necessários para sobrevivência durante a recuperação de um possível desastre (mínimo 3 dias, sugerido provisões para 7 dias).

飲料水 Drinking water Água potável	非常食品 Emergency food Alimento de Emergência	燃料 Fuel Combustível	その他 Others Outros
 <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 飲料水 (1人1日3リットルを目安に)</li> <li><input type="checkbox"/> 貯水したタンクなど</li> <li><input type="checkbox"/> Bottled water (approximately 3 liters per person per day)</li> <li><input type="checkbox"/> Tap water in plastic containers</li> <li><input type="checkbox"/> Água em garrafa (3 litros de água por dia para cada pessoa)</li> <li><input type="checkbox"/> Tanques de água em contêineres de plástico, etc</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> お米 (アルファ米も便利)</li> <li><input type="checkbox"/> 缶詰・レトルト食品</li> <li><input type="checkbox"/> 梅干し・調味料など</li> <li><input type="checkbox"/> ドライフーズ・チョコレート・アメ (菓子類など)</li> <li><input type="checkbox"/> Rice (instant rice is useful)</li> <li><input type="checkbox"/> Canned food/boil-in-the-bag food</li> <li><input type="checkbox"/> Umeboshi/seasonings</li> <li><input type="checkbox"/> Dried foods/chocolate/hard candies (snacks)</li> <li><input type="checkbox"/> Arroz (arroz instantâneo também é prático)</li> <li><input type="checkbox"/> Enlatados e instantâneos</li> <li><input type="checkbox"/> Umeboshi, condimentos</li> <li><input type="checkbox"/> Alimentos secos, balas, chocolates (doces em geral)</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 卓上コンロ</li> <li><input type="checkbox"/> ガスボンベ</li> <li><input type="checkbox"/> 固形燃料</li> <li><input type="checkbox"/> Portable butane gas stove</li> <li><input type="checkbox"/> Butane fuel canisters</li> <li><input type="checkbox"/> Solid fuel</li> <li><input type="checkbox"/> Fogão portátil</li> <li><input type="checkbox"/> Bombas de Gás</li> <li><input type="checkbox"/> Combustível sólido</li> </ul>	 <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> 生活用水(風呂などに貯水)</li> <li><input type="checkbox"/> 毛布・寝袋・洗面用具など</li> <li><input type="checkbox"/> 調理器具(なべ・やかんなど)</li> <li><input type="checkbox"/> バケツ・各種アウトドア用品など</li> <li><input type="checkbox"/> Water for domestic use (save it in a bathtub, etc.)</li> <li><input type="checkbox"/> Blankets, sleeping bags, toiletries, etc.</li> <li><input type="checkbox"/> Cooking tools (pots, kettles, etc.)</li> <li><input type="checkbox"/> Buckets, various outdoor supplies, etc.</li> <li><input type="checkbox"/> Água para o dia-a-dia (acumular no ofurô)</li> <li><input type="checkbox"/> Cobertores, sacos de dormir, travesseiros, utensílios para pia/lavar o rosto, etc.</li> <li><input type="checkbox"/> Utensílios de cozinha (panela, chaleira, etc.)</li> <li><input type="checkbox"/> Balde, equipamentos de outdoor, etc...</li> </ul>

## ローリングストックを活用しよう

### Rotate our stock Consumindo e Reabastecendo

防災用の保存食を備蓄しておくことも大切ですが、棚の奥にしまったまま気づいたら消費期限が切れているということがあります。「ローリングストック」とは、日常的に食べている缶詰やレトルト食品等を少し多めに買って置き、食べた分を買足し、常に一定量の新しい食料を家庭に備蓄しておく方法です。ローリングストックを活用することで無駄を防ぎ、災害時でも普段と変わらない食事ができます。

Although it is vital to have a supply of preserved foods for emergencies, you sometimes find that things at the back of the shelf have passed their expiration date. "Rotating Stock" is a way of keeping a constant supply of new foods at home, by buying extra canned and boil-in-the-bag foods that you usually eat. Utilizing Rotating Stock cuts down on waste and enables you to enjoy your typical meals in times of disasters.

Apesar de ser muito importante reservar alimentos conservados para casos excepcionais, pode ocorrer de deixarmos esquecido algum item no fundo de alguma prateleira, deixando passar a validade.[Consumir e Reabastecer] o estoque de produtos instantâneos, enlatados e outros regularmente contribui para manter seu estoque sempre novo e suficiente. Além de evitar o desperdício, contribui para em caso de catástrofe poder comer o mesmo alimento que já está acostumado.

# 避難所でピクトグラムを掲示します Pictograms posted at evacuation shelters Pictogramas serão afixados nos abrigos

ピクトグラムとは、視力の低下した高齢者や障害のある方、外国人等も理解が容易な情報提供として、文字・言語によらず対象物、概念または状態に関する情報を提供する図形です。

町の避難所では、次のようなピクトグラム(一例)を掲示します。

Pictograms are simple figures that describe information regarding objects, concepts, or status without using written characters or language, providing easy-to-understand information for the elderly or people with handicaps who have impaired vision, as well as for foreigners. Following is the example of pictograms that may be used at town's evacuation shelters.

Pictograma é uma figura ou símbolo que fornece informações relativas a objeto indicado, conceito ou condição, independentemente da escrita ou da linguagem, de fácil compreensão para idosos com visão reduzida, pessoas com deficiência e estrangeiros. Os seguintes pictogramas (exemplos) serão afixados nos abrigos da cidade.

 <p>広域避難場所 Regional Evacuation site Local de refúgio de área ampla</p>	 <p>案内 Information Desk Informação</p>	 <p>受付 Reception Recepção</p>	 <p>コミュニケーション: 筆談対応 Communication: Written communication available Comunicação: por escrita</p>
 <p>マスクを着用してください Please wear a face mask Use máscara</p>	 <p>手を消毒してください Please sanitize hands Faça desinfecção das mãos</p>	 <p>静かに Please be quiet Silêncio</p>	 <p>くず入れ Trash Can Lixeira</p>
 <p>更衣室(男性) Dressing Room (male) Vestiário (masculino)</p>	 <p>更衣室(女性) Dressing Room (female) Vestiário (feminino)</p>	 <p>乳幼児用設備 Facilities for Infants and Toddlers Fraldário</p>	 <p>おむつ交換台 Diaper Changing Table Trocador de fraldas</p>
 <p>ペットスペース Space for Pets Área para animais de estimação</p>	 <p>ペット持ち込み禁止 No Pets Inside Não são permitidos animais de estimação</p>	 <p>禁煙 No Smoking Proibido fumar</p>	 <p>火気厳禁 No Open Flame É estritamente proibido produzir fogo</p>

※使用ピクトグラム… [JIS Z8210][広域避難場所][案内][チェックイン/受付][静かに][くず入れ][更衣室][更衣室(女性)][乳幼児用設備][おむつ交換台][ペット持ち込み禁止][禁煙][火気厳禁]  
[標準案内用図記号][コミュニケーション: 筆談対応][マスクを着用してください][手を消毒してください]  
[大泉町][ペットスペース]