

湖西市指定避難所マニュアル（共通編）

Manual do Local de Refúgio Determinado pela Prefeitura de Kosai-shi (versão em comum)

～Sobre este Manual～

Este manual foi elaborado com o objetivo de conscientizar as pessoas relacionadas, como o presidente do grupo privado de voluntários de prevenção de desastres, funcionários públicos e encarregados da instalação do local do refúgio, e para que tenham um conhecimento básico em comum do modo de abertura, gerenciamento e controle do local de refúgio definido pela prefeitura. Desejamos que esse manual seja útil para as atividades de prevenção de desastres (calamidades) futuras da região, e também para elaborar um manual de planos da vida cotidiana durante a estadia no alojamento de refúgio nos casos de um desastre natural ou outros.

Agosto de 2020(Reiwa 2)(2ª edição)

Cidade de KOSAI

Manual • Índice

| | |
|---|----------|
| 1. Inspeção, desbloqueio, preparativos para a recepção, para a abertura do local de refúgio .. | 1 |
| 2. Levantamento de informações da situação do local (alojamento) de refúgio..... | 2 |
| 3. Solicitação e distribuição dos alimentos e objetos necessários | 2 |
| 4. Organização e instalação do posto central de gerenciamento do local de refúgio, divisão e definição dos grupos encarregados e das atividades e serviços (nos casos de refúgio por um longo tempo)..... | 3 |
| 5. Redução do espaço e Encerramento do local do Refúgio | 4 |
| 【Histórico de Revisão do Manual de gerenciamento do local de refúgio determinado pela prefeitura (versão em comum)】 | 5 |

Material de referência • Índice

| | |
|---|----------|
| 1. Regras de convivência no Local de Refúgio determinado | 7 |
| Horário da convivência(no local) | 7 |
| Modo de utilização do Espaço de Convivência(do local) | 7 |
| Refeição | 7 |
| Limpeza | 7 |
| Lavanderia(Lavar as roupas)..... | 8 |
| Processamento do Lixo..... | 8 |
| Proteção da privacidade..... | 8 |
| Prevenção de Incêndios..... | 8 |
| Outros | 8 |
| 2. Função do Grupo de serviços e atividades | 9 |
| Relatório da Situação e Solicitações..... | 9 |
| (1) (Sougu Han)Grupo de Assuntos Gerais | |
| Secretaria de Assembléia da Central de Gerenciamento | 9 |
| Registro do Local de Refúgio | 10 |

| | |
|---|----|
| União com a Região(com administrações regionais)..... | 10 |
| Pesquisa por questionário do local de refúgio | 10 |
| Administração e controle da Lista de Nomes dos Refugiados | 11 |
| Cuidado paliativo para aliviar o estresse dos refugiados..... | 12 |
| Modo de atender aos pedidos de informações..... | 13 |
| Modo de atendimento de reportagens e entrevistas | 13 |
| Intermediação das entregas de correspondências e pacotes | 13 |
| (2) (Jouhou Han) Grupo de controle de informações | |
| Obtenção de Informações de fora do local de refúgio..... | 14 |
| Recepção de Informações dentro do local de refúgio..... | 14 |
| Divulgação de Informações para fora do local do refúgio | 14 |
| Divulgação de Informações para dentro do local de refúgio | 16 |
| Divulgação de Informações voltadas às vítimas que permanecem em suas casa após o desastre)..... | 17 |
| (3) (Shokuryou Busshi Han)Grupo de controle dos alimentos e materiais | |
| Preparar e distribuir os alimentos e materiais | 18 |
| Recepção , gerenciamento e distribuição de alimentos e suprimentos..... | 19 |
| Preparo de refeições para emergências..... | 22 |
| (4) (Shisetsu Kanri Han)Grupo de Gerenciamento da Instalação(prédio) | |
| Resolução de medidas de solução para os lugares perigosos da instalação..... | 23 |
| Prevenção de Incêndios e crimes | 23 |
| Patrulhamento à noite e em locais escuros | 24 |
| Restrições para a entrada e saídas de pessoas estranhas | 24 |

(5) (Hoken · Eisei Han)Grupo de Gerenciamento da parte da Saúde e Higiene

| | |
|---|----|
| Lixo | 24 |
| Banheiro | 25 |
| Limpeza | 26 |
| Banho(Ofuro) | 26 |
| Controle de Higiene e Saúde | 27 |
| Gerenciamento de informações de serviços médicos e de enfermagem..... | 27 |
| Gerenciamento do abastecimento de água para a vida cotidiana..... | 28 |
| Animais de estimação | 28 |
| Instalação de balcão de consultas para pessoas que necessitam de cuidados especiais..... | 29 |
| Obtenção de informações da situação e modo de refúgio das pessoas que necessitam de cuidados especiais..... | 29 |
| Obtenção de informações da situação e necessidades das pessoas que necessitam de cuidados especiais..... | 29 |
| Atividades e Serviços de Enfermagem(Kaigo) | 30 |
| Apoio de cuidados para crianças..... | 30 |

(6) (Borantea Han)Grupo de Gerenciamento de Voluntários

| | |
|---|----|
| União com os voluntários | 30 |
| Obtenção de informações de necessidades no local de refúgio | 30 |
| Instruções para os Voluntários..... | 30 |

| | |
|-----------------------------------|-----------|
| 3. Espaço necessário | 31 |
|-----------------------------------|-----------|

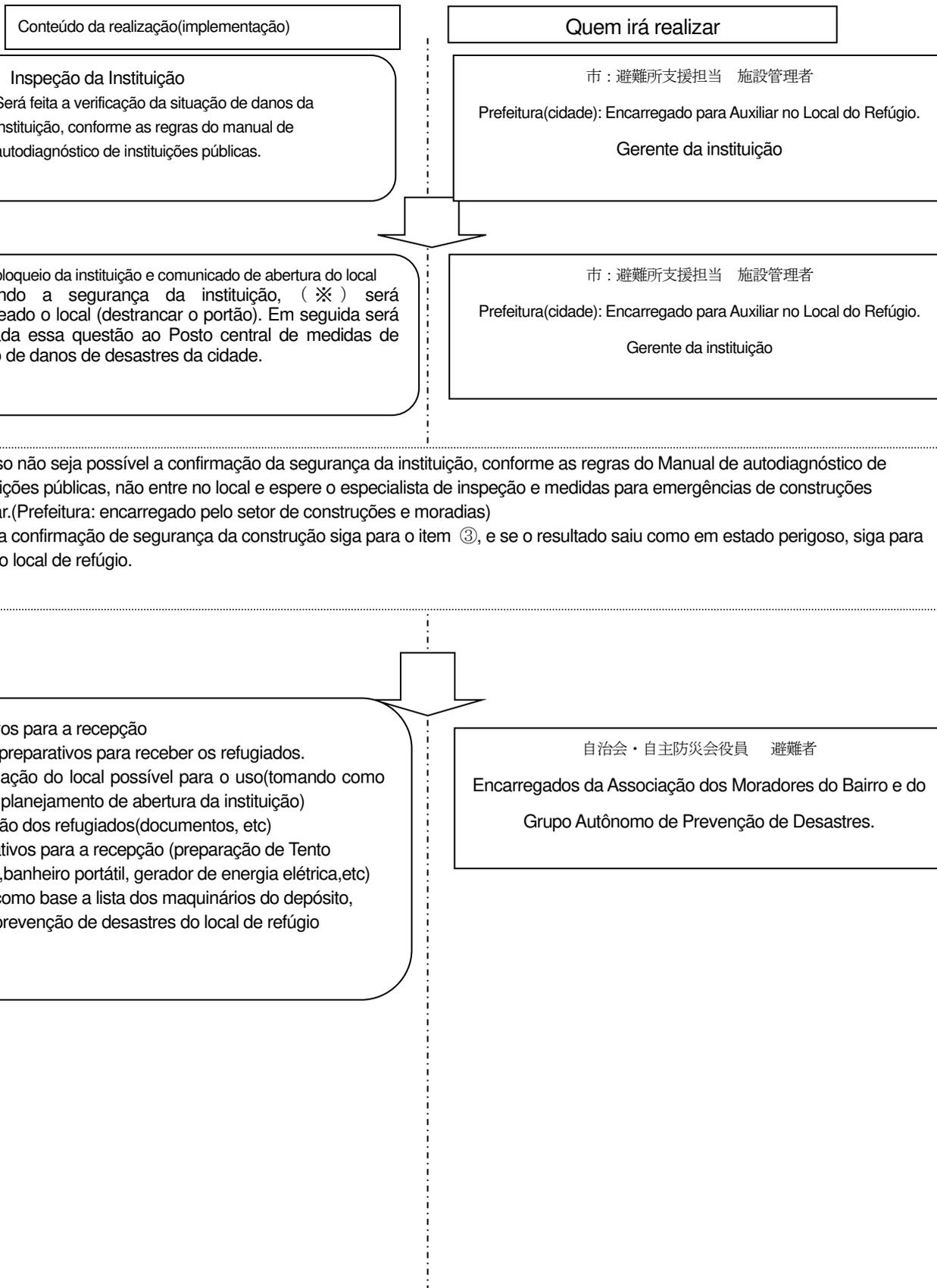
Material relacionado ao contágio do novo coronavírus · Índice

1. Preparação prévia

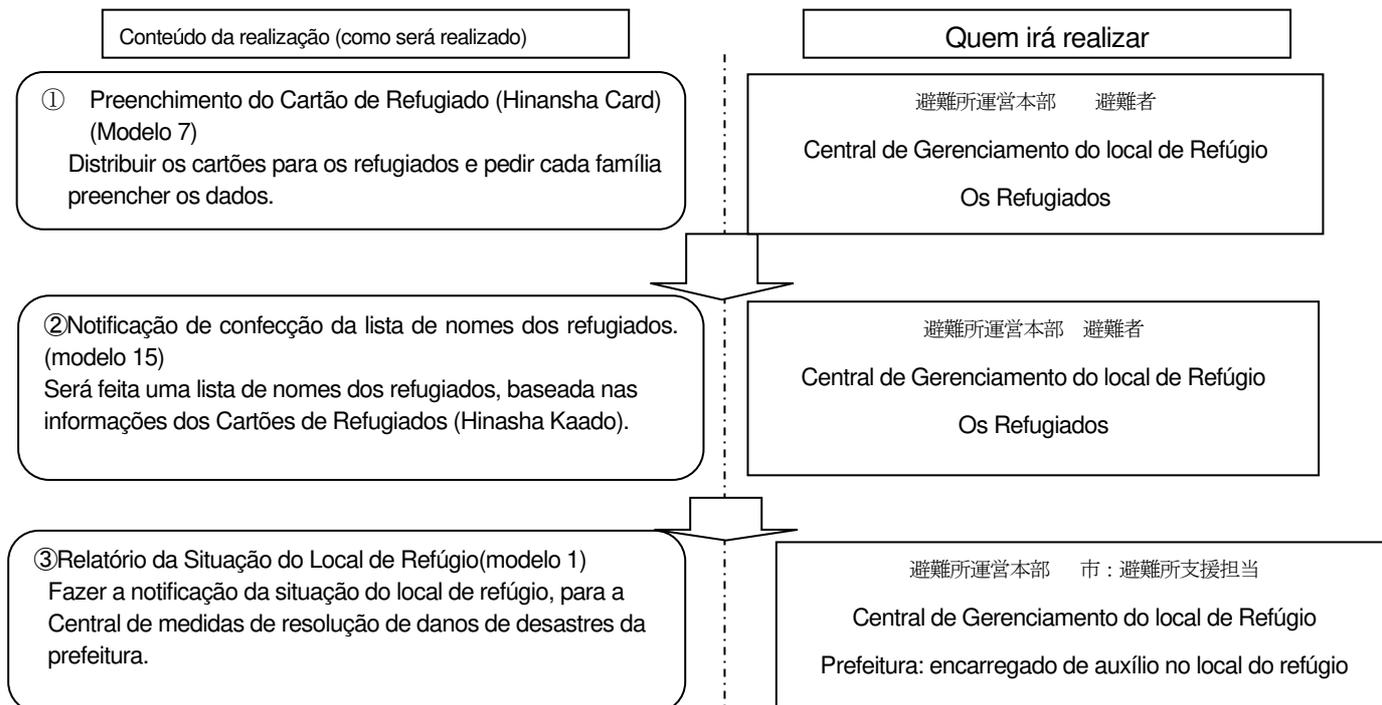
| | |
|--|----|
| Preservando o seu espaço vital dentro do abrigo..... | 35 |
| Supervisão dos suprimentos necessários..... | 35 |

| | |
|---|-----------|
| Verificar o estado de saúde das pessoas que irão estruturar o abrigo..... | 35 |
| 2. A aceitação de pessoas no abrigo | |
| A realização de uma pré-entrevista..... | 36 |
| Orientação sobre o espaço geral e o espaço exclusivo | 37 |
| 3. Contramedidas para as doenças infecciosas dentro dos estabelecimentos de abrigo | |
| Contramedidas básicas | 38 |
| Contramedidas contra doenças infecciosas durante a refeição..... | 38 |
| Ventilação(purificação do ar) periódica | 38 |
| Desinfecção de ambientes e limpeza de locais utilizados coletivamente | 38 |
| 4. Gerenciamento da Saúde dos Refugiados | |
| Realizar a verificação da temperatura corporal e da situação de saúde..... | 39 |
| 5. Atendimento e soluções para as pessoas do abrigo, com febre ou com más condições físicas | |
| Quando os sintomas se agravarem | 39 |
| Caso faça o teste de doença infecciosa | 39 |
| 6. Como deve ser o atendimento quando a pessoa do abrigo testar positivo no teste do novo coronavírus..... | 39 |

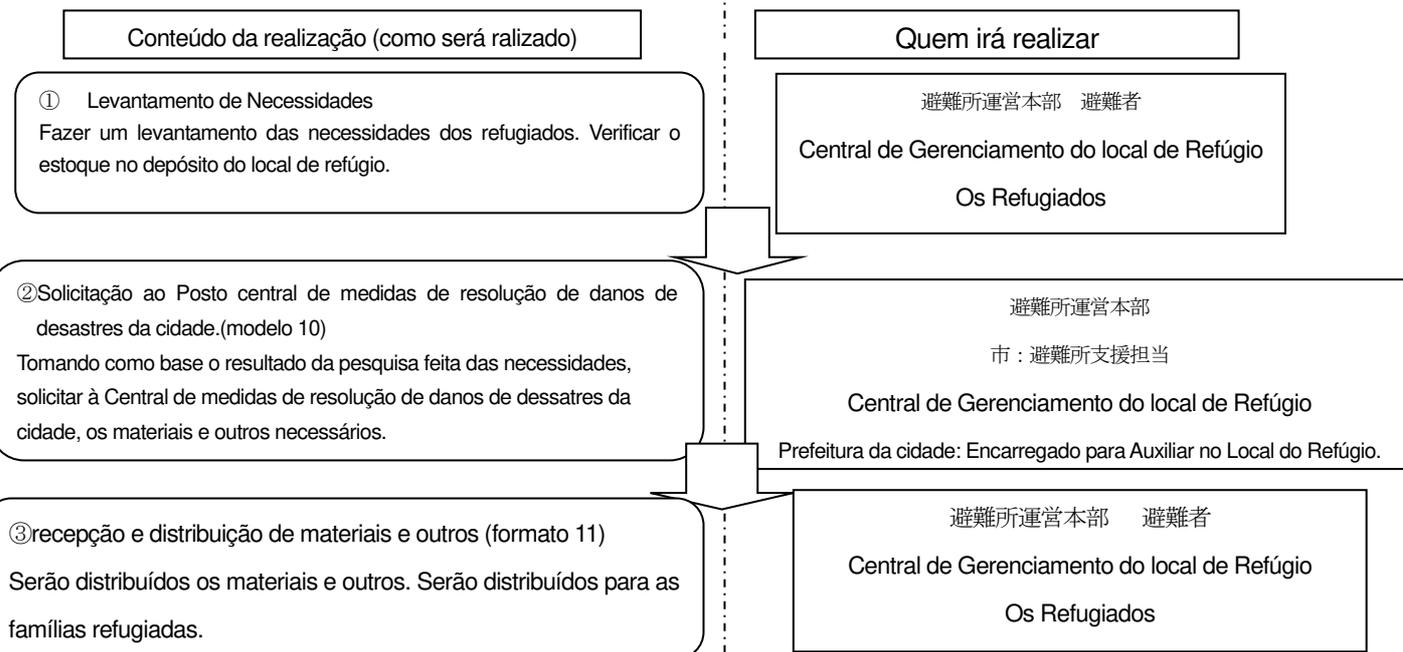
1. 1. Inspeção, desbloqueio, preparativos para a recepção, para a abertura do local de refúgio 避難所開設のための施設点検・開錠・受け入れ準備



2. Levantamento da Situação do Local do Refúgio



3. Solicitação e distribuição dos alimentos e objetos solicitados

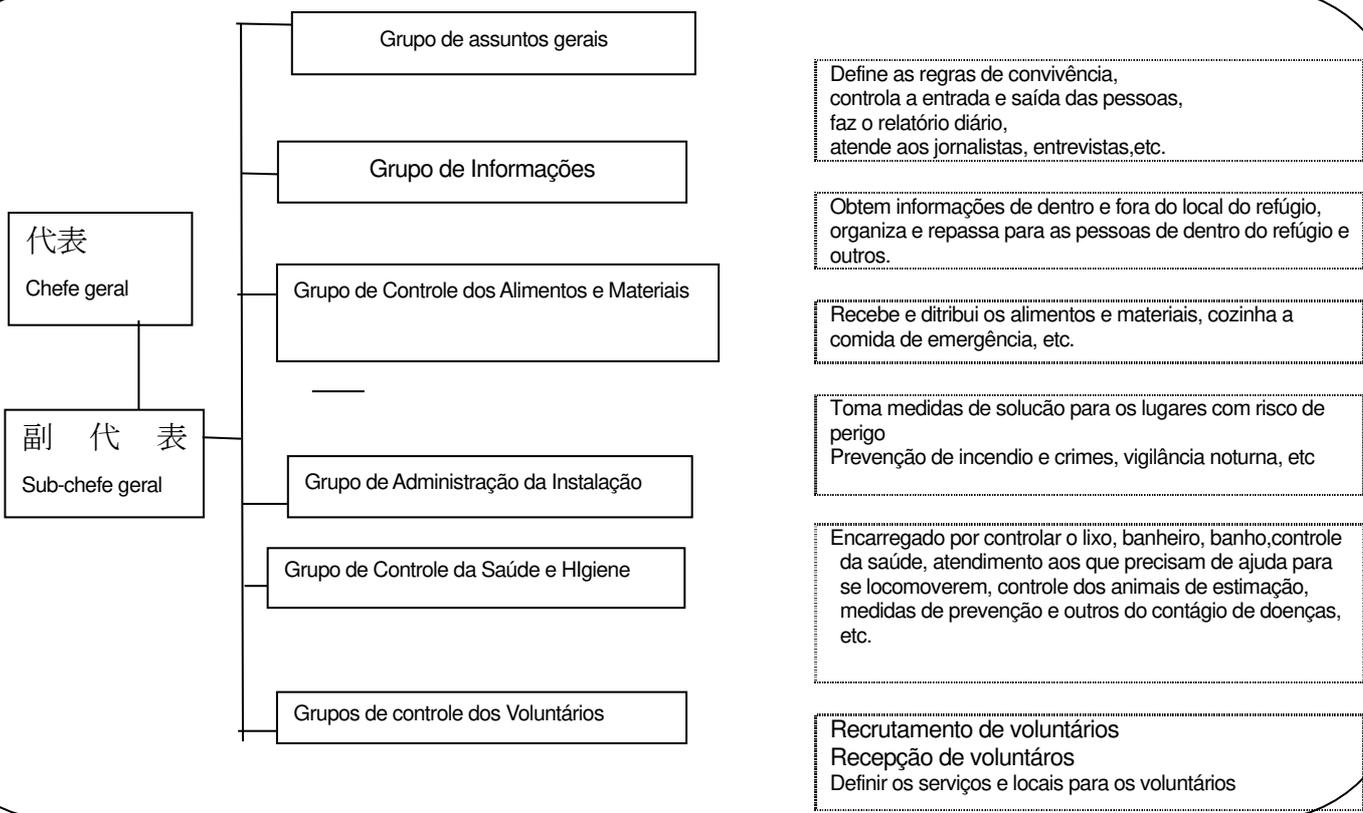


4. Organização e instalação do posto central de gerenciamento do local de refúgio, divisão e definição dos grupos encarregados e das atividades e serviços (nos casos de refúgio por um longo tempo).

【役割・構成】【Divisão e distribuição dos cargos】

- Disposição das regras do local de refúgio, relatório das opiniões e solicitações dos refugiados.
- coordenação do meio de comunicação com o posto central de medidas de resoluções para desastres na cidade • composição dos refugiados

避難所運営本部 (例) Posto Central de Gerenciamento do Local de Refúgio(Exemplo)



Organização dos meios de comunicação, etc

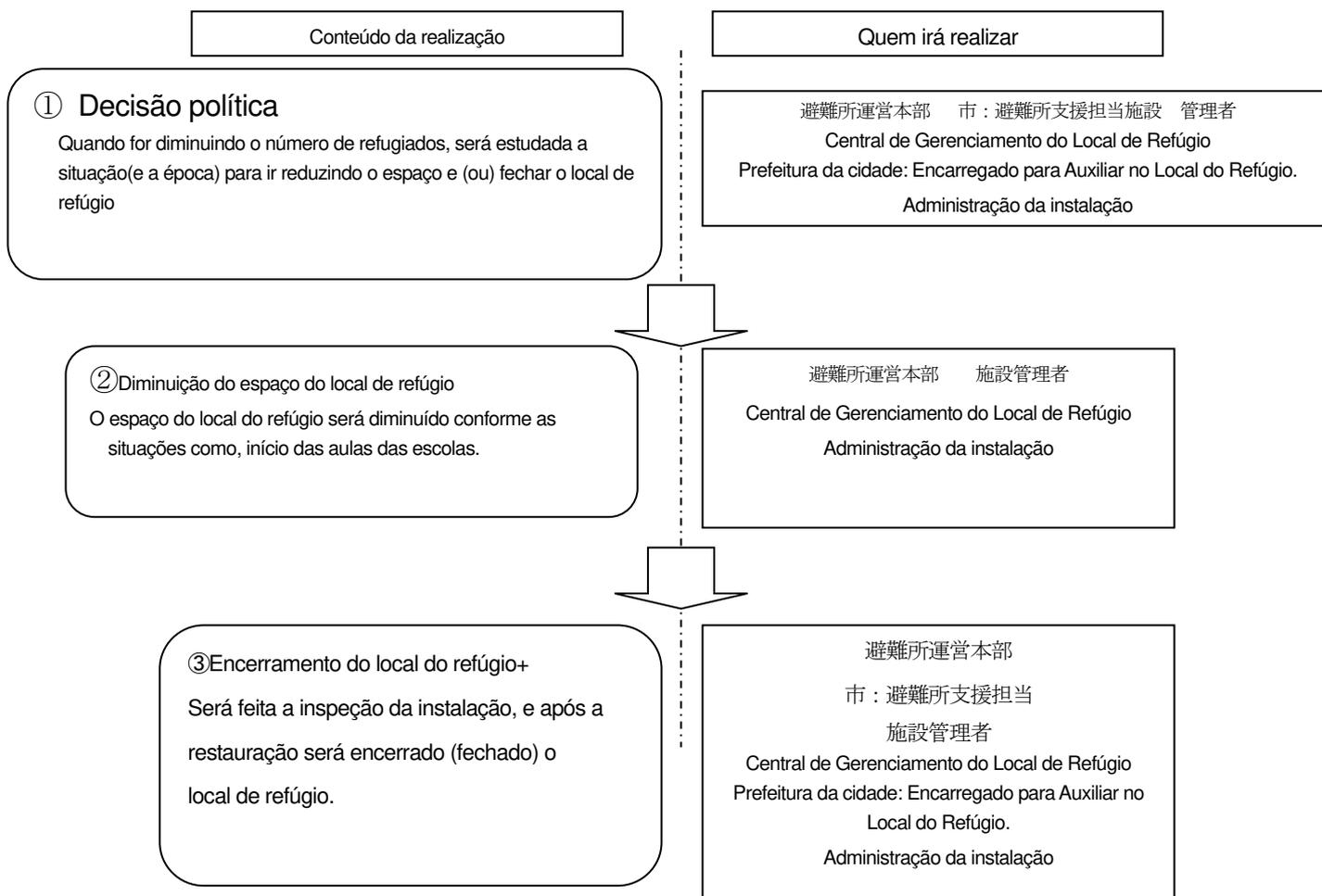
市避難所支援担当 Encarregado de Auxílio no local de refúgio da prefeitura

施設管理者

Gerente da Instituição

Serão definidos o chefe geral, sub-chefe geral, chefes e sub-chefes dos grupos. Serão nomeados um homem e uma mulher de cada grupo. ※ O local do refúgio será separado em um local por cada bairro.
代表、副代表、および各班の班長・副班長を決めます。各班とも男性1名、女性1名となるように決めます。
※避難所1つの単位で、1つの自治会となるようなイメージです。

5. Redução do espaço e encerramento do local do Refúgio



**【Histórico de Revisão do Manual do Local de Refúgio Determinado pela Prefeitura de
Kosai-shi (edição em comum)】**

Primeira edição: Abril (mês 4) de 2017 (Heisei 29) Novo

2ª edição : Agosto(mês 8) de 2020 (Reiwa 2) Correção parcial

【Adicionada a anotação sobre as Medidas de prevenção contra o contágio de doenças,etc】

参考資料

Material de Referência

～Sobre este material～

この資料は、災害時の避難所を運営するうえで、特に留意^{りゆうい}すべき内容をまとめました。避難所運営のルールを作成する際に、共通マニュアルとともにご活用下さい。

Este material é um resumo do conteúdo dos itens importantes que precisam de atenção especial, ao montar o manual de gerenciamento do local(abrigo) de refúgio quando ocorrer um desastre natural ou outros. Ao fazer um manual de regras para o gerenciamento do local de refúgio, procurem usar junto com o manual (edição em comum).

1. 指定避難所の生活ルール

Regras para a convivência no local de refúgio determinado(abrigo)

Para que um grande número de pessoas refugiadas possam conviver em conjunto e em harmonia no mesmo local (abrigo) de refúgio, é necessário estipular várias regras para a vida diária. Logo que organizarem a central de gerenciamento, já procurem fazer a reunião rapidamente para resolver sobre gerenciamento, e definir pelo menos as regras mínimas para a convivência no abrigo. Basicamente, cada grupo expõe as sugestões e opiniões, discutem o assunto e definem as regras finais.

多くの避難者が指定避難所で共同生活していくためには、様々な生活ルールが必要となります。運営組織が整ったら、できるだけ早い時期に運営本部会議を開催して、最低限の生活ルールを決めます。基本的には各班、各組が出した案を元に会議で協議し、決定します。

■ Horário de convivência no local 生活時間

- Horário para acordar : ○horas○minutos
- Horário de desligamento da luz : ○horas○minutos
- Horário da refeição : café da manhã ○horas○minutos
almoço ○horas○minutos
janta ○horas○minutos
- Reunião da Central de Administração : ○horas○minutos

■ Modo de utilização do Espaço de Convivência

- Para morar provisoriamente, o espaço será na parte interna do prédio, onde serão divididos por cada família e separados por divisórias, e esse espaço cada família usará no dia-a-dia. O espaço por pessoa será por volta de 3m².
- O espaço entre os espaços de cada família tem por volta de 2 m. Porém, poderão haver espaços, onde os espaços entre as divisórias são menores de 2 m, que poderão ser separados por divisórias altas(de medida um pouco a mais da boca de uma pessoa sentada)

世帯スペースと世帯スペースの間を2m程度あけます。ただし、座位で口元よりも高いパーテーションを使うなどして世帯スペースを区切ることができる場合は、2mの間隔を必要としないものとします。

- Será proibido entrar com sapato (de fora) no espaço onde vão conviver. Então, cada pessoa deve tirar o sapato e guardar antes de entrar no espaço.
居住空間は土足厳禁とし、脱いだ靴は各自が保管します。
- As áreas comunitárias serão determinadas dentro e fora do recinto dependendo do objetivo do uso. E serão controladas para que não haja o acúmulo de muitas pessoas de uma vez só, num espaço pequeno e fechado.
- 共用箇所は、使用する用途^{ようと}によって屋内外^{おくない}に確保します。また、3密（密集・密接・密閉）の状況とならないように配慮します。
- Os animais de estimação, por regra, serão mandidos na parte do fora do prédio, e não poderão entrar no espaço de convivência reservado dentro do prédio para a família. Porém, o cão guia(Moudouken) poderá entrar no espaço interno de convívio, mas nesse caso serão tomadas medidas de prevenção adequadas para as pessoas refugiadas que tenham alergia de animais e outros.
ペットは原則として屋外とし、居住空間や屋内の共用箇所内には入れません。
なお、盲導犬^{もうどうけん}は居住空間へ入れますが、動物アレルギー等を持つ他の避難者への配慮も欠かさないようにします。

■ Refeição

- Quanto à distribuição da refeição, será distribuída por cada família.
食事の配給は、基本的に世帯単位で行います。
- Na hora da distribuição serão tomados os cuidados de prevenção de contágio, onde as pessoas que vão distribuir usarão máscaras, luvas descartáveis, irão lavar e desinfetar as mãos periodicamente.
- 配給の際は、マスクや使い捨て手袋等を着用し、手洗い・消毒を定期的に行うなど、感染症予防を徹底します。

■ Limpeza

- Por regra, cada família será responsável pelos cuidados de uso do seu espaço.
- 世帯単位で所有するスペースは、原則として世帯ごとに責任を持って行います。
- Os espaços comunitários entre os espaços vizinhos, onde usarão como passagem, pedimos para que conversem entre as famílias vizinhas para fazerem a limpeza.
世帯スペース間の通路など世帯単位の共用部分は、世帯内で協議して清掃します。

A limpeza das partes comunitárias de uso geral, será feita periodicamente com a colaboração dos próprios refugiados conforme as instruções do grupo de saúde e higiene. Será feita a higienização usando álcool e outros.

- 避難所全体の共用部分は、保健・衛生班の指示に従って避難者が協力して定期的に清掃します。アルコール消毒液等を使い、こまめに消毒を行います。
- Quanto ao uso do banheiro, colaborar em manter a limpeza seguindo as regras rigorosamente.
トイレは、使用ルールを厳守し、環境美化に協力します。

■ Lavanderia

- Por regra, quanto ao uso da lavanderia, cada família será responsável em lavar suas roupas, não haverá auxílio conjunto da central de gerenciamento do local de refúgio.
洗濯は原則として世帯単位で行い、避難所運営本部としての共同作業は行いません。
- Quanto ao uso do local de máquinas de lavar e secar as roupas, onde todos os refugiados usam, procurem usar com bom senso pensando nas outras pessoas, e não usar por longas horas para não incomodar os outros.
洗濯機や物干し場など、避難者全員で使用するものについては、各人の良識に基づいて使用し、長時間の専有をさけるなど他人の迷惑にならないようにします。
- Será preparado um local especialmente para secar as roupas para as mulheres.
女性専用の物干し場を設置します。

■ Processamento do Lixo

- Cada família será responsável em jogar o seu lixo, e quanto ao lixo gerado no local comunitário, os encarregados vão recolher e jogar. Os lixos devem ser separados por cada tipo e jogados adequadamente.
- 世帯ごとに発生するごみは各世帯が、共同作業で発生するごみはその作業の担当者がそれぞれ責任を持って捨てます。必ず分別して捨てます。

■ Proteção da privacidade

- Os espaços de convivência em família dentro do abrigo, são considerados como a casa normal da família, então é preciso fazer com que cada um respeite os seus espaços e os dos outros, não entrando e não espiando os espaços dos outros. É proibido o uso de televisores e rádios dentro do local, pois podem incomodar as outras pessoas.

世帯単位のスペースは一般の「家」同様、みだりに立ち入ったりのぞいたりしないようにします。居室内でのテレビやラジオは周囲の迷惑になるので、原則として禁止します。

■ Prevenção de Incêndios

- É proibido fumar dentro da área e arredores do local de refúgio.
公共施設の敷地内は禁煙とします。
- Para o uso de aparelhos que usam o fogo(fogão à gás, aquecedor (Sutoobu),etc), serão definidas as regras, os locais e horários para o uso.
- 室内で火器（ガスコンロ・ストーブなど）を使用する場合にも、使用箇所と使用時間などのルールを設定し、ルールに則して使用します。

■ Outros

- Para recarregar a bateria do telefone celular, será estipulado quantas horas poderão recarregar cada vez, e na ordem por família.
携帯電話の充電は、1回の充電時間を決め、世帯単位で順番に行います。
- Durante o tempo de convivência no local de refúgio, devem usar máscaras, lavar e desinfetar as mãos e outros, para evitar o contágio de doenças.
避難所で生活する間は、マスクを着用し、手洗い・消毒をするなど、感染症予防を徹底します。
- Será feita a ventilação periodicamente. Serão definidos os horários para a ventilação, e cada vez terá a duração de mai ou menos 30 minutos.
定期的に換気を行います。30分に1回を目安に、時間を決めて実施します。
- Quando for necessário criar novas regras ou fazer a revisão das regras que já estão em vigor, será realizada a reunião para discutir e decidir sobre esse assunto.
その他新しい生活ルールが必要となった場合、ルールの改正が必要となった場合には、適宜運営本部会議で検討します。

2. **Função do Grupo de serviços e atividades** 活動班の役割

■ Relatório da Situação e Solicitações 状況報告・要望

- Esse grupo recolhe todas as informações das atividades do dia de cada grupo e notifica ao grupo de informações, uma vez por dia (todos os dias)(Formato 1 「Relatório da Situação do Local de Refúgio」). Se a informação for caso de emergência e muito importante, será notificado imediatamente, a cada momento, ao grupo de informações e também ao de assuntos gerais.
各班のその日の活動状況などを情報班に毎日1回報告します(様式1「避難所状況報告書」)。緊急性・重要性の高い情報についてはその都度情報班と総務班に報告します。
- Procurem ouvir ativamente as opiniões das pessoas que necessitam de auxílio especial e das mulheres.
- 要配慮者や女性の意見を積極的に聴きましょう。

【要配慮者とは Quem são as pessoas que necessitam de auxílio especial (Youhairyousha)

São consideradas como Pessoas que Necessitam de Auxílio Especial, as famílias idosas, pessoas que precisam de serviços de enfermagem(Kaigosha), deficientes, pacientes com doenças crônicas, gestantes, bebês, estrangeiros com dificuldade de compreensão do idioma japonês
高齢者世帯、要介護者、障害者、難病患者、妊婦、乳幼児、日本語に不慣れな外国人といった災害時に配慮が必要な人

【Quem são as pessoas que precisam de ajuda na hora do refúgio 避難行動要支援者とは】

São as pessoas que dentro das pessoas que necessitam de auxílio especial, precisam de ajuda na hora do refúgio.

要配慮者のうち、避難支援が必要な人。

(1) Grupo de Assuntos Gerais 総務班

■ **Secretaria da Assembléia da Central de Gerenciamento**

運営本部会議の事務局

- Para que a vida no local de refúgio siga em harmonia, a central realiza reuniões para discutir sobre os assuntos referentes ao local do refúgio.
避難所生活を円滑に進めるため、定期的に運営本部会議を開催します。
- Se a informação for caso de emergência e muito importante, será notificado imediatamente, a cada momento, à central de gerenciamento.
- 緊急性・重要性の高い情報を得たときは、その都度運営本部会議を開催します。
- Logo após ocorrer o desastre, realizar a reunião 2 vezes ao dia, antes do café da manhã e antes da janta, e mesmo que o gerenciamento do local esteja

correndo normal e sem casos de notificações, será realizada a reunião 1 vez por dia periodicamente.

- 発災直後は朝食前と夕食前の1日2回、避難所が順調に運営できていて特に連絡事項がない場合でも、1日1回は定期的を開催します。
- Seria mais eficiente realizar uma reunião da manhã para discutir assuntos que se tornaram necessários na noite passada, e outra após a janta para discutir as soluções dos problemas.
- 朝の会議は前夜以降に必要なとなった伝達事項を主にし、問題点についての話し合いは夕食後の会議で行うと効率的です。
- Se a quantidade de notificações forem diminuindo com o passar do tempo após o desastre, a reunião da manhã pode ser omitida.
- 発災から時間が経って伝達の必要な連絡事項が減少すれば、朝の会議は省略可能です。

【Participantes】 【参加者】

- ・ Participam da conferência(reunião), os funcionários da prefeitura(encarregados de auxiliar no local de refúgio(abrigo),etc), e também os membros de gerenciamento da instalação. O representante do grupo de voluntários também participa se estiver relacionado com o cargo do assunto em questão.
- ・ この会議には、市の職員（避難所支援担当等）、施設管理者も参加します。ボランティアグループで一定の役割を担っている場合も同様にグループの代表に参加してもらいます。

Assuntos a serem discutidos na reunião da Central de Gerenciamento……

運営本部会議の検討事項は……

- ① Formação da organização de gerenciamento do Local de Refúgio (Formato 2 「Organograma da Formação da organização de gerenciamento do Local de Refúgio」)
避難所運営組織の編成（様式2「避難所運営組織編成表」）
- ② Determinação, alteração e divulgação das regras de dentro do Local de Refúgio.
避難所内のルール決定、変更とその周知徹底
※Passar para o grupo de Informações, os Formato 3 「Regras do Local de Refúgio」 e formato 4 「comunicado da Central de Gerenciamento do Local de Refúgio」
様式3「避難所のルール」及び様式4「避難所運営本部からのお知らせ」を情報班へ
- ③ Recolher e organizar as solicitações e opiniões das pessoas refugiadas.
避難者の要望、意見の取りまとめ
- ④ Contactar com a prefeitura e para os órgãos relacionados sobre o assunto.
市や関係機関との連絡事項

■ Registro do Local de Refúgio 避難所の記録

- Deixar arquivado o registro de dentro do Local do refúgio, para que seja usado como estudos pela seguinte geração.
- 避難所内の情報を記録として残し、後世への教訓としても活用します。

避難所の記録、記入項目は……様式5「避難所の生活環境調査票」

様式6「避難所記録用紙」

Registro do local do refúgio, itens à escrever :

Formato 5 「Folha de Pesquisa do ambiente de vida no local de refúgio」

Formato 6 「Folha de Registro do local de refúgio」

- ② data e dia da semana
- ② quantidade de refugiados (quantidade de pessoas que precisam de distribuição de alimentos e outros, mas que se mantem na casa após o desastre)
- ③ novas pessoas à entrar no local
- ④ quantidade de pessoas que vão sair do local
- ⑤ pedidos e sugestões dos refugiados
- ⑥ itens de transmitidos pelo órgão público (prefeitura, etc)
- ⑦ conteúdo da reunião da Central de Gerenciamento do Local de refúgio
- ⑧ principais acontecimentos dentro do local de refúgio

Além desses dados, seria ideal juntar e deixar arquivadas as fotos da situação dos danos, da convivência no local do refúgio.

- | | |
|---------------|--------------|
| ① 日付・曜日 | ⑤ 避難者の要望、意見 |
| ② 避難者数 (配給者数) | ⑥ 行政の伝達事項 |
| ③ 新規入所者数 | ⑦ 運営本部会議の内容 |
| ④ 退所者数 | ⑧ 避難所内の主な出来事 |

これらの他にも、被害の状況を示す写真や生活の様子を示す写真を収集しておくなどするとよいでしょう。

■ União com a região 地域との連携

- O local de refúgio (alojamento provisório) será o centro das atividades da região. As pessoas que não tiveram danos graves nas casas também virão (refugiados que permanecem na casa) solicitar alimentos, bebidas e outros. Os materiais e outros entregues no local do refúgio, não são especialmente para os refugiados do local de refúgio. Esses também são entregues para as pessoas refugiadas que permanecem nas suas próprias casas.

- 避難所は地域の活動拠点となります。自宅が被災からまぬがれた人たち（在宅被災者）も、食料や物資の供給を求めてきます。避難所に届いた支援物資は、避難所に避難している人だけでなく、在宅被災者も考慮して分配します。
- É necessário que todas as vítimas enfrentem por si mesmas as dificuldades e outros do desastre, não apenas as pessoas do local do refúgio. Mesmo as vítimas que permanecem em suas casas após o desastre, por regra, cada um faz as suas próprias necessidades(coisas).
- 避難所にいる人に限らず、被災者は自主的に災害に立ち向かうことが必要です。在宅被災者も、自分たちのことは自分たちで行うのが原則と考えられます。

■Pesquisa por questionário do local de refúgio

■ 避難所のアンケート調査

- É realizada uma pesquisa dos refugiados através de questionários, para que tenhamos informações para estudos de como administrar
- 避難者に対してアンケート調査を行い、避難所の今後の見通しなどを運営本部で検討する上での材料とします。

【itens de investigação】

【調査項目】

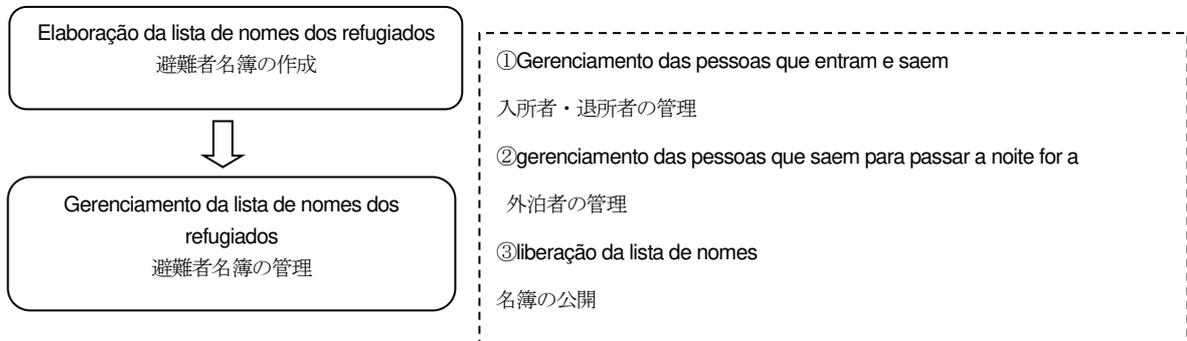
- ・ Situação de danos da casa
- ・ 自宅の被災状況
- ・ Perspectivas para garantir uma habitação no futuro.
- ・ 今後の住宅確保の見通し
- ・ Situação de inscrição para a habitação provisória
- ・ 仮設住宅の応募状況
- ・ Necessidades e outros das mulheres, crianças, idosos, deficientes, estrangeiros, etc.
- ・ 女性、子ども、高齢者、障害者、外国人などのニーズ など
- Para a proteção da privacidade dos refugiados, tomar o máximo de cuidado ao recolher e guardar os resultados dos questionários.
- 避難者のプライバシーを保護するために、アンケート結果の取扱いには十分注意します。
- Vamos usar a criatividade para fazer com que a maioria dos refugiados respondam o questionário. Também, é conveniente preparar o questionário em outros idiomas para atender aos estrangeiros.
- アンケートは多くの避難者に回答してもらえよう工夫しましょう。また、外国人向けに言語の配慮をします。

- Se no local tiver pessoas que possam fazer a tradução, solicitar o serviço de tradução na fala e escrita. Ou fazer os papéis em linguagem simples e fácil de japonês.
- 通訳ができる人がいれば通訳や翻訳を依頼したり、やさしい日本語で作成するなど配慮をします。

■ Administração e controle da Lista de Nomes dos Refugiados

■ 避難者名簿の管理

- Fazer a lista dos nomes dos refugiados, é um serviço muito importante e indispensável para possibilitar a confirmação de vida dos moradores da região e para a distribuição eficiente de alimentos e materiais.
- 避難者名簿の作成は、地域住民の安否確認や食料の効率的な配給に不可欠な仕事です。
- Será utilizada para um gerenciamento em harmonia, procurando ter uma noção dos casos de entrada de novas pessoas que entram depois, as que saem definitivamente, ou saem para passar a noite fora.
- 途中入所者、退所者、また、外泊者の把握に努め、円滑な避難所運営に活用します。



① Organização da Lista dos nomes 避難者名簿の整理

- Pedir para as pessoas preencherem o 「Cartão de Refugiados」, formato 7, e após juntar a lista dos nomes, separar por família.
- 様式7「避難者カード」を記入してもらい、集まった名簿を世帯別に整理します。
-
- Se tornará mais prático o gerenciamento da lista dos nomes se inserir os dados no computador. (É preciso tomar muito cuidado no gerenciamento dos dados e outros)
- パソコンに入力すると名簿の管理が、より効率的になります（データなどの管理に十分気を付けましょう。）。

- Quando estiver mais tranquila a situação, será mais eficaz criar os tipos de listas de nomes abaixo.
 - ・ lista de nomes por ordem do silabário japonês (ordem alfabética)
 - ・ lista de nomes por especificações(Ex:lista de idosos, feridos,etc)
 →fazer uma pesquisa separando por sexo, por idade, isso será útil para estar a par das necessidades de cada um no local do refúgio.
 - 余裕が出来たら以下のような名簿も作成するとより有効です。
 - ・ 50音別一覧表
 - ・ 用途別名簿（例：高齢者一覧、負傷者一覧など）
 - 性別、年齢別の統計をとり、避難所のニーズ把握に活用します。
 - Notificar a situação dos refugiados ao grupo de gerenciamento fazendo um balanço da quantidade de pessoas e outros (número de pessoas atuais, quantas pessoas entraram e saíram)
 - 避難者の状況（現在人数・入所者人数・退所者人数）を整理し、運営本部会議へ報告します。
- ② Pessoas que entram ・ pessoas que saem do local de refúgio(se abrigam ou se retiram do abrigo)
- 入所者・退所者の管理

【Pessoas que entram(que se abrigam) no local de refúgio】

【入所者】

- Entregar para a nova pessoa que entra no local do refúgio, o 「Hinansha card (cartão de refugiados) 」 formato 7, e pedir para escrever o nome e outros. Em seguida adicionar na lista dos nomes dos refugiados.
- 新入所者に様式7「避難者カード」を渡して記入してもらい、名簿に加えます。
- Confirmar o espaço vago e dividir e definir os quartos. Deixar um espaço de 2 metros entre cada espaço por família. .Porém, se por acaso seja possível separar com divisórias com altura de 2 metros, consideramos que não precisará deixar o espaço de 2 metros por cada espaço por família.
- 空いているスペースを確認して、部屋の割振りを行います。世帯スペースと世帯スペースの間を2m程度あけます。ただし、座位で口元よりも高いパーティションを使うなどして世帯スペースを区切ることができる場合は、2mの間隔を必要としないものとします。
- Explicar as regras de convivência no local do refúgio, para a nova pessoa que entra no local.
- 避難所の生活ルールについて、新しい入居者に説明します。

【Pessoas se retiram do local de refúgio(deixam o abrigo)】

【退所者】

- Ordenar as informações da pessoa que se retira do abrigo.

- 退所者の情報を整理します。
 - ・ Quando se retirou do local do refúgio
 - ・ いつ退所したか
 - ・ contato da pessoa após deixar o abrigo (Ex: novo endereço, telefone, etc) 退所後の連絡先 (例: 住所・電話番号など)
 - para poder responder e atender quando alguém vier perguntar ou quando chegar alguma correspondência para a pessoa que se retirou.
 - 退所後に訪ねてくる人や郵便物に対応するため
- Verificar o espaço vago após a retirada da pessoa, e nesse local abrir um novo espaço para uso comunitário ou um espaço para uma nova pessoa refugiada entrar.
- 退所した人の分の空きスペースを把握して、共用スペースの新規開設や新しい入所者のために活用します。
- Não desfazer e guardar as informações das pessoas que se retiram do abrigo. (informações escritas na lista de nomes)
- 退所者の情報 (避難者名簿に記載されている情報) は削除せずにそのまま残します。
 - Poderá haver casos de precisar das informações das pessoas que se retiram do local. Além disso, será um documento valioso como um histórico do do local de refúgio.
 - 退所者の情報が必要となる場合があります。
 - また、避難所の記録としても貴重な資料となります。

③ Controle das pessoas que saem para dormir fora do local de refúgio

外泊者の管理

- Confeccionar a folha formato 8 「Ficha de inscrição para passar a noite fora do local de refúgio」. Abaixo mostra os prováveis itens que deverão ser preenchidos
- 様式8「外泊届出用紙」を作成する。記入項目は以下のようなものが考えられます。
 - ・ Nome (leitura em japonês) 氏名 (ふりがな)
 - ・ Período que irá dormir fora (mês dia ~ mês dia)
外泊期間 (○月○日～○月○日)
 - ・ Onde irá dormir fora (local · telefone para contato)
 - ・ 外泊先 (場所 · 連絡先)
- Receber a solicitação para dormir fora, e estar a par da pessoa em questão.
- 外泊届を受理し、外泊者を把握します。
- É necessário entrar em contato com as pessoas que não voltam no período previsto para a dormir fora, estar a par das pessoas que voltam, pois será necessário para controlar as refeições e materiais.

- 外泊予定期間を過ぎても戻らない人への連絡、戻ってきた人の把握も食料や物資の関係上必要になります。

④ Liberação da lista de nomes 名簿の公開

- A Lista de nomes das pessoas refugiadas é um documento com informações pessoais.
- 避難者名簿は個人情報です。
 - ・ A lista de nomes contém os dados pessoais das pessoas, por isso, não é favorável expor ou mostrar os dados pessoais que possam identificar a pessoa.
 - ・ 避難者名簿は、個人情報が含まれているため、個人が特定できるような情報を掲示・閲覧するなどの取扱いは望ましくありません。
 - ・ Se precisar expor ou mostrar para confirmar a vida da pessoa, deverá pegar a autorização da pessoa sem falta e definir o limite para poder expor ou mostrar os dados pessoais. Mesmo para expor ou mostrar as informações para esclarecer a identidade do refugiado, o conteúdo deve ser limitado para mostrar somente até o nome e endereço de cada família.
 - ・ 安否確認に対応するために掲示・閲覧が必要な場合は、必ず避難者の同意を得て、公開する個人情報を限定します。避難者を明らかにするという目的に限り掲示・閲覧する場合でも、内容は世帯別の氏名及び住所程度にとどめます。
 - ・ Para proteção da privacidade, ao ir diminuindo os pedidos de informações, a postagem deve ser removida(retirada).
 - ・ プライバシー保護の観点から、問い合わせが減ったら掲示は撤去します。

■Cuidado paliativo para aliviar o estresse dos refugiados (Para aliviar o estresse dos refugiados)

■避難者のストレス緩和

Vamos pensar nas medidas para aliviar o estresse das pessoas refugiadas.

Nessa hora, tomar cuidado para não provocar o aglomeramento em 3 situações.(aglomeramento de muitas pessoas em um lugar, de pessoas muito próximas uma das outras, e em lugares fechados)

避難者のストレスを緩和するための対策を考えましょう。その際、3密（密集・密接・密閉）の状況とならないように注意します。

【Exemplos para aliviar o estresse】

【ストレス緩和の例】

- ・ Para aliviar o estresse dos refugiados, vamos junto com os grupos de controle e administração da instalação, abrir um espaço para distrações

(jogos, brincadeiras, etc) e salões para conversar.

- ・ 避難者のストレスを緩和するため、施設管理班と施設管理者と協議して遊戯室やサロンを開設しましょう。
- ・ Usar as instituições de auxílio público(prefeitura, governo,etc) e organizações privadas de apoio e instalar um balcão de consultas, para a prevenção de casos de DV(violência doméstica, fadiga de cuidados de enfermagem de doentes ou outros(Kaigo tsukare) e violência (abuso) infantil. E informar as pessoas do local de refúgio sobre a abertura do balcão de consultas.
- ・ 行政や民間の支援機関の相談業務を活用して、DV、介護疲れ、児童虐待の防止のための相談窓口を設置し、避難者に周知しましょう。
- ・ Planejar e realizar recreações para animar os refugiados.
- ・ 避難者のためにレクリエーションなどを企画しましょう。

■ Modo de atender aos pedidos de informações

■ 問合せへの対応

- Caso sejam instalados telefones provisórios dentro da instalação do refúgio, provavelmente provocará o congestionamento. Do ponto de vista da proteção da privacidade, é desejável ter um único ponto de contato. Definir a programação do atendimento de um número de telefone e responder às perguntas e procura de confirmação de vida das pessoas e outros.
- 避難所内に仮設電話などが設置された場合、非常に混雑します。プライバシー保護の観点から窓口を一本化することが望ましいです。電話番号のスケジュールを決め、安否確認等の問合せに対応します。
- É muito importante que o número de telefone para o gerenciamento do local de refúgio seja diferente do telefone para atendimentos de pedidos de informações, e para a decisão desse caso é preciso discutir o assunto com o administrador da instalação.
- 避難所運営の業務に必要な電話は、問合せ対応のための電話と区別しておくことも重要ですので、施設管理者と協議します。
- Dentro do local e refúgio, não passar o telefonema diretamente para o refugiado, e deixar o recado.

【Como deixar o recado】

- ・ Preparar um mensageiro.
- ・ Preparar uma caixa para recados.
- ・ Usar a transmissão interna do prédio. (É necessário evitar o horário de madrugada ou outros e definir limites nos horários)

- 避難所内の電話は直接避難者に取り次がず、伝言を残すようにします。

【伝言を残す方法】

- ・ 伝令要員を用意する。
- ・ 伝言BOXを利用する。
- ・ 館内放送を利用する（深夜を避けるなど、時間の限定が必要）。
- Os recados para as pessoas portadoras de deficiências, procurar transmitir conforme a dificuldade de cada um, como por exemplo por áudio, escrita ou outros. E além disso, tomar muito cuidado no manuseio e administração destes.
- 障害のある人への伝言は、それぞれの障害に対応した音声や文字などによる連絡に配慮するとともに、その取扱いや管理には十分注意します。
- Quando receber alguma visita, evitar que o local da visita seja perto da entrada do prédio, para não deixar o visitante entrar dentro do prédio.
- 来客との面会のために、入口の近くなどに面会場所を設け、来客が居住空間には立ち入らないようにします。

■ **Modo de atendimento de reportagens e entrevistas**

■ 取材の対応

- As atividades de reportagens e entrevistas (jornais, TV, etc) podem provocar incômodos na privacidade dos refugiados dentro do local de refúgio. Ser entrevistado causa um grande estresse ao refugiado, e às vezes pode causar problemas.
- 避難者にとって、避難所内での取材活動はプライバシーに関連する問題もあり、取材を受けることが大きなストレスになったり、ときにはトラブルが発生することもあります。
- É preciso que a central de gerenciamento do local do refúgio discuta e defina antecipadamente se vai atender às entrevistas das pessoas que virão para a inspeção e os jornalistas.
- 報道機関や視察に訪れた人などの取材を受けるかどうかは、あらかじめ運営本部会議で決めておきます。
- Se for decidido que irão atender às entrevistas, é preciso solicitar o preenchimento do 「Formulário de Recepção dos jornalistas e repórteres」 (formato 9). Deixar claro os locais proibidos de entrada dos jornalistas, e o representante do local de refúgio irá atender às entrevistas.
- 取材を受け入れる場合は、様式9「取材者用受付用紙」に必要事項を記入してもらいます。取材者の立入禁止場所を明確にし、取材は避難所の代表者が対応します。

- Se quiser entrar no local do refúgio para verificar, deverá estar junto com o representante da administração, e a entrevista do refugiado só poderá ser realizada com a concordância e autorização do refugiado em questão.
- 避難所内の見学をする場合には、必ず付き添いを付け、避難者に対する取材は避難者が同意した場合のみにします。

■ **Intermediação de entregas de correspondências e pacotes** (correio e empresas entregadoras)

■ **郵便物・宅配便の取次ぎ**

- Por regra, os carteiros e empresas de entrega devem entregar os itens diretamente nas mãos dos refugiados.
- 郵便局員や宅配業者から避難者に直接手渡すことを原則とします。
- Os entregadores de correspondências e pacotes, por base, podem entrar e sair do prédio do refúgio. Porém, por prevenção de crimes, antes de entrar devem se comunicar com a recepção.
- 郵便物、宅配便などを配達する人は基本的に避難所内への出入りは可能とします。ただし、防犯上の観点から受付に一言声を掛けてもらうようにします。
- Se for deixar na recepção, deixar definido o local para guardar e confeccionar um livro de recepção e tomar cuidado para não perder.
- 受付で保管する場合は、保管場所を定め、受取り帳を作成して紛失に注意します。

(2) **Grupo de controle de Informações** 情報班

■ **Obtenção de informações de fora do local de refúgio**

■ **避難所外情報の収集**

- Caso seja cortado ou o paralizado o meio de comunicação, a Central de medidas para danos da prefeitura e outras instituições, tomarão medidas para adquirir as informações.
- 通信手段が絶たれた場合、市の災害対策本部などの関係機関に出向いて情報収集に努めます。
- Para a verificação da situação da região, serão adquiridas as informações através da troca de opiniões e sugestões com outros abrigos de refúgio das proximidades pela rádio, jornais, TV e outros.
- 近隣の避難所と情報交換したり、ラジオ、新聞、テレビ等で情報の収集にあたり、地域の状況を把握します。

- Fazer a lista de telefones e outros meios de contato das instituições públicas e outros e colocar na central de gerenciamento.
- 各種連絡先を一覧表にし、運営本部に設置します。

【Telefones para contato necessários】 【必要な連絡先】

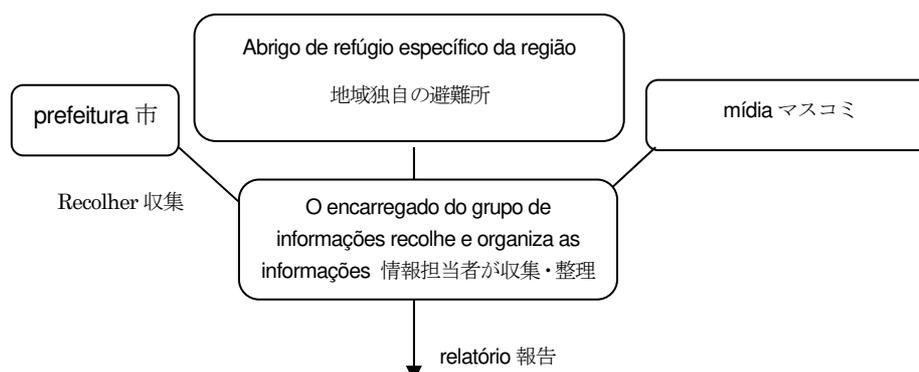
Central de medidas para soclução de danos da prefeitura, polícia, bombeiro, hospitais, clínicas, organizações relacionadas à linha de vida(água, energia elétrica, gás, etc), correio, mídia da região(jornal, rádio, emissora(canal) de TV), abrigos específicos da comunidade vizinha, associação dos moradores do bairro, assistentes sociais, assistentes para casos infantis, assistentes para consultas de deficientes físicos e intelectuais, instrutores sobre a prevenção de desastres da região, centro de voluntários para casos de desastres na cidade.
 市災害対策本部、警察、消防、病院、医院、ライフライン関係機関（水道・電気・ガス など）、郵便局、地元マスコミ（新聞社、ラジオ局、テレビ局）、近隣の地域独自の避難所、自治会長、民生委員・児童委員、身体障害者相談員・知的障害者相談員、地域防災指導員、市災害ボランティア本部

- Serão recolhidas as informações necessárias através do funcionário da prefeitura encarregado pelo abrigo do refúgio.
- 避難所の担当となっている市の職員から情報を収集します。
- As informações juntadas devem ser organizadas com rapidez.
- 集めた情報は、できるだけ早いうちに整理します。
- Sempre aparecem informações novas, então não esqueça de marcar a data (horário) de cada informação recebida.
- 情報は常に新しくなるので、その情報を受けた日時（時間）を必ず明記します。

【Informações a adquirir】 【集める情報】

Informações da situação de danos, situação de restauração dos meios de linha de vida(água, luz , gás, etc),meios de transportes como linha ferroviária(trem), estradas e outros, relacionados ao convívio do cotidiano(super-mercados e lojas abertas, etc.)

被害状況、ライフラインの復旧状況、鉄道・道路などの交通機関の復旧状況、生活関連情報（スーパーなどの開店状況など）



Será estudado o caso na reunião da central de gerenciamento

運営本部会議で検討

- **Recepção de informações dentro do local de refúgio**
- **避難所内情報の受信**
 - Serão recolhidas e organizadas as informações de cada grupo encarregado.
 - 各班から情報を受け、取りまとめます。
- **Divulgação das informações para fora do local de refúgio**
- **避難所外向け情報の発信**
 - O local de refúgio é o ponto principal de informações regionais.
 - 避難所は地域の^{ほうきょてん}情報拠点です。
 - Caso sejam recolhidas as informações de vítimas do desastre da região, que permanecem em suas casas, devem notificar à prefeitura junto com as informações regionais.
 - 地域の在宅被災者から必要な情報を収集した場合は、地域の情報も含めて市に報告します。
 - Para evitar a confusão de informações, o conteúdo do relatório é feito por escrito. Se não tem nenhum funcionário da prefeitura no local do refúgio, deve ser notificado ao funcionário que passará para recolher as informações.
 - 情報の錯綜を防ぐためにも報告内容は文書で行います。避難所に市の職員がない場合は、巡回してきた市の職員に報告します。
 - Ordenar as notificações de relatórios e solicitações que vão para a prefeitura para que sejam resolvidas com precisão.
 - 市への報告や要請は優先順位を付けて効率よく行います。

【市への報告】 【Relatório para a prefeitura】

Logo após a ocorrência do desastre...

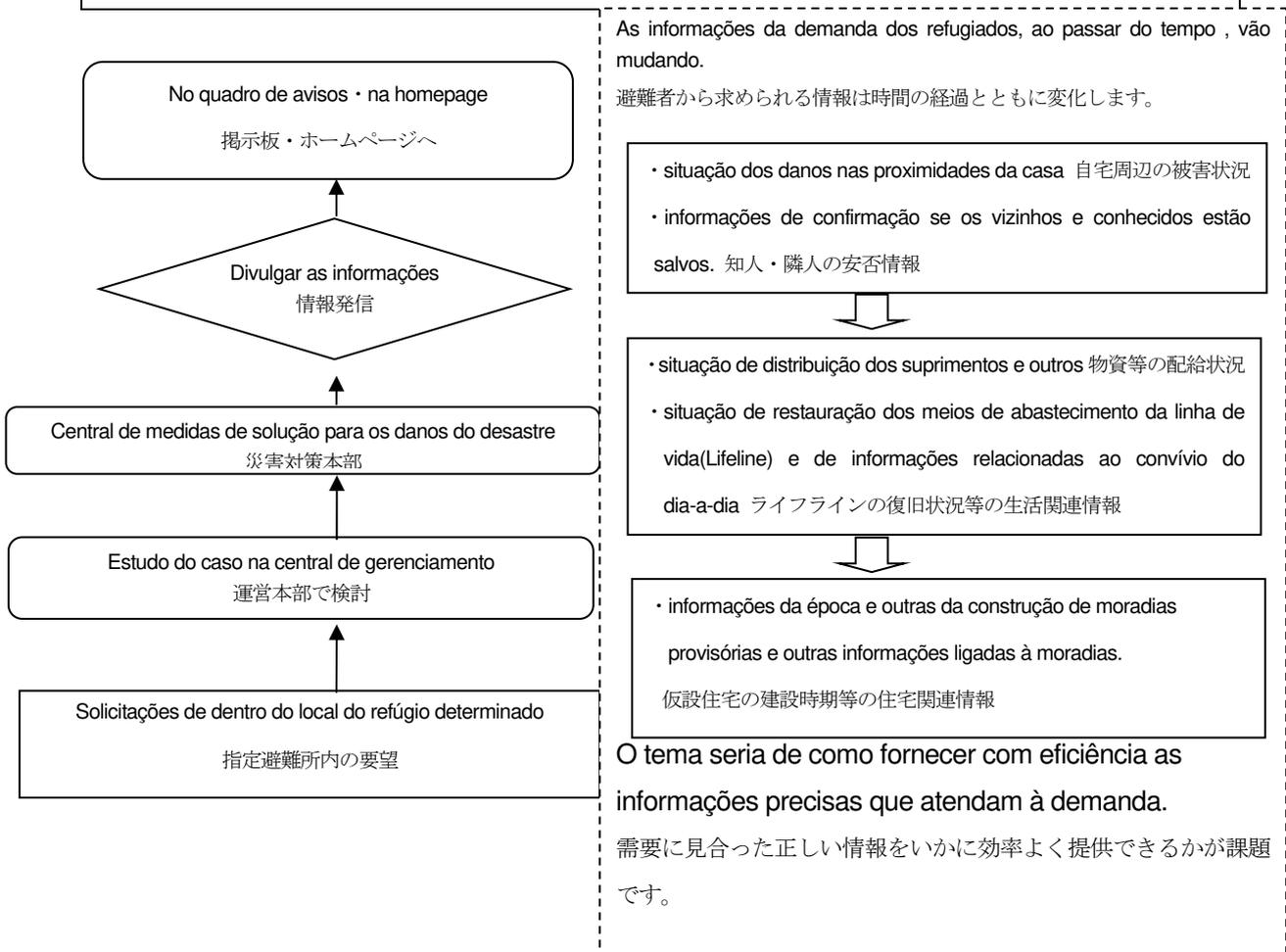
発災直後には…

- ① número de falecidos 死者数
- ② número de feridos 負傷者数
- ③ situação das estradas 道路等の状況
- ④ número de refugiados 避難者数
- ⑤ quantia necessária de alimentos , etc 食事必要数 など

Assuntos que devem ser notificados todos os dias na convivência do dia-a-dia no refúgio

避難生活で毎日報告すべきことは…

- ① número de refugiados 避難者数
- ② quantia necessária de alimentos 食事必要数
- ③ solicitação dos refugiados, etc 避難者の要望 など



■ **Divulgação das informações para dentro do local do refúgio**

■ **避難所内向け情報の発信**

- Para divulgar as informações dentro do local de refúgio, colar os papéis de informações no quadro de avisos onde todos possam ver.
- 避難所内の情報伝達は、目につきやすい場所に置いた掲示板に張り紙などで知らせます。
- O grupo encarregados por informações será responsável em controlar as informações postadas no quadro de avisos, para evitar complicações.
- 掲示板に掲載する情報は情報班が管理し、混乱を防ぎます。

【informações que serão postadas】 【掲載する情報】

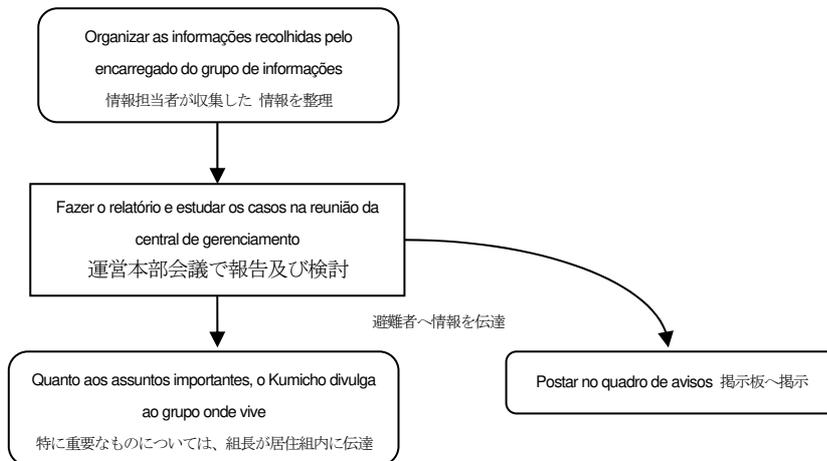
- ・ Informações atualizadas (informações que entram hoje).
- ・ 最新情報 (今日入った情報)
- ・ Avisos da prefeitura (emissão do Risai Shoumeisho (certificado que comprova que sofreu danos do desastre), sistema de apoio para reconstrução dos meios de subsistência das vítimas, etc).
- ・ 市からのお知らせ (り災証明書発行、被災者生活再建支援制度など)
- ・ Informações do cotidiano(banho, caminhão de fornecimento de água, recuperação do meio de linha de vida,etc).
- ・ 生活情報 (風呂、給水車、ライフライン復旧状況など)
- ・ Informações sobre a reconstrução (recrutamento de pessoas,fundos para a reconstrução,etc).
- ・ 復興情報 (求人、復興資金など)
- ・ Informações ligadas à instalação usada(informações ligadas ao prédio usado como abrigo do refúgio), jornal do local de refúgio (Kawara ban).
- ・ 使用施設関連情報 (避難所となった施設に関する情報) 、避難所新聞 (かわら版)
- ・ Quadro de recados de qualquer tipo(é um quadro onde os refugiados trocam informações entre eles),etc.
- ・ 何でも伝言板 (避難者同士の情報交換掲示板) など

※Separando o conteúdo por cada assunto, será mais prático

※内容別に分類すると便利

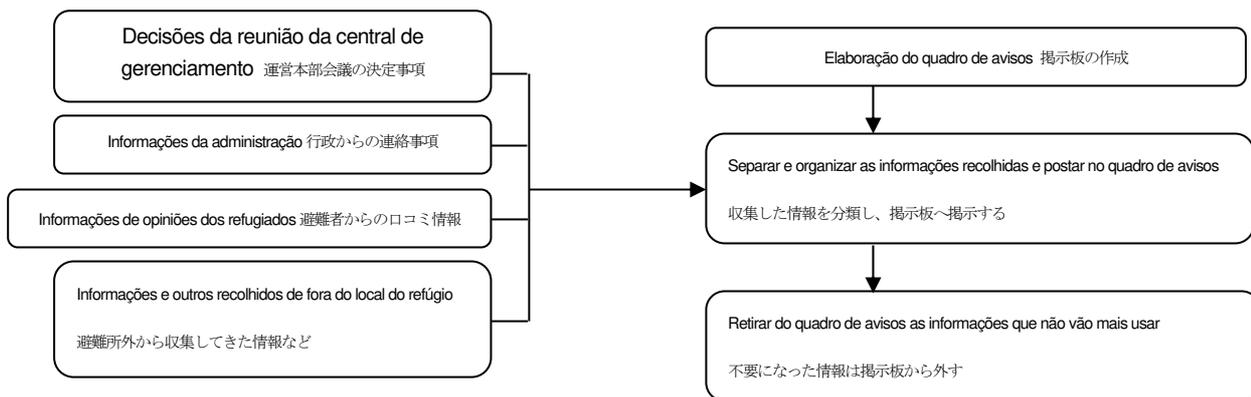
- A informações a serem coladas no quadro de avisos, devem estar com a data e horário da postagem marcados, mostrando e esclarecendo de quando é a informação.
- 掲示板に掲載する情報には必ず掲載日時を記載し、いつの時点の情報かを明確にします。

- Controlar as informações do quadro de avisos, retirando as informações antigas ou outros. As informações retiradas do quadro devem ser guardadas no arquivo separado por assunto.
- 古い情報は取り除くなど、情報を整理します。取り除いた情報は、分類別ファイルを作って保管しておきます。
- Comunicar aos refugiados periodicamente, para que vejam o quadro de avisos.
- 避難者へ定期的に掲示板を見るように呼びかけます。
- Existem diversas formas de divulgar as informações. Além dos quadros de avisos, podem ser divulgadas pelo autofalante da instalação (exceto de madrugada). Porém, os avisos frequentes pelo autofalante podem incomodar o ambiente de vida, portanto, além dos avisos de emergência, procurem usar o mínimo que seja possível. Se tiverem muitas pessoas que possam ajudar, seria ideal recolher e resumir as informações, e produzir um jornalzinho informativo para distribuir dentro do local de refúgio.
- 情報伝達手段はいろいろです。掲示板以外にも館内放送の活用も有効です（深夜を除く）。頻繁すぎる放送は居住環境の快適性を損ねますので、緊急の場合以外はできるだけ少なくします。人手に余裕がある場合には、情報をまとめた避難所広報誌を作成してもよいでしょう。
- Para passar as informações para as pessoas com deficiência visual ou auditiva, aos estrangeiros e outros casos especiais, usar métodos especiais para cada caso, como informações por audio ou por escrita(usar idiomas estrangeiros ou japonês fácil (usar o japonês simples, usar o Hiragana ao invés de Kanji, ou usar a criatividade para passar as informações, como usar figuras ou outros para que entendam melhor)
- 視覚や聴覚に障害のある人や外国人など情報が伝わりにくい災害時要援護者に対しては、それぞれに対応した音声や文字（多言語ややさしい日本語（平易な日本語を使用し、漢字をひらがなに置き換えるほか、イラスト等でわかりやすく伝える工夫））などによる情報伝達に配慮します。



【Controle do quadro de avisos】

【掲示板の管理】



■ Divulgação das informações voltadas às vítimas que permanecem em suas casas após o desastre

■ 在宅被災者向け情報の発信

- Nos desastres passados, foram usadas como local de reunião da comunidade, o Biniru house(instalações de plástico) e barracas de acampamento distribuídas pelos comerciantes, muitas vítimas viviam dentro do seu próprio carro.
- 過去の震災では、ビニールハウスや商店街に張られたテントが被災者のコミュニティの場になったり、自動車内で避難生活を送る被災者が多く見られました。
- É preciso tomar medidas de divulgação ativa de informações também para as vítimas que, mesmo depois do desastre não entram no abrigo do refúgio e continuam nas suas casa (vítimas que permanecem nas casas), acabando com a diferença de divulgação de informações.

- 自宅等の避難所以外の場所で避難生活を送る人（在宅被災者）に対しても、情報を積極的に発信し、情報格差をなくすことが求められます。

(3) Grupo de controle da alimentos e suprimentos 食料・物資班

■ Preparar e distribuir de alimentos e suprimentos 食料・物資の調達

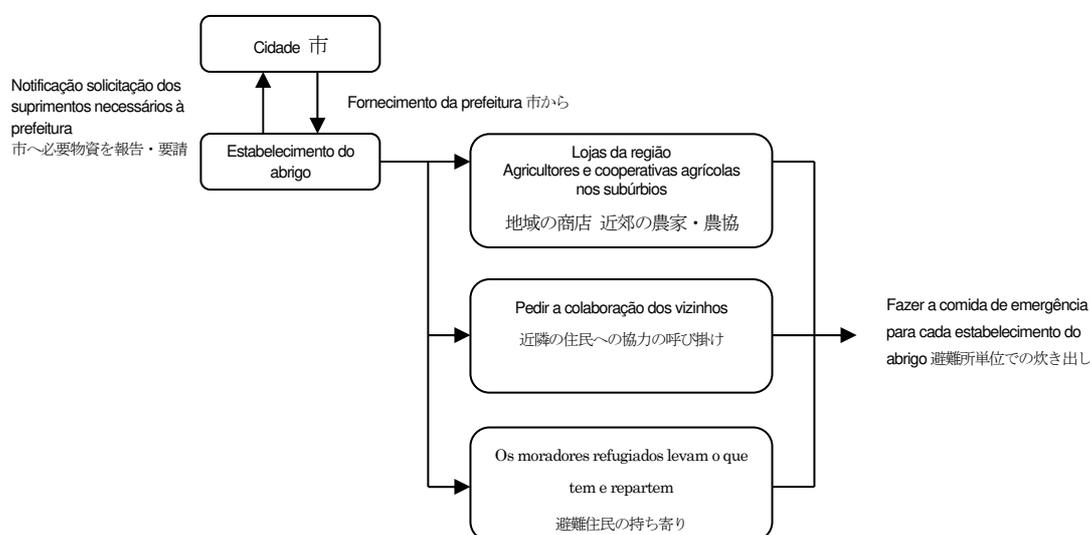
- Tanto os homens como as mulheres serão escolhidos como encarregados pelo grupo de alimentos e suprimentos.
- 食料・物資班の責任者は男女双方が担うようにします。
- Verificar o número das pessoas refugiadas e notificar para a central de medidas de solução do desastre e informar os alimentos e suprimentos necessários.
- 避難者数を把握し、必要な食料や物資を災害対策本部に報告します。
- Se tiver algum suprimento necessário, pesquisar e fazer um levantamento dos tipos e quantidade e quantas vezes por dia(1 à tantas vezes)necessitam, e solicitar na hora do contato entre a administração do local do refúgio e a instituição pública.
- 必要と思われる物資については、項目・数量をまとめて把握し、1日1～数回、避難所と行政との間の連絡時にまとめて要請します。
- Durante a situação do caos logo após a ocorrência do desastre, não é garantido se serão entregues os alimentos e suprimentos suficientes pelo governo. Caso não seja suficiente, é necessário procurar voluntariamente sair para comprar ou adquirir de alguma forma os alimentos e suprimentos necessários.
- 発災直後の混乱状況下においては、行政からの食料や物資の支援が避難者に十分に行われるとは限りません。行き渡らない場合は、買出しなど自主的に食料や物資を調達します。

【Método de aquisição】 【調達方法】

- ・ Solicitar a colaboração das pessoas que se abrigam em suas casas e também do pessoal do grupo privado de voluntários de prevenção de desastres.
- ・ 自宅で生活している人や自主防災会に協力してもらう。
- ・ As próprias pessoas saem para comprar o que necessitam.
- ・ 自分たちで買い出しに行く。
- ・ Adquirir os suprimentos através de pessoas ligadas pessoalmente com os refugiados(parentes e amigos).
- ・ 避難者の個人的なつながり（親戚関係・友人関係）を利用して物資を調達する。
- Por regra, os ítems trazidos individualmente pelas próprias pessoas do abrigo pertencem aos próprios, porém, para as pessoas que não puderam retirá-los

por motivos de desabamento de casas e outros, é necessário conceder os alimentos trazidos por cada pessoa para as pessoas ao seu redor.

- 避難者個人が持ち寄った物資は原則として避難者個人の持ち物ですが、家屋の倒壊などで持ち出せなかった避難者のために、各避難者が持ち寄った食料を周囲の人へ提供することを呼びかけることも必要です。
- A medida que vai prolongado a estadia das pessoas que vivem no abrigo, as necessidades de alimentos e suprimentos irão mudar. Vamos agora verificar o que as pessoas do abrigo estão precisando e fazer as compras.
- 避難生活が長期化すると、避難者の食料や物資に対する要望は変化していきます。今、避難者が何を求めているかを的確に把握し、調達を行います。



- Em relação aos alimentos e suprimentos, coletar os itens necessários com as pessoas do abrigo e solicitar a lista de itens e quantidades com a Prefeitura quando entrar em contato (através do formulário 10 「Lista de pesquisa sobre o transporte dos suprimentos de necessidades de emergência」)
- 食料・物資は、避難者のニーズを取りまとめて、市との連絡の際に名称、数量を要請します（様式10「緊急支援物資輸送 ニーズ調査票」）。
- Iremos refletir e organizar os suprimentos conforme as necessidades por idade, mulheres e pelas pessoas com alergias alimentares.
- 物資のニーズは年代や女性のニーズ、食物アレルギーを持つ人などのニーズも反映されるよう取りまとめます。
- Pode levar algum tempo desde o pedido dos alimentos e suprimentos até a distribuição real, por isso tentaremos o possível para fazer as solicitações conforme as previsões futuras. Principalmente para idosos, bebês e mulheres

grávidas, a escassez de alimentos e suprimentos pode ser fatal, por isso é necessário

- 食料・物資の要請から実際の配給までには時間がかかる場合もあるので、できるだけ将来予測をたてて要請を行います。特に高齢者、乳児用、妊婦の食料・物資は不足すると生命に関わるので最優先でニーズの取りまとめ及び確保が必要です。

■ Recepção, gerenciamento e distribuição dos alimentos e suprimentos

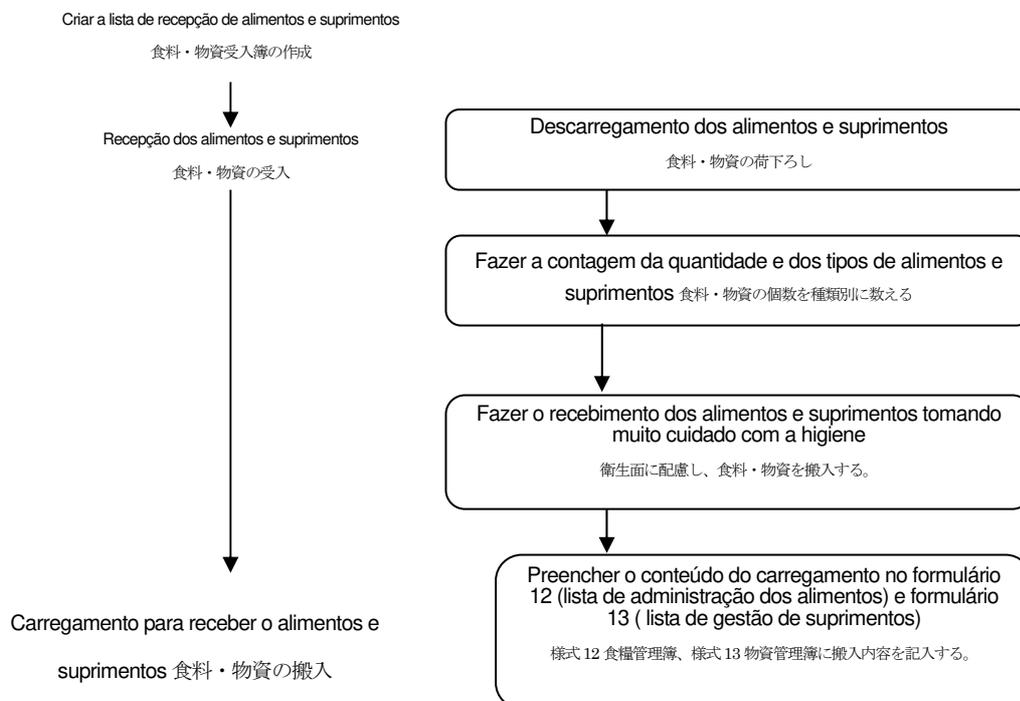
■ 食料・物資の受入れ、管理、配給

① Recebimento 受入れ

- Para receber o carregamento de alimentos e suprimentos deve reservar o espaço exclusivo. Neste espaço, após receber o número aproximado de alimentos e suprimentos, deve dirigir o armazenamento para um local reservado e designado.
- 食料や物資の受け入れのための専用スペースを設けます。ここで、食料・物資の大まかな個数を把握してから、指定した専用スペースで保管します。
- É necessário um certo espaço para o descarregamento, um local de fácil entrada dos veículos. Além disso, para manejar mesmo em tempos de chuvas será adequado um local com telhado.
- 車両の乗り入れがしやすい場所で、荷下ろしのためにある程度の広さが必要です。また、雨天の際にも作業することを考慮すると屋根のある場所が適当です。
- É necessário um grande número de funcionários para receber alimentos e suprimentos. Reúna o maior número de pessoas possível, como por exemplo pedindo ajuda aos voluntários.
- 食料や物資の受入れには大量の人員が必要です。ボランティアに協力を要請するなどして、できるだけ多くの人員を集めます。
- Ao receber os alimentos, registre a quantidade e o nome dos itens na lista de recebimentos de alimentos e suprimentos (Formulário 11 “Livro de recebimento de produtos alimentares”) e gerencie cuidadosamente o estoque.
- 受入れの際は品名や数量を食料・物資受入簿（様式11「食料・物資受入簿」）に記録し、在庫管理を徹底します。
- Para agilizar o trabalho, separe aproximadamente os itens e preencha a quantidade. Além disso, é necessário preencher a pessoa remetente responsável pelo envio, e também a pessoa responsável pela aceitação. 作業を迅速に行うために、品物を大まかに分類し、その個数を記入します。また、送付元や受入担当者も併せて記入するようにします。
- Principalmente após o catástrofe, independente de ser dia ou noite, pode ser que chegue grande quantidade de alimentos e suprimentos. Devem ser criadas

algum sistema de obrigação que possa atender e receber a entrada dos alimentos e suprimentos 24 horas por dia.

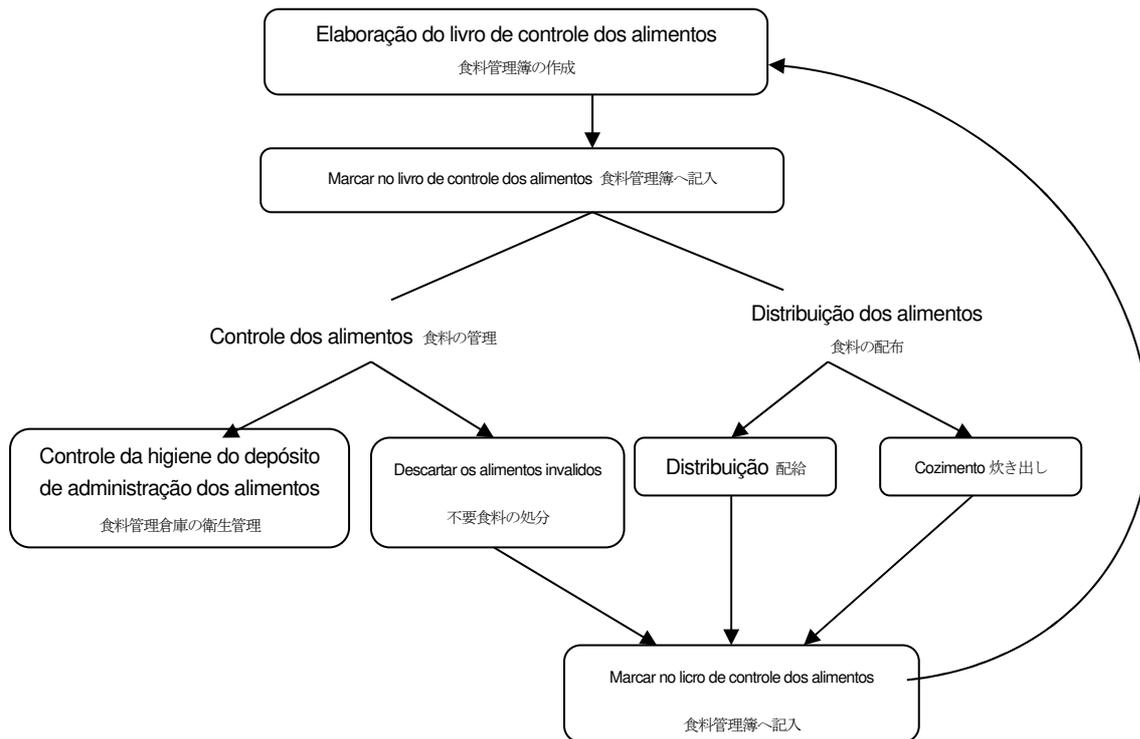
- 特に発災直後は、大量の食料・物資が昼夜を問わず届く場合があります。当直体制をつくるなど、食料・物資の受け入れに24時間体制で対応する必要があります。



② Sobre a administração dos alimentos 食料の管理

- Além do livro de recepção, deve criar a (「Lista de administração dos alimentos」 no formulário 12) para estar informado do número e tipo dos alimentos estocados atualmente.
- 受入簿とは別に、現在の食料の種類と在庫数を把握するために、食料管理簿（様式12「食料管理簿」）を作成します。
- Na hora de receber o armazenamento, deve verificar a validade do vencimento e a validade do consumo. Está especificado do lado de fora da caixa de papelão no local visível.
- 入庫する際に、消費期限や賞味期限を確認します。段ボール箱の見える位置にも記載しておきます。
- Prestar muito cuidado principalmente em épocas de chuvas.
- 特に梅雨時には、食料の管理には十分に注意を払います。
- Iremos empenhar para armazenar em local fresco e limpo. Evite locais que ficam diretamente expostos à luz solar e à aquecimento, e em local que não sejam danificados por ratos, baratas e outros.

- 低温かつ清潔な場所に保管するように努めます。直射日光の当たる場所や暖房が入っている場所を避け、ネズミやゴキブリなどの被害を受けない場所に保管します。
- Os alimentos que não foram armazenadas conforme a regra e estiverem com prazo de validade vencidos, devem ser todos descartados.
- 定められた保存方法をとらなかった食品、消費期限を過ぎた食品は配給せず、すべて廃棄します。



③ Quanto à distribuição de alimentos 食料の配給

- Iremos fazer o uso eficaz dos alimentos armazenados e outros, para que os alimentos e outros suprimentos possam chegar até ao alcance de todas as pessoas.
- 備蓄食料などを有効に活用し、全員に食料や物資が行き渡るようにします。
- Iremos fazer o apelo para que partilhem a comida trazidas pelas pessoas abrigadas, e assim fazer o uso eficaz dos alimentos do abrigo.
- 避難者が持ち寄った食料を分け合うことを呼び掛けて、避難所内にある食料を有効に活用しましょう。
- A distribuição dos alimentos é feita pelo método de cada grupo de residentes virem buscar a comida. Iremos criar cupons de distribuição e outros para evitar confusão.
- 食料の配給は、居住組ごとに取りに来るという方法で配給します。配給引換券を作成するなど、混乱が起きないようにします。

- Caso haja escassez de alimentos, iremos fazer a distribuição conforme a ordem de prioridade que se inicia com os idosos e crianças (incluindo bebês), gestantes, doentes e pessoas com deficiência
- 食料が足りない場合は、高齢者や子ども（乳幼児含む）、妊婦、疾病者、障害のある人などを優先して配給を行います。
- Não deve distribuir alimentos com a data de validade ou a data de consumo vencido. As pessoas no abrigo serão instruídos para consumirem rapidamente os alimentos após a distribuição e não estocarem por conta própria.
- 消費期限や賞味期限を過ぎている食品については、絶対に配給してはいけません。また、避難者にも、配給後は速やかに食べて、個人でため込むことがないよう指導します。
- Por favor, fazer a verificação das pessoas que tem alergia à alimentos através da lista dos abrigados para não distribuir alimentos alérgenos.
- 食物アレルギーをもつ人を避難者名簿で確認し、アレルゲン食品を配らないようにしてください。
- Dentre as pessoas de nacionalidade estrangeiras, há pessoas que estão proibidas de comer alguns tipos de alimentos por motivos religiosos, por isso devemos respeitar as regras destas pessoas. (Neste caso, por favor oferecer outros tipos de alimentos que estiver disponível no estabelecimento do abrigo).
- 外国人の中には、宗教上の理由から食べられない食材がある場合がありますので、本人の意思を尊重してください。（その場合は避難所にあるほかの食料で対応してください。）

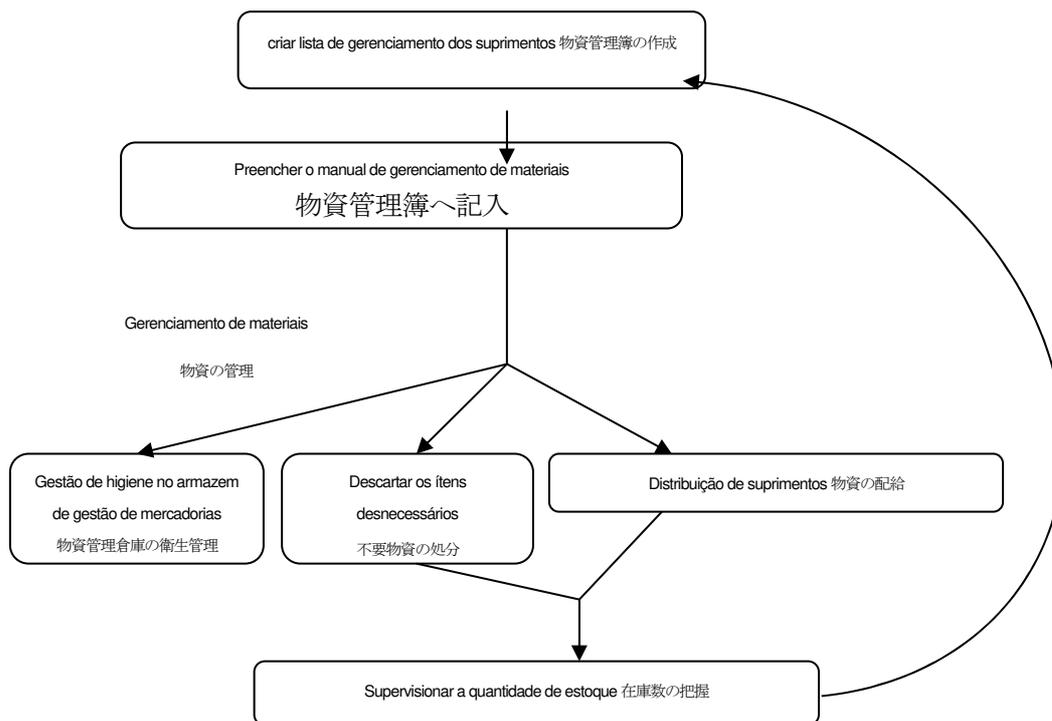
④ Quanto a administração dos suprimentos 物資の管理

- Além do livro de registro de entrada dos suprimentos, será elaborado o livro de controle dos suprimentos (via de formulário 13 「livro de controle dos suprimentos」), para podermos controlar os números nos estoques por itens.
- 受入簿とは別に、項目別に在庫数を把握するために、物資管理簿（様式13「物資管理簿」）を作成します。
- Para que possamos administrar os suprimentos, iremos dividir em 3 ítems abaixo, e será apropriado atender conforme as necessidades de cada ítem.
- 物資の管理は以下の3つに分類し、それぞれの必要度に応じて行うと良いでしょう。

【Os principais ítems de administração】 【管理の大項目】

- ・ Os ítems que são necessários distribuir para todos igualmente (exemplo: roupas, cobertores, máscaras)
- ・ 全員に平等に配給するもの（例：衣類・毛布・マスク）

- Os itens necessários que as pessoas tem que vir buscar(exemplo: fralda, absorventes higiênicos)
- 必要な人が取りに来るもの (例：おむつ・生理用品)
- Os itens que todos usam em conjunto (exemplo: papel higiênico, wet tissue)
- 全員が共同で使用するもの (例：トイレットペーパー・ウエットティッシュ)
- E além disso, as seguintes separações abaixo podem ser analisadas de acordo com o uso das mercadorias.
- また、物資の用途に応じて以下のような分類も考えられます。
 - Produtos de higiene (papel higiênico, fraldas, produtos higiênicos, sabonetes, shampoo, máscaras)
 - 衛生用品 (トイレットペーパー・おむつ・生理用品・石鹸・シャンプー・マスク)
 - Vestimentas (roupas íntimas (de vestir em baixo), outros)
 - 衣類 (下着・その他)
 - Utensílios e materiais de cozinha,etc
 - 調理器具、調理用品 など
- Principalmente em épocas de chuva, há risco de surgirem mofos e ácaros. Tomar muito cuidado com o controle de higiene do depósito de suprimentos.
- 特に梅雨時などは、カビやダニが発生する危険性があります。物資管理倉庫の衛生管理には十分に気を付けます。
- É necessário que tanto os homens como as mulheres sejam escolhidos como encarregados pela administração dos suprimentos.
- 物資の管理も必ず男女で担うようにします。
- Os suprimentos necessários femininos, serão administrados pelas mulheres.
- 女性が必要とする物資の把握は、女性が行うようにしましょう。
- Se houver uma grande quantidade de materiais inutilizáveis, é necessário que faça a solicitação para a prefeitura fazer o recolhimento. Caso os residentes locais estejam necessitados, também podem ser distribuídos para eles.
- 大量の不用物資がある場合は、その処分について市に要請します。近隣住民などが必要としている場合には、そちらへ配給することも可能です。



⑤ Distribuição dos suprimentos 物資の配給

- É necessário estar portando a quantidade de suprimento, que por regra deve ser distribuído por igualdade à todos.
- 全員が同じように必要とする物資は、全員に行き渡る量がある場合に配るのが原則です。
- Por regra, o abastecimento dos suprimentos serão distribuídos por grupos do bairro onde reside.
- 物資の配給も、原則として居住組単位とします。
- Quando a quantidade dos suprimentos não for suficiente à todos, iremos dar a .prioridade em abastecer primeiramente os idosos, crianças (incluindo os bebês), gestantes, doentes e pessoas deficientes. Neste caso, iremos distribuir após a decisão da reunião da sede administrativa 「para quem」 serão distribuídos.
- 全員に行き渡らない場合は、高齢者や子ども（乳幼児含む）、妊婦、疾病、障害のある人などを優先して配給します。このような場合は、運営本部会議において「誰に」配給するかを決定後、配給します。
- Nos seguintes casos abaixo, será melhor que cada grupo venha buscar a quantidade necessária.
 - ・ Caso a quantidade de suprimento alcance o número suficiente que possa ser distribuída à todos os refugiados.
 - ・ Os suprimentos necessários somente para certas pessoas específicas (exemplo: fralda, absorventes higiênicos e outros)

- 以下のような場合には、各自が必要な分だけ取りに来る方法が有効です。
 - ・ 物資が避難者全員に十分行き渡るほどの量になった場合
 - ・ 一部の人にとってのみ必要な物資（例：おむつ、生理用品など）
- **Será necessário pensar em como organizar o sistema de distribuição dos suprimentos femininos.**
- 女性用物資については、配布方法の検討や女性による配給体制づくりをしましょう。

■ **Preparo de Refeições para emergências** 炊き出し

- É necessário adquirir os suprimentos para a preparação de alimentos comunitários, bem como deixar predeterminado os voluntários que irão fazer a preparação dos alimentos.

【Os materiais necessários para a preparação dos alimentos comunitários】

- ・ Fontes de calor para o prepare dos alimentos, tais como lenhas e fogão à cartucho de gás.
- ・ Utensílios de cozinha tais como panelas, frigideiras, panelas para cozinhar arroz
- ・ Utensílios para cozinhar, tais como facas, tábua para cortar alimentos, conchas, Hashi(pauzinhos compridos).
- ・ Talheres, tais como pratos, pratos fundos, hashi, colheres
(Quando as condições sanitárias não podem ser garantidas, é preferível usar os descartáveis).
- 炊き出しに必要な道具を調達し、従事する人員を確保します。
 - 【炊き出しに必要な道具】
 - ・ 薪、カセットコンロなどの調理用熱源
 - ・ なべ、フライパン、炊飯器などの調理器具
 - ・ 包丁、まな板、おたま、菜箸などの調理用具
 - ・ 皿、深皿、割り箸、スプーンなどの食器
(衛生状態が確保できない状態では、使い捨てが望ましい)
- Exige muito trabalho para fazer o cozimento. Por isso, se possível pedir a colaboração de todos os que estão refugiados no abrigo para que o trabalho não concentre sempre para as mesmas poucas pessoas. Independentemente do sexo, o serviço deve ser distribuído para todos que tem condições de fazer.
- 炊き出しの実施には多大な労力を必要とします。できるだけ避難者全員に呼び掛けて、一部の人に作業が集中しないようにします。男女問わずできる人で分担しましょう。
- O cardápio será decidido conforme os pedidos das pessoas abrigadas.
- 避難者の要望を考慮して、献立を決定します。

- Iremos recrutar cozinheiros e nutricionistas qualificados dentre as pessoas refugiadas no abrigo, para que tenhamos cuidados no equilíbrio nutricional.
- 避難者の中から調理師・栄養士などの有資格者を募り、栄養のバランスに気を配りましょう。

É necessário tomar muito cuidado ao utilizar o fogo durante o cozimento da refeição comunitária.

【Alimentos que tendem a sofrerem escassez】

- ・ legumes ・ frutas,
- ・ sopas
- ・ alimentos quentes
- ・ alimentos cremosos, pastosos ou líquidos (idosos ・ bebês)

【Para não causar intoxicação alimentar】

- ・ é necessário cozinhar em local higiênico(limpo)
- ・ por regra, os alimentos devem estar cozidos e evitar alimentos crus.
- ・ as carnes e peixes devem ser conservados na geladeira.

- 炊き出しの際の火気の使用には十分注意します。

【不足しがちな食品】

- ・ 野菜・果物、
- ・ 汁物、
- ・ 温かい食べ物、
- ・ やわらかい食べ物（高齢者・乳幼児用）

【食中毒を起こさないために】

- ・ 調理は衛生的な場所で行うこと
- ・ 原則として加熱するものとし、生ものは避けること
- ・ 肉、魚などは冷蔵保存すること。

- O cardápio deve ser elaborado para atender às necessidades que abrangem os idosos e crianças (incluindo os bebês), gestantes, pessoas com doenças crônicas, pessoas com deficiência e pessoas com alergia alimentar.
- 高齢者や子ども（乳幼児含む）、妊婦、疾病者、障害のある人、食物アレルギーをもつ人などのニーズにも対応した献立を工夫します。

【Medidas para atender as pessoas com alergias alimentares dentro do abrigo】

Exponha a lista dos ingredientes (matérias primas) dos alimentos em um quadro de avisos.

Evite usar arroz misturados com outros ingredientes, que podem causar anafilaxia (2 sintomas ou mais ao mesmo tempo como eczema e diarreia). E recomendamos o (arroz branco) com baixa porcentagem de risco.

【避難所における食物アレルギー対策】

食料の成分（原材料）を掲示板等に表示する。

五目ごはんなどを避け、アナフィラキシー（湿疹や下痢等、食物アレルギーにより引き起こされる重い症状が2つ以上同時に起こること）を起こす割合の低い米製品（白米）を勧める。

(4) Grupo de Gerenciamento da Instalação(prédio) 施設管理班

■ **Resolução de medidas de solução para os lugares perigosos da instalação**

■ **危険箇所への対応**

- Se o local for avaliado como perigoso, deve isolar o local com cordões e avisos de papel para proibir a entrada no local.
- 危険と判断された箇所には張り紙やロープなどを使い、立入りを禁止し呼びかけます。
- Principalmente em locais perigosos onde as crianças tem a possibilidade de se aproximarem, é necessário colocar barricadas para proibir a entrada.
- 特に子どもなどが近づく可能性のある危険箇所は、バリケードを作るなどして厳重に立入りを禁止します。
- Para evitar danos por abalos sísmicos secundários, é necessário pedir reparos para o administrador do estabelecimento.
- 余震などによる被害を防ぐため、施設管理者に補修を要望します。

■ **Prevenção contra incêndios e crimes 防火・防犯**

- Depois do catástrofe, é muito possível que aumente as porcentagens de crimes na região. E quando se vive em grupo, podem aumentar os riscos de acontecer incêndios.
- 災害後には、被災地の治安が悪化することも十分に考えられます。また、集団生活においては火災の発生危険も増大します。
- O local de utilizar o fogo deve ser limitado, além de ter que deixar o extintor de incêndio e baldes de água
- 火気の取扱い場所を制限し、消火器や水バケツを設置します。
- A entrada e saída de pessoas estranhas no estabelecimento de refúgio devem ser limitadas, além de que durante à noite a entrada e saída devem se tornar exclusivas.
- 避難所内への外部者の出入りを制限し、夜間は専用出入口を設けます。
- E particularmente, estaremos extremamente vigilantes para prevenir violências (sejam internas ou externas) contra mulheres e crianças.

- 特に女性や子どもへの暴力（内部外部からを問わない）がないよう細心の警戒を行います。

■ **Patrulhamento à noite e em locais escuros** 暗所・夜間等の巡回

- Deve estabelecer um patrulhamento regular e o Sistema de plantão noturno no centro de refúgio (especialmente em banheiros, locais escuros e antissociáveis). Se possível, fazer o patrulhamento com vários times montados por grupos de homens e grupos de mulheres.
- 定期的に避難所（特にトイレや暗所、人気のない場所）の巡回を行い、夜間の当直体制を組みます。可能であれば、複数の男性と複数の女性がチームを組んで巡回するようにします。
- Se possível, fazer o patrulhamento não somente dentro do centro do local de refúgio, como em áreas circundantes, para prevenir incêndios e crimes na área.
- 余裕があれば避難所内だけでなく、その周辺の地域の巡回を行い、地域の防火・防犯に努めます。

■ **Restrições para a entrada e saída de pessoas estranhas** 外部者の出入り制限

- Embora a porta da entrada possa dar acesso durante o dia, será instalado um balcão próximo à entrada, e um sistema para garantir que os visitantes possam ser monitorados pelo responsável.
- 日中は、入口の扉は解放することも可能ですが、入口付近に受付を設け、担当者が外来者についてチェックする体制をとります。
- Por regra geral, a porta da entrada é fechada à noite. No entanto, em consideração aos que estão refugiados que retornam ao centro de refúgio tarde da noite, apenas uma entrada perto da sala da sede será destrancada para que possam entrar e sair.
- 夜間は入口の扉は原則として閉鎖します。ただし、夜遅くに、避難所へ戻る避難者のことを考慮して、本部室に近い入口を1箇所だけ施錠せずに、出入りできるようにします。

(5) Grupo da Saúde e Higiêne 保健・衛生班

■ **Lixo** ごみ

- Iremos montar um local para coleta de lixo fora do estabelecimento, onde o lixo deve ser cuidadosamente separadas.

【Local onde fazer a instalação para a coleta do lixo】

- ・ Local de fácil entrada e saída do carro de limpeza.
- ・ Deverá estar longe do local onde faz o cozimento, de onde deverá tomar muito cuidado com a higiene.

- Tem que localizar em uma certa distância do local de onde convive, para evitar de sentir mau cheiro.
- Deve ser um local que evite estar em exposição à raios solares, algum local que haja cobertura.

【SEPARAÇÃO · COLETA】

- É necessário tomar muito cuidado na separação do lixo, principalmente em materiais perigosos.
 - O lixo gerado por cada domicílio ou mesmo por cada cômodo, devem serem descartados em sacos de lixos instalados para depois serem juntadas e levadas para serem descartadas no depósito de lixo.
 - Os lixos provenientes do trabalho em equipe para preparativos da alimentação comunitária devem ser recolhidas pelo responsável da equipe e levadas para o depósito de lixo.
 - É necessário amarrarem bem o saco de lixo para que não possam haver contato direto com as máscaras e lenços de papel usados.
- 屋外にごみ集積場を設置し、分別収集を徹底します。

【ごみの集積場の設置個所】

- 清掃車が出入りしやすい場所
- 調理室など、衛生に対して十分に注意を払わなければならない箇所から離れた場所
- 居住空間からある程度離れ、臭気などが避けられる場所
- 直射日光が当たりにくく、屋根のある場所

【分別・収集】

- 危険物の分別には特に注意を払います。
- 各世帯から出るごみは居室ごと（又は居住組ごと）にごみ袋を設置してまとめ、ごみ集積場に捨てます。
- 炊き出しなどの共同作業で出るごみは、作業の担当者がまとめてごみ集積場に捨てます。
- 使用したマスクやティッシュを直接触れることがないように、ごみ袋をしっかり縛って出します。

■ Banheiro トイレ

- Será instalado o banheiro provisório, instruir as maneiras corretas de utilização para as pessoas e cuidar da higiene minuciosamente.

【Local onde deve ser instalado o banheiro provisório】

- Não instalar perto do abastecimento de água, local de preparação da alimentação comunitária, e suprimentos alimentícios.

- Instalar em um local onde possa entrar e sair o caminhão que coleta e transporta excrementos humanos.
- Deve ser instalado em um local de fácil acesso para as pessoas que estão abrigados. Busque opiniões especialmente das mulheres, idosos, deficientes físicos que tem dificuldades de locomoção, e obtenha consentimentos.
- Instale em um local onde mulheres e crianças possam utiliza-lo com segurança durante o dia e à noite, levando em consideração as medidas de segurança.
- Na medida do possível, instale em um local onde possa haver fonte de energia elétrica para a iluminação.
- Instale onde houver disponibilidade de água de limpeza para manter a limpeza.

【Administração de limpeza do banheiro】

- Incentive os abrigados a utilizarem o banheiro de maneira limpa.
 - Na entrada do banheiro será fornecida a água desinfetante para lavagens das mãos. A água desinfetante será trocada regularmente.
 - Sobre como usar a água desinfetante, siga as instruções "Precauções de uso" indicadas na embalagem.
 - É necessário fazer o revezamento para fazer a limpeza dentro do banheiro e manter sempre limpo.
- 仮設トイレを設置し、使用方法の周知と衛生管理を徹底します。

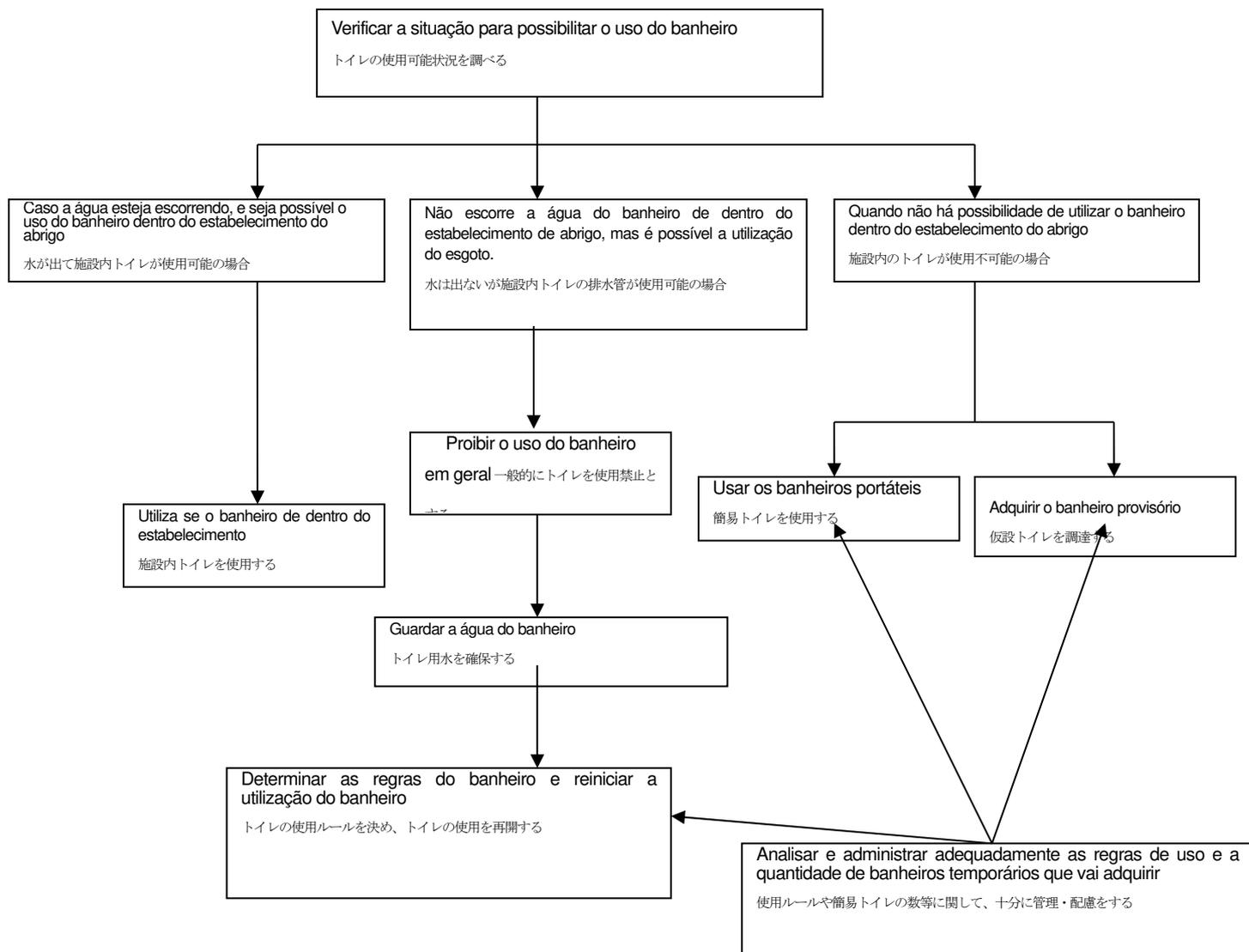
【仮設トイレの設置場所】

- 給水場所、炊き出し場所、食料などの近くに設置しない。
- し尿を収集運搬するバキュームカーの出入り可能な場所に設置する。
- 避難者が利用しやすい場所に設置する。特に女性、移動が困難な高齢者や障害者の意見を求め、賛同を得る。
- 女性や子供などが日中・夜間ともに安心して使える場所に設置し、安全対策に配慮すること。
- 可能な限り、照明用の電源が確保できるところに設置する。
- 清潔を保持するため、清掃用の水が利用できる場所に設置する。

【トイレの衛生管理】

- 避難者にトイレの清潔な使用方法について十分に呼び掛けます。
- トイレ入口には消毒水を手洗い用として用意します。消毒水は定期的に交換します。

- ・ 消毒液の使い方などについては、容器に示された「使用上の注意」などに従ってください。
- ・ トイレ内は、当番制で清掃し、常に清潔に保ちましょう。消毒剤や殺虫剤を散布し、害虫の発生を防ぐことも必要です。
- **Com o objetivo de usar a água doméstica de forma eficaz, criaremos métodos para evitar descargas de excrementos sólidos.**
Exemplo: o papel higiênico deverá ser descartado em um saco de lixo próprio.
- 生活用水を有効に使うために、固形物は流さなくて済むように工夫します。
例：トイレットペーパーは専用のごみ袋に捨てる。
- **O banheiro será dividido entre o masculino e feminino, condicionando o uso na proporção de 1:3 para homens e mulheres.**
- トイレは男女の使用区別をつけ、男女用トイレの比率は1：3としましょう。
- **Caso seja possível, utilize o banheiro do estabelecimento.**
【Regras para a utilização do banheiro dentro do estabelecimento】
 - ・ O banheiro deve apresentar segurança (se o prédio não está em risco de desabamento, e se não há quedas de objetos).
 - ・ Que haja a garantia de iluminação nos arredores o suficiente, mesmo à noite.
 - ・ Não há danos no vaso sanitário.
 - ・ A descarga de água funciona.
 - ・ O esgoto não esteja danificado.
- 施設内トイレが使用可能な場合は、施設内トイレを使用します。
【施設内トイレの使用可能な基準】
 - ・ トイレ室内が安全である（建物が崩れないか、落下物がないか）。
 - ・ 夜間でも周囲を確認できる程度の明かりを確保できる。
 - ・ 便器に破損がない。
 - ・ 水が流れる。
 - ・ 排水先が破損していない。



■ Limpeza 掃除

- O banheiro, o banheiro de tomar banho e outras áreas de utilização comunitária
- são feitas a limpeza alternadas por grupos do bairro. トイレ、風呂、その他の共用部分は、居住組を単位として当番制をつくり、交代で行います。
- Quanto à parte do abrigo, é estabelecido a regra de fazer a limpeza de 1 vez por dia alternando por família.
- 居室部分は、世帯を単位として毎日1回の清掃時間を設けます。

■ Banheiro de tomar banho(Ofuro) 風呂

- Caso não tenha banheiro de tomar banho ou chuveiro dentro do estabelecimento de abrigo, a fonte mais confiável é pedir água quente emprestado dos amigos e parentes.
- 避難所内に風呂やシャワー等が設置されない場合、最も頼りになるのは、知人や親戚宅での「もらい湯」です。
- Caso instale a banheira de tomar banho dentro do abrigo.
 - 【Quando houver muitos usuários】
 - ・ A data e o horário de uso será decidida por grupos de moradores.
 - ・ Uma solução boa seria limitar o tempo de utilização de 15 a 20 minutos por pessoa, e emitir senhas de permissão para uso do banho para o número de pessoas que irão poder usar de acordo com o tamanho da banheira.
 - 【Quando o número de candidato se acalma até um certo ponto】
 - ・ Crie uma lista dividindo o tempo para cada uso, e aceite o auto relatos dos candidatos. Conforme a situação, pode se estender o limite de horário até 30 minutos.
- 避難所内に風呂等が設置された場合
 - 【利用者が多い時期】
 - ・ 利用日時を居住組単位で決めます。
 - ・ 利用時間を1人15分～20分程度に制限し、風呂の規模に応じた利用可能人数分の入浴券を発行するとよいでしょう。
 - 【希望者がある程度落ち着いてきた場合】
 - ・ 利用時間を区切った一覧表を作成し、希望者の自己申告を受け付けます。利用時間は状況に応じて30分程度に延長してもよいでしょう。
- A limpeza do banheiro é realizada por revezamento.
- 浴室の清掃は当番を決めて交代で行います。
- Dê prioridade aos idosos, crianças (incluindo bebês), gestantes, doentes e pessoas com deficiência.
- 高齢者や子ども（乳幼児含む）、妊婦、疾病者、障害のある人などを優先しましょう。
- Se houver apenas 1 lugar, separe dividindo o turno de uso para os homens e para as mulheres.
- 一箇所しか設置されない場合は男女でも利用時間の区別をつけましょう。
- Se for instalar mais de 2 lugares, deve dar prioridade para as mulheres e fazer a distinção entre homens e mulheres.
- 二箇所以上設置される場合は女性を優先に男女の使用区別をつけましょう。
- O local do banho deve ser decidido consultando principalmente as mulheres, crianças e pessoas com deficiência, entre outros.

- 風呂の設置場所は、特に女性や子ども、障害がある人々との協議によって決めましょう。

■ **Controle de Higiene e Saúde** 衛生・健康の管理

- Em 1995(H7), durante o grande terremoto de Hanshin Awaji houve locais de abrigo com ondas de gripes e influenza. As pessoas com suspeita de infecção devem descansar em uma sala isolada de outras pessoas.
- 平成7年の阪神・淡路大震災では、風邪やインフルエンザが流行した避難所がありました。感染が疑われる方は、他の方とは別の部屋で休んでもらうようにします。
- Incentivar a fazer o gargarejo e a lavar as mãos, gerenciar os talheres, fazer a ventilação adequada para evitar a propagação das doenças infecciosas. Se não tiver água para lavarem as mãos, vamos usar a água desinfetante da instalação うがいや手洗いの励行、食器の管理、十分な換気、感染症の予防などを徹底します。手洗いのための水がない場合は、施設内の消毒水を利用させてもらいましょう。
- . Sobre a gestão da saúde, iremos ter a cooperação dos enfermeiros de saúde públicas e tomaremos medidas afim de prevenir o surgimento e o agravamento das doenças.
- 健康管理については、保健師等と連携し、病気の発症や悪化を防ぐ対策を図ります。
- Se entre as pessoas dentro do abrigo houver pessoas infectadas pelo Covid, a sede de medidas para desastres da Prefeitura em cooperação com o Centro de Saúde Pública da zona oeste da Província, irão tomar medidas básicas para transferir os pacientes infectados em estabelecimentos médicos que os aceitem.
- 新型コロナウイルス感染症に感染した避難者がいる場合は、市災害対策本部や静岡県西部保健所と連携し、感染症を受け入れることができる医療機関への移送を基本とした対応をとります。
- É necessário desinfetar as áreas de uso comum, tais como maçanetas e corrimãos.
- ドアノブや手すりなど、共用部分をこまめに消毒します。また、時間を決めて換気をします。
- Vamos incentivar as pessoas a exercitarem levemente com o intuito de espairecerem a cabeça, ou manter o ambiente limpo para que as pessoas possam levar uma vida saudável.
- 軽く体を動かして気分転換を図ったり、身の回りを清潔に保つなどして、健康的な生活が送れるように呼び掛けましょう。

- Vamos ter cuidado com a síndrome da classe econômica. Sugerimos que tomem uma quantidade moderada de água, façam caminhadas e massagens.
- エコノミークラス症候群に注意します。適度に水分を摂取するとともに、歩行やマッサージをしましょう。

■ Gerenciamento de informações de serviços médicos e de enfermagem

■ 医療活動・介護情報管理

- Iremos montar um consultório médico no estabelecimento do abrigo para tratar de pessoas doentes e feridas, e caso seja difícil o atendimento, iremos consultar algum posto de socorros ou estabelecimentos médicos mais perto e transportar até o local. Iremos fazer o atendimento para socorros, ferimentos e doenças que podem ser feitas em lares.
- 避難所内に医務室を設け、病人やけが人の手当に努め、対応できない場合は、最寄りの救護所や医療施設に相談し、搬送します。家庭救護で対応できる程度の病人、けが人の対応は、避難所で行います。
- Dentro do abrigo é necessário monitorar e administrar os tipos de medicamentos e materiais de limpeza, para gerenciar as quantidades. Além disso, em relação aos medicamentos e materiais de higiene necessários, iremos entrar em contato com a equipe de alimentação e suprimentos, e tentar manter sempre abastecido.
- 避難所内にある医薬品や衛生材料の種類、数量について把握し管理します。また、必要最低限の医薬品や衛生材料については、食料・物資班と連絡をとり、常備するように心掛けます。
- Iremos monitorar as pessoas doentes dentro do abrigo. No entanto, é preciso ter muito cuidado ao gerenciar as informações obtidas.

【Dados pessoais do doente】

Nome, idade, sexo, nome da doença, medicamentos que costuma usar, médico regular que frequenta

- 避難所内の疾病者について把握します。ただし、把握した情報の管理には十分に注意する必要があります。

【疾病者の情報】

氏名、年齢、性別、病名、通常使用している薬、通常のかかりつけの医師

- Se houver pessoa idosa acamada, ou pessoa que necessite de cuidados especiais, é necessário ouvir os desejos do paciente e transferir para um estabelecimento de assistência social ou hospital.

- 寝たきりの高齢者など要配慮者がいる場合には、本人の希望を聞いて、社会福祉施設や病院へ移送を要請することも必要です。
- Tanto os homens como as mulheres devem cuidar dos idosos, independente do sexo.
- 高齢者の世話などは性別にこだわらず、男女双方が担うようにしましょう。

■ Gerenciamento do abastecimento de água doméstica(para o dia-a-dia) 生活用水の管理

- Iremos garantir a água de acordo com o uso.
 - ① Para o consumo(comer e beber)
 - ② Para lavar as mãos · lavar o rosto · lavar a louça
 - ③ Para uso em banheiros
- 水は用途に応じて確保します。
 - ① 飲食用 ② 手洗い・洗顔・食器洗い用 ③ トイレ用
- A água potável fornecida pela Prefeitura e armazenada pelos abrigados e a Associação voluntária para a prevenção de desastres são usadas a princípio para comer e beber.
- 飲食用の水は、原則として避難者及び自主防災会が備蓄した飲料水や市の給水による水を使用します。
- As garrafas PET devem ser armazenadas tanto quanto possível em local fresco e escuro, e não devem ser armazenadas por muito tempo após a abertura.
- ペットボトルはできるだけ冷暗所に保管し、開栓後は長く保存しないように注意します。
- A água usada para lavar as mãos, o rosto e as louças podem ser guardadas em baldes de polietileno limpo com a tampa, ou em sacos plásticos limpos colocadas dentro de vasilhas, pode se conservar limpo amarrando a boca do plástico.
- 手洗い・洗顔・食器洗い用の水の保管は、蓋つきの清潔なポリバケツに入れたり、ポリ容器などに清潔なビニール袋を入れて、入口を閉じるなどして清潔に保ちます。
- Devemos tentar reutilizar a água que foi usada para lavar as mãos, rostos e louças, para usar na descarga do banheiros
- 手洗い・洗顔・食器洗い用として使用した水は、トイレ用水として再利用するよう心掛けましょう。

■ **Animais de estimação** ペット

- À medida que o ambiente social muda, a população de pessoas idosas aumenta e a taxa de natalidade diminui, o número da criação de animais de estimação está aumentando a cada ano, e o tema a discutir é como iremos conviver com os animais de estimação quando houver algum catástrofe.
- 社会環境が変化し、高齢化や少子化が進行するなか、飼育されるペットの数が年々増加しており、災害時にペットとどのように共存するか、課題になっています。
- Entre as pessoas que estão no abrigo, poderão haver pessoas com alergia de animais, crianças com baixa resistência, pessoas que não gostam dos animais, pessoas que apresentam reações de rejeição, e considerando toda essa possibilidade, por regra não será permitida a entrada dos animais de estimação dentro do estabelecimento. Os animais de estimação ficarão dentro de um espaço cercado ao ar livre fora do estabelecimento.
- 避難者の中には、ペットに対するアレルギーのある人、衛生上、抵抗力の弱い乳幼児、ペットが嫌いな人や拒否反応を示す人など、様々な人がいることを考慮して、居室部分にペットの持ち込みは原則禁止とし、屋外に飼育場を設けます。
- Por regra, deve cuidar dos seus animais de estimação dentro do espaço dos animaizinhos pets. O dono deve providenciar a casinha do seu animal de estimação. Caso não tenha condições de providenciar, o dono deve fazer a cerca ou mesmo prender a coleira na barra de ferro e se responsabilizar para cuidar do seu animal de estimação.
- 飼育場では、ケージでの飼育を基本とします。ケージは飼育者自身で準備をします。準備できない場合は、フェンスや鉄棒等と首輪を繋ぎ、責任をもって管理します。
- Iremos fazer uma lista contendo o endereço, nome, espécie e as características do animal.
- 飼育者の住所、氏名、ペットの種類、特徴などを記入した名簿を作成します。
- Os cuidados, bem como a limpeza do local onde ficarão os animais é de responsabilidade exclusiva dos donos.
- ペットの飼育及びペットの飼育場所の清掃は、飼育者が全責任を負って管理します。
- As rações dos animais devem ser preparadas pelos donos. Deve ser estabelecido o horário de atribuição da ração para os animais de estimação, e alimentá-los conforme o estabelecido. Para que os restos de ração não se tornem sujeiras e nem causem mau cheiro, os donos devem balancear a quantidade de ração, bem como limpar as sobras das rações.

- ペットへの餌は飼育者が準備をします。餌を与える時間を決め、その都度与えます。ペットが残した餌が異臭やごみにならないように、与える餌の量を考慮するとともに、残した餌は飼育者が処分します。
 - No abrigo, é necessário criar regras para a criação dos animais de estimação, e é indispensável serem minuciosos, tais como criar panfletos para conscientizarem os donos dos animais.
 - 避難所では、ペットの飼育ルールを作り、飼育者にチラシ等を配付して徹底させることが不可欠です。
 - É importante relatar os seguintes conteúdos aos donos dos animais, bem como criar uma lista como os nomes dos donos e dos seus animais.
 - ・ O nome e endereço do dono do animal de estimação.
 - ・ A espécie e a quantidade de animais.
 - ・ As características do animal (sexo · tamanho do porte · cor do pelo · outros)
 - ペット飼育者にペットの次の内容を届け出るよう呼び掛け、飼育者名簿を作成します。
 - ・ 飼育者の住所及び氏名
 - ・ 動物の種類及び数
 - ・ 動物の特徴（性別・体格・毛色・その他）
 - Vamos cuidar para que o cão guia, cão ouvinte e cão de assistência possa estar ao lado da pessoa deficiente.
 - 盲導犬、聴導犬、介助犬は身体障害者のそばにいられるよう対処しましょう。
- **Instalação de um balcão de consultas para as pessoas que necessitam de cuidados especiais. 要配慮者用窓口の設置**
- Fornecemos serviços de consultas, divulgação confiável de informações e suprimentos de socorros para pessoas que necessitam de cuidados especiais.
 - 要配慮者からの相談対応、確実な情報伝達や救援物資の提供などを行います。
 - Para atender as necessidades das mulheres e bebês, por favor, designar as mulheres no atendimento ao balcão
 - 女性や乳幼児のニーズを把握するため、窓口には女性も配置してください。
- **Averiguação sobre as condições das pessoas que necessitam do suporte no abrigo 避難行動要支援者の避難状況の把握**
- Iremos comparar a lista de pessoas que necessitam de suporte com as pessoas que estão no abrigo, caso não possamos verificar a presença da pessoa listada, entraremos em contato com as pessoas que precisam de suporte e a Associação Voluntária para a Prevenção de desastres.

- 避難行動要支援者名簿と避難者名簿を照合し、確認できない要支援者がいた場合は、避難支援者、自主防災会などに連絡します。
- Caso seja averiguado no abrigo novas pessoas que precisam de assistência, iremos acrescentar na lista das pessoas que necessitam de suporte.
- 新たに支援を必要とする避難者を確認した場合は、要援護者台帳に追加します。

■ **Averiguação da situação e as necessidades das pessoas que requerem cuidados especiais** 要配慮者の状況・ニーズの把握

- É necessário se empenhar para entender a situação e as necessidades de cada pessoa que requer cuidados especiais, e se as necessidades não puderem ser atendidas no local de refúgio, iremos relatar os detalhes sobre o suporte necessário para a sede de apoio à desastres.
- 要配慮者一人ひとりの状況やニーズの把握に努め、避難所で対応できないニーズについては、必要な支援内容を災害対策本部に報告します。
- Quando o auxiliar de enfermagem iniciar o patrulhamento, virão os relatos de consultas sobre a situação das pessoas necessitadas no suporte.
- 保健師等による巡回が開始されたら、要配慮者の状況等を報告して相談します。
- E quando abrir o centro de bem-estar no estabelecimento do abrigo, e tornar se possível o acolhimento de pessoas que necessitam de cuidados especiais, iremos transferi-los por ordem de prioridade com base no manual do centro do bem-estar do estabelecimento do abrigo.福祉避難所が開設され、要配慮者の受入れが可能となった場合は、福祉避難所マニュアルに基づき優先順位をつけて移送します。

■ **Atividades de serviços de enfermagem** 介護活動

- Selecionar as pessoas que necessitam de cuidados de enfermagem, organizar as equipes de enfermagem bem como as rotações, e prestar os cuidados de enfermagem.
- 介護の必要な人を把握し、介護チーム及びローテーションを編成し、介護を行います。

■ **Apoio aos cuidados infantis (serviço de creche)** 託児支援

- Selecionar aqueles que precisam de cuidados infantis, formar uma equipe de apoio aos cuidados infantis e fornecer suporte aos cuidados infantis em sistema rotativo.

- 託児の必要な人を把握し、託児支援チームを編成し、ローテーションで託児支援を行います。

(6) Grupo de gerenciamento de voluntários ボランティア班

■ **Colaboração com os voluntários** ボランティアとの連携

- Iremos planejar ativamente com a cooperação dos voluntários, iremos operar nos centros de abrigos de forma eficiente.
- ボランティアとの連携を積極的に図り、避難所を効率よく運営していきます。
- A força dos voluntários são essenciais para que possamos administrar com eficiência no centro de abrigos.
- 避難所運営を効率よく行うためには、ボランティアの力が欠かせません。
- Prevemos que venham muitas pessoas de dentro do país se voluntariar, mas caso venham pessoas diretamente no abrigo para se voluntariar, para que possamos subdividir os voluntários em locais mais necessitados como em abrigos, é necessário pedir aos voluntários que se registrem na sede de voluntariados para casos de catástrofes da Prefeitura.
- 全国から多くの人々がボランティアとして駆けつけることが予想されますが、直接、避難所にボランティア活動を申し出る人が来た場合は、より必要としている避難所へボランティアを配置できるように、市の災害ボランティア本部で登録を行ってもらうようお願いいたします。

■ **Verificação das necessidades do local de refúgio** 避難所ニーズの把握

- Iremos colher as solitações das atividades voluntárias (as necessidades) de cada grupo.
- 各班からボランティア活動要望（ニーズ）を取りまとめます。

■ **Instruções para os voluntários** ボランティアへの指示

- Instruir os voluntários participantes sobre as atividades.
- 参加ボランティアに活動を指示します。
- A implementação será decidida na reunião da sede administrativa do centro de evacuação, e será fornecido um período de preparação suficiente.
- 実施にあたっては、避難所運営本部会議で決定し、十分な準備期間をおきます。
- Se o centro de evacuação for em escola primária ou secundária, também iremos auxiliar para a retomada das atividades da educação escolar.
- 避難所が小中学校の場合は、学校教育活動の再開にも協力します。

3. A lista de ambientes (locais) necessários 必要となるスペース一覧

- ① Em quaisquer que seja o ambiente, é necessário tomar cuidado para não criar os seguintes 3 ambientes (lotado · aglomerado · fechado)
 いずれのスペースも、3密（密集・密接・密閉）を作らないように留意します。
- ② As pessoas instaladas no abrigo poderão se empenhar para prevenir a propagação de doenças infecciosas por conta própria, tais como instalar desinfetantes.
 消毒液を設置するなど、避難者が自ら感染症予防に努められるようにします。

| Finalidade do uso 使用目的 | Local de instalação · precauções e outros 設置場所 · 留意事項など |
|---|---|
| ① Sala da Central de Gerenciamento 運営本部室 | É a sala onde se realiza regularmente as reuniões da sede administrativa. Será usada para as reuniões, tais como, de administradores do estabelecimento, funcionários públicos e outros. 定期的に運営本部会議を開催する部屋です。 施設管理者や市職員などとの協議にも使用します。 |
| ② Quadro de avisos e informações 情報掲示板 | Iremos colar as informações que queremos passar para as pessoas do abrigo. Para que muitas pessoas possam ver, será instalada perto da entrada principal. 避難所内の人に伝える情報を張り出します。 より多くの避難者が見ることができるよう、正面玄関の近くなどに設けます。 |
| ③ Recepção 受付 | A equipe que supervisiona as vítimas de catástrofes é a responsável em administrar a entrada e saída dos abrigados das instalações, bem como receber as correspondências. Igualmente ao quadro de informações, o balcão será instalado perto da entrada principal. 避難者の入退所時の管理や郵便物等の受付など、主に被災者管理班が担当します。 掲示板と同様に、正面玄関の近くなどに設けます。 |
| ④ Telefone provisório 仮設電話 | Em caso de algum catástrofe, iremos instalar um telephone público em especial no estabelecimento do abrigo. Iremos pedir às pessoas do abrigo a colaboração |

| | |
|--|--|
| | <p>para definirem as regras de boas maneiras quando for utilizar o telefone, tais como (moderação nas chamadas longas, chamadas noturnas, etc)</p> <p>災害時には避難所に特設公衆電話を開設します。 電話使用のマナー（長電話や深夜の電話の自粛等）は、ルールを設定して避難者に守るよう呼びかけます。</p> |
| <p>⑤ Depósito de Alimentos e mercadorias (suprimentos) 食料・物資置場</p> | <p>É necessário um local para armazenar e administrar os suprimentos de emergência. Deve ser um local onde é desejável considerar a gestão do saneamento e outros, e onde os veículos de transporte como caminhões possam entrar facilmente.</p> <p>救援物資などを収納、管理するための場所が必要です。トラック等の運搬車両が進入しやすい場所で、衛生管理などにも配慮することが望まれます。</p> |
| <p>⑥ Local de distribuição de alimentos e mercadorias 食料・物資の配給場所</p> | <p>É um local de distribuição de alimentos e suprimentos.</p> <p>É preferível um local coberto que não seja afetado pelo clima. Se for ao ar livre, é necessário montar uma barraca.</p> <p>食料や物資を配給するための場所です。 天候に左右されない屋根のある場所が望ましいでしょう。屋外の場合は、テントを張る必要があります。</p> |
| <p>⑦ Local de cozimento (refeição comunitária) 調理場（炊き出し）</p> | <p>É o local para cozinhar e de auto-atendimento. Iremos instalar em algum local ao ar livre onde haja cobertura. Iremos pedir que tomem muito cuidado ao manusear o fogo na hora da utilização.</p> <p>Em estabelecimentos de abrigo que já tem a cozinha instalada, iremos conferenciar com o administrador do estabelecimento se poderemos começar a usar como uma cozinha.</p> <p>炊き出しや自炊のための場所です。屋外の屋根のある場所に設置します。 使用する場合は、火の元には十分に注意を払うように呼びかけます。 調理室などがある避難所では、調理室として開放できるか施設管理者と協議します。</p> |
| <p>⑧ Sala de repouso isolado (próprio para as pessoas infectadas e</p> | <p>Pessoas com doenças como a gripe viral da influenza e outros, que podem infectar outras pessoas dentro do abrigo (pessoas com sintomas de alto grau de febre) é necessário ficar isolado no quarto separado para não</p> |

| | |
|--|---|
| <p>suspeitos de infecção) 感染者（またはその疑いのある者）の休養室</p> | <p>propagar a infecção. Tanto quanto possível iremos estabelecer a linha de demarcação para separar o espaço de convivência e o tráfego com as outras pessoas de dentro do abrigo.</p> <p>インフルエンザ等、他の避難者へ感染する病気の方（高熱等の症状がある方）は、感染が広がらないように別の部屋を設ける必要があります。</p> <p>できる限り、他の避難者と生活スペースや動線を分けるように配慮します。</p> |
| <p>⑨ Sala de Primeiros Socorros 救護室</p> | <p>Será reservada 1 sala para atendimento de primeiros socorros. 避難所の一室を利用して、応急手当などができる部屋を確保します。</p> |
| <p>⑩ Espaço para o serviço de bem estar do abrigo 福祉避難スペース</p> | <p>Iremos montar 1 sala exclusiva para quem precisa de apoio durante o catástrofe, tais como idosos e pessoas com deficiência. Se possível instalar no primeiro andar do prédio, próximo à entrada.</p> <p>Além disso, será melhor escolher uma sala com uma boa entrada de luz solar e ventilação, que seja próxima ao banheiro, e que possa colocar materiais de isolamento térmico no chão. De preferência uma sala silenciosa e que fique perto da sala de primeiros socorros.</p> <p>高齢者や障害者などの災害時要支援者専用の居室を設けます。できれば出入り口の近く、建物の1階に設けることが望まれます。</p> <p>また、日当たりや換気の良い部屋、トイレに近い部屋を選び、床に断熱材を敷くなどの配慮をしましょう。救護室に近く、静寂の保てる場所が良いでしょう。</p> |
| <p>⑪ Vestiário 更衣室</p> | <p>O cotidiano dentro do abrigo onde é difícil manter a privacidade, torna necessário um quarto que sirva como de vestiário. Será separado o quarto dos homens e das mulheres.</p> <p>プライバシーを保護することが困難な避難所生活においては、更衣のための部屋が必要です。男女別の個室とします。</p> |
| <p>⑫ Local de abastecimento de</p> | <p>É preferível que a instalação seja no primeiro andar, num local onde seja fácil transportar a água, seja fácil</p> |

| | |
|--|---|
| <p>água 給水場</p> | <p>reparar caso aconteça algum vazamento, e possa manter a água limpa. 設置場所は、水を運搬しやすく、万が一の漏水を考慮し、かつ清潔さを保つことができる屋内の1階にすることが望まれます。</p> |
| <p>⑬ Local de criação dos animais de estimação ペット飼育場</p> | <p>Se alguém no abrigo estiver acompanhado do animal de estimação, deverá montar uma área de criação ao ar livre como no pátio da escola, no lugar onde os choros e os cheiros do animal não incomodem outras pessoas do abrigo. ペットを同行する避難者がいた場合は、鳴き声や臭いが他の避難者の迷惑にならないよう、校庭の隅など屋外に飼育場を設けます。</p> |
| <p>⑭ Lavanderia • local para estender a roupa 洗濯場 • 洗濯物干し場</p> | <p>Deve escolher um local fácil de obter água doméstica onde possa preparar a lavanderia e local para estender a roupa comunitária. É necessário preparar um local para estender roupas próprias para as mulheres. 生活用水が確保しやすい場所を選んで、共同の洗濯場、物干し場を確保します。 女性専用の物干し場は必ず設けましょう。</p> |
| <p>⑮ Banheiro portátil 仮設トイレ</p> | <p>Será separado o banheiro feminino do masculino, embora a proporção maior seja para o feminino (preferência homem : mulher = 1:3) Por regra, iremos instalar fora do estabelecimento. Haverá uma distância entre a instalação do banheiro com o espaço habitacional para que não haja problemas de cheiros e outros. É necessário que seja uma distância não muito longe do ambiente habitacional onde estarão instalados as pessoas com deficiência física e pessoas idosas. Para a instalação do banheiro é necessário levar em conta a questão da iluminação com o intuito de intensificar a segurança, para que as mulheres e as crianças possam usar durante à noite com mais tranquilidade. 男女別とし、女性トイレの割合を増やしましょう（男：女= 1 : 3が望ましい）。 原則として屋外に設置します。設置場所は居住空間か</p> |

| | |
|---|--|
| | <p>ら距離をあげ、臭いなどの問題が起こらないように注意しましょう。</p> <p>高齢者や障害者など体の不自由な避難者のいる居室から、あまり遠くならないようにすることも必要です。</p> <p>日中夜間に女性や少女が安心して使え、恐怖を軽減する場所に設置し、照明に配慮しましょう。</p> |
| <p>⑩ Local para descartar o Lixo ごみ置き場</p> | <p>Será instalado no local fácil de entrar o caminhão de coleta.</p> <p>Por regra geral, a coleta será feita por tipos de separação de lixos.</p> <p>ごみ収集車が進入しやすい場所に設置します。</p> <p>分別収集を原則とし、種類別に集積所を区分します。</p> |
| <p>⑪ Estacionamento 駐車場</p> | <p>Por regra, é proibida a entrada de carros particulares dentro das instalações do abrigo (principalmente no campo de esporte da escola).</p> <p>Se for instalar o estacionamento, é necessário manter a entrada de acesso dos veículos de carregamentos de alimentos e suprimentos, bem como veículos de emergência e ambulâncias.</p> <p>原則として、避難所敷地内（特に学校のグラウンド）への自家用車の乗り入れは禁止します。</p> <p>駐車場を設定する場合は、食料・物資の運搬車や救急車など緊急車両の進入路を確保するよう配慮が必要です。</p> |
| <p>⑫ Espaço para distração e relaxamento 遊戯室・サロン</p> | <p>É um lugar para atenuar o estresse das pessoas que estão no abrigo.</p> <p>避難者のストレスを緩和するための場所です。</p> |
| <p>⑬ O espaço exclusivo para as mulheres 女性専用スペース</p> | <p>É um espaço para as mulheres se sentirem amparadas.</p> <p>É um local que pode ser utilizado para a troca e amamentação, e iremos tornar o espaço um local para se sentir à vontade mesmo que a criança chore durante à noite.</p> <p>女性が安心できる空間です。</p> <p>授乳や着替え、子どもの夜泣きなどに安心して利用できるようにします。</p> |

- ✓ É proibido fumar nas dependências devido à divulgação que revisa parcialmente a lei que incentiva a saúde contra o tabagismo, conforme a política de prevenção dos equipamentos públicos de nossa cidade.
Todos os abrigos de refúgios são instalações públicas, portanto, como fumar é proibido nas instalações, será removido da "lista de ambientes necessários".
- ✓ 喫煙場所は、健康増進法の一部を改正する法律の成立に伴う、当市公共施設の受動喫煙防止対応方針により、敷地内禁煙となりました。
指定避難所は、全て公共施設であるため、敷地内禁煙とし「必要となるスペース一覧」から削除します。

Matéria relacionada ao contágio do novo coronavírus

新型コロナウイルス感染症 関連資料

～Sobre esta matéria～

～本資料について～

Esta matéria é um trecho das“diretrizes de gerenciamento do centro de evacuação com base na doença infecciosa pelo novo coronavírus de (julho de 2020)”formuladas pela Divisão das informações de crise da Prefeitura de Shizuoka.

As contramedidas das doenças infecciosas estão descritas no manual (edição comum) e nos materiais de referência, mas caso queira dar maior ênfase nas contramedidas, por favor consulte aqui.

この資料は、静岡県危機情報課が策定した「新型コロナウイルス感染症を踏まえた避難所運営ガイドライン（令和2年7月）」を抜粋したものです。

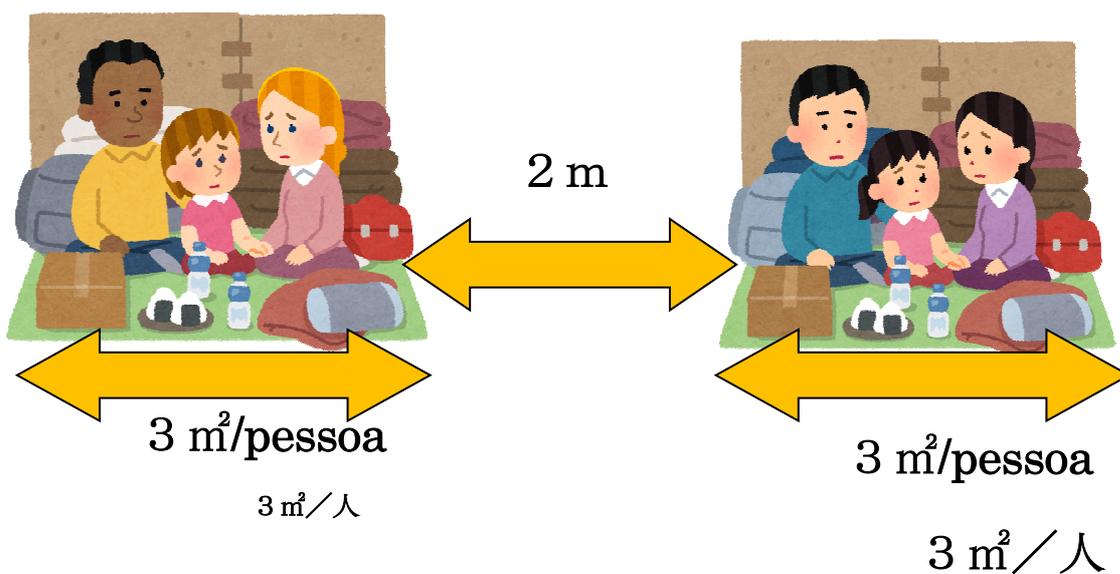
マニュアル（共通編）、参考資料にも感染症対策について記載していますが、感染症対策を重点的に確認する場合は、こちらをご覧ください。

1. Preparação Prévia 事前準備

① Preservando o seu espaço vital dentro do abrigo

避難所における居住スペースの確保

- Preserve o seu espaço evitando a regra dos 3 ambientes (lotado • aglomerado • fechado). Cada pessoa terá um espaço de vida de 3m^2 e um espaço cerca de 2m entre uma família e outra.
- 「3密」の回避を念頭においたスペースを確保します。避難者1人あたりの居住スペースを約 3m^2 、世帯と世帯の間隔を2m程度保つことを目安としましょう。
- Quanto a divisória, poderá ser mais alta que a altura da boca de uma pessoa sentada, e a distância entre o espaço de convivência entre um e outro deve ser de 2 metros.
- 座位で口元よりも高いパーテーションを使うなどして世帯スペースを区切ることができる場合は、2mの間隔を必要としないものとします。



② Supervisão dos suprimentos necessários 必要物資の整備

Manutenção dos equipamentos e suprimentos necessários para prevenir doenças infecciosas.

感染症防止に必要な資機材や備蓄品を整備します。

| | |
|--|---|
| <p>【Exemplo de materiais e equipamentos】【資 機材の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Termômetros sem contato ■ 非接触型体温計 | <p>【Exemplo de estoques】 【備蓄品の例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ Máscara マスク ■ Álcool desinfetante/sabão アルコール消毒 液・石鹼 ■ Luvas de plástico ビニール手袋 ■ Lenços umedecidos ウェットティッシュ ■ Toalha de papel ペーパータオル ■ Fita adesiva(curing tape) (para marcar a divisória de um espaço de distanciamento) 養生テープ (間隔を表示するため) |
|--|---|

③ Verificar o estado de saúde das pessoas que irão estruturar o abrigo
避難所を立ち上げる人の健康確認

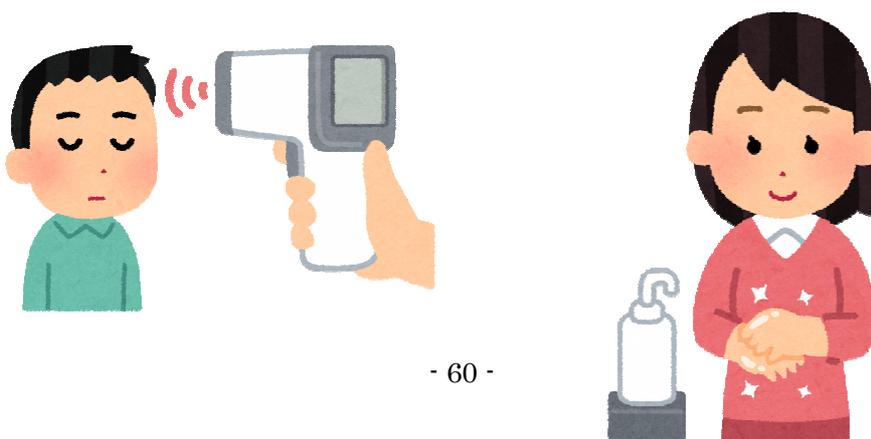
Antes de começar a estruturação, por favor verifique a situação de saúde das
pessoas relacionadas.

避難所を開設する前に、開設に関わる人の健康状態を確認しましょう。

2. A aceitação de pessoas no abrigo 避難者の受け入れ

① A realização de uma pré-entrevista 事前問診の実施

- Iremos instalar um local de boa ventilação para realizar a pré-entrevista. Haverá marcações com fitas adesivas para que entre os refugiados sejam mantidas uma distância de 2 metros
- 換気の良い場所に事前問診を行う場所を設置します。避難者が2 mの距離を保てるよう、養生テープなどで目印を付けましょう。
- Deve deixar preparados as máscaras e luvas descartáveis, e o álcool desinfetante.
- マスクや使い捨て手袋、アルコール消毒液等を準備します。
- A temperatura corporal deve ser medida, e a entrevista será feita conforme o questionário médico, sendo separadas em 3 categorias: 「abrigados gerais」, 「pessoas em más condições físicas tais como febres (incluindo contatos próximos)」
- 体温を測り、問診票に沿って問診を行い、「一般避難者」「発熱等体調不良者（濃厚接触者を含む）」の3種に選別します。
- Caso esteja enquadrado entre as 「pessoas em más condições físicas tais como febres (incluindo contatos próximos)」, devem ser feita as seguintes verificações abaixo.
 - ✓ Se o lar é o local seguro ou não.
 - ✓ Se é necessário consultas médicas ou não.
(caso for enquadrado como contato próximo).
 - ✓ O conteúdo da comunicação com o Centro de Saúde Público
(Responsável · instruções e outros)
- 「発熱等体調不良者（濃厚接触者を含む）」に該当した場合は、以下のことを確認しましょう。
 - ✓ 自宅が安全な場所であるか否か。
 - ✓ 医療機関を受診する必要があるか否か。
(濃厚接触者に該当した場合)
 - ✓ 保健所と連絡を取り合った内容（担当者・指示内容等）



② **Orientação sobre o espaço geral e o espaço exclusivo** 一般スペース及び専用スペースへの誘導

- Dependendo dos resultados da entrevista preliminar, iremos guiá-lo para o local do abrigo.
- 事前問診の結果に応じて、避難者用のスペースに誘導します。

【Espaço geral】 (Nenhuma anormalidade no resultado da entrevista) **【一般スペース】** (問診の結果、異常なし)

- Os entrevistados usarão a máscara, e farão o check-in na entrada do espaço geral.
- 対応者は、マスク等を装着し、一般スペースの入口で受付を行う。
- Reservar um espaço de 2m entre a convivência de cada família (se não for possível garantir o espaço de 2 m, separar o espaço com divisórias e outros)
- 世帯の居住スペースごとに、2mの間隔を確保する（2mを確保できない場合は、間仕切りなどで空間を区切る）。

【Espaço exclusivo】 (pessoas em más condições físicas, tais como febres, etc) **【専用スペース】** (問診の結果、発熱等体調不良者)

- Os enquadrados deverão usar a máscara e luvas descartáveis, e fazer os trâmites na recepção do espaço exclusivo.
- 対応者は、マスク、使い捨て手袋等を装着し、専用スペースの入口で受付を行う。
- Garantir o quarto particular caso possível (Caso não seja possível um quarto particular, dividir o espaço com divisórias).
- できるだけ個室を確保する（個室が確保できない場合は、間仕切り等で空間を区切る）。
- É desejável separar a linha de fluxo do espaço geral, como também separar o banheiro e a área para lavar as mãos.
- 一般スペースとの動線を分けるとともに、トイレや手洗い場も別の場所とすることが望ましい。

- Caso alguma pessoa de contato próximo venha a se abrigar, é necessário entrar em contato imediatamente com a sede de contramedidas de desastre da Prefeitura, e o Centro de Saúde Pública da região Oeste e outros para compartilhar e colaborar adequadamente nas informações.
- 濃厚接触者が避難してきた場合は、直ちに市災害対策本部及び西部保健所へ連絡するなど、適切に連携・情報共有を行いましょう。

| | 連絡先 |
|--|---|
| Sede de contramedidas de desastre da Prefeitura 市災害対策本部 | 【Telefone 電話】 576-4538 【FAX】 576-2315・576-1688 |
| Centro de Saúde e Higiene Pública da região oeste 西部保健所 | 【Telefone 電話】 0538-37-2521 【FAX】 0538-37-2224 |

3. **Contra-medidas para as doenças infecciosas dentro dos estabelecimentos de abrigo** 避難所における感染症対策

① **Contra-medidas básicas** 基本的な対策

- Deve deixar preparado vários recipientes de álcool desinfetante nas entradas e saídas, banheiros e outros dentro do estabelecimento do abrigo para que todos tenham o conhecimento de que deve desinfetar as mãos sempre que sai e entra no estabelecimento.
- アルコール消毒液を、避難所の出入口・トイレ周辺等に複数設置し、出入の際は必ず手指の消毒を行うよう周知してください。
- Por regra, deve ter a consciência de usar a máscara mesmo que não esteja tossindo (se houver alguma pessoa no abrigo que não possa usar a máscara por algum motivo, peça para preparar alguma outra alternativa preventiva). 咳などが出ていなくても、原則マスクを着用するよう周知してください (マスクを着用できない諸事情がある避難者がいる場合は、避難者自身で代替案を準備してもらいましょう)。

② **Contra-medidas contra doenças infecciosas durante a refeição**

食事における感染症対策

- Ao preparar as refeições, deve dividir a comida em porções para cada pessoa.
- 炊き出しを行う際は、1人分ずつ小分けにして配りましょう。
- Em caso de garantir o espaço comunitário para a refeição, é necessário tomar medidas para evitar infecções transmitidas pelo ar, tais como usar o espaço alternadamente, ou organizar os assentos.
- 共用の食事スペースを確保する場合は、順番制で利用したり、座席配置を工夫するなど、飛まつ感染を防ぐ工夫をします。

③ **Ventilação(purificação do ar) periódica** 定期的な換気

- É necessário ventilar regularmente o estabelecimento do abrigo, abrindo totalmente as janelas uma vez em cada 30 minutos.
- 30分に1回を目安に、避難所内の窓を全開にするなど、定期的な換気を実施する。
- Se tiver um ventilador ou um aparelho resfriador, por favor utilize os.
- 扇風機やスポットクーラーなどがあれば、活用しましょう。

④ **Desinfecção de ambientes e limpeza de locais utilizados coletivamente.** 共用箇所の清掃や消毒

- As pessoas que estão no abrigo devem cooperar para fazer a desinfecção regularmente em banheiros, lavatórios, corrimão de escadas, maçanetas de portas, interruptores e locais coletivos onde as pessoas relam frequentemente.
- トイレ、洗面所、階段手すり、ドアノブ、電灯スイッチなど、人がよく触れる共用箇所は、避難者が協力して定期的に清掃及び消毒を行う。



4. Gerenciamento da saúde dos refugiados

避難者の健康管理

① Realizar a verificação da temperatura corporal e da situação de saúde .

検温や体調確認の実施

- Vamos comunicar para as pessoas do abrigo os seguintes itens abaixo.
 - ✓ A própria pessoa deve medir e fazer a verificação da sua condição física e anotar
 - ✓ Caso estiver com febre e más condições físicas, por favor consultar a equipe do seguro, da higiene, equipe de gerenciamento do abrigo e os enfermeiros de saúde pública.

- 避難者に対し、以下のことを伝えましょう。
 - ✓ 自身で毎日検温及び体調管理を行い、記録すること
 - ✓ 発熱や体調不良が生じた場合は、保健・衛生班などの避難者運営スタッフや保健師等に相談すること
- Como resultado da consulta, se caso necessário, será orientado para se dirigir ao espaço exclusivo para as pessoas com febre e más condições físicas e seus familiares, e ao mesmo tempo contactar com o Centro de Saúde Pública.
- 相談の結果、必要な場合は、発熱等体調不良者及びその家族を専用スペースへ案内するとともに、保健所等に連絡する。

5. Atendimento e soluções para as pessoas do abrigo, com febre e más condições físicas
発熱等体調不良の避難者への対応

① Quando os sintomas se agravarem 症状が悪化した場合

- Caso agravem os sintomas das pessoas com febre e más condições físicas, deve direccionar para hospital imediatamente, e conforme o necessário ajudar no transporte.
- 発熱者等の症状が悪化した場合、速やかに医療機関等を案内し、必要に応じて搬送の補助を行ってください。
- Caso tenha suspeita da infecção do novo coronavírus, deve orientar para dirigir se ao Centro de consulta aos retornados ao Japão e consulta quando houver contato próximo, e se caso necessário ajudar no transporte.
- 新型コロナウイルス感染症が疑われる場合は、帰国者・接触者相談センターを案内し、必要に応じて搬送の補助を行う。

② Caso faça o teste de doença infecciosa

感染症検査を受ける場合

- Se a pessoa que estiver no abrigo for submetido ao teste do COVID-19, por favor seguir as instruções do médico sobre onde ficar e outros enquanto aguarda o resultado.
- 避難者が新型コロナウイルス感染症の検査を受ける場合、結果が出るまでの間、当該避難者の滞在場所等は、医師の指示に従う。

6. Como deve ser o atendimento quando a pessoa do abrigo testar positivo no teste do novo coronavírus.

避難者が新型コロナウイルス感染症陽性と判定された場合の対応

É necessário tomar medidas necessárias quando o resultado da pessoa de dentro do abrigo testar positivo no COVID-19.

検査の結果、避難者が新型コロナウイルス感染症陽性と判定された場合は、必要な措置を行う。

- ① Suspende o uso do quarto da pessoa que testou positivo.
陽性と判定された避難者が使用した部屋の使用を中止する。
- ② Sob a ordem do Centro de Saúde Pública é necessário desinfetar o espaço habitacional, corredores e outros.
保健所の指導のもと、居住スペースや廊下等を消毒する。
- ③ O período de suspensão do uso da instalação relacionada, será decidida com a base na recomendação do Centro de Saúde e Higiene Pública.
該当施設の使用中止期間は、保健所の助言を参考に決定する。