

English



# 2022 No.62 konnichiwa Useful Information

Seto City International Center  
Parti Seto, 3F Sakaemachi, Seto City 45  
8 : 30~17 : 15 0561-88-2790  
Closed on Sundays and public holidays  
<https://setocic.com>



## Disaster Countermeasure Checklist(self-help)

※ The items you need will differ based on your family structure and the region you live in. Have regular family meetings.



### Protect yourself

#### 【 When an earthquake is occurring】

- ① Keep away from furniture that could fall
- ② Move under a desk and protect yourself against falling objects
- ③ Don't rush outside

#### 【 ShakeOut】

- ① Crouch down
- ② Protect your head
- ③ Keep still



#### 【Safety measures in the house】

- Shatterproof glass
- Tip-resistant furniture
- Securing table ware

#### 【 When an earthquake stops】

- ① Fire prevention
  - Shut off the main gas valve
  - Disconnect any plugs from their sockets
  - Turn off the circuit breaker
- ② If a fire occurs, stay calm and extinguish it.
  - Use a fire extinguisher
- ③ Secure an escape
  - Open doors and windows

### Means of communication when cell and fixed-line phone service is limited

#### 【Emergency messaging service (171)】

※Voice message board is only available during times of major disaster

Directions for recording a messages ①Dial 171 ②Follow the voice guidance and press 1

③Enter your telephone number ④Record your message under 30 seconds

Directions for listening to another person's message

①Dial 171 ②Follow the voice guidance and press 2

③Enter the phone number of the person you would like check on ④A message plays

#### 【Disaster message board provided by mobile carriers 】

①Open disaster message board from your carrier's menu or application

Directions for posting a messages ②Choose "post" (登録 TOUROKU) ③Enter messages (up to 100 )

How to read a message ②Choose "read" (確認 KAKUNIN) ③Enter cell phone number of the person whom you would like to check on ④Read a message

In Japan, every year many regions experience disasters such as major earthquakes and floods. It is impossible to predict when a disaster will occur in your region. When disasters occur, first of all protect yourself and your family. In short, for self help, check preparations with your family and begin to plan for a disaster. ※ Check hazard maps created by cities, towns and villages, and find your nearest evacuation shelter and a safe route there

## ★Exchange Festival 2022 in Parti Seto International center room★

Get in touch with Chinese culture

Enjoy traditional Chinese opera and Chinese tea

October 8, 2022. (Saturday) 10:00a.m.~12:30p.m.  
multimedia room 4th floor, Parti Seto



español



**2022 No.62**  
**konnichiwa**  
**informaciones**  
**útiles.**

Centro Internacional de la Ciudad de Seto  
Parti Seto, 3F Sakaemachi, ciudad de Seto 45  
8:30~17:15 0561-88-2790  
Cerrado los domingos y festivos  
<https://setocic.com>



## Lista de chequeo de las medidas contra desastres (Versión para la autodefensa)

※ Los objetos necesarios varían según los integrantes de su familia y la región donde vive. Consulten con su familia diariamente



### Para protegerse

#### 【Durante el temblor】

- ① Aléjese de los muebles que tengan peligro de caerse
- ② Escóndase debajo de las mesas para protegerse de las cosas que se caen
- ③ No salga de los edificios

#### 【Shake out】

- ① Agáchese
- ② Protéjase la cabeza
- ③ Quédese quiet



#### Las medidas para la seguridad en casa

- Evitar la dispersión de los fragmentos de vidrio
- Evitar la caída de los muebles
- Evitar que salgan las vajillas de la vitrina

#### 【Después de que cese el temblor】

- ① Prevención de incendio
  - Cierre la llave del gas
  - Arranque el enchufe
  - Apague el cortacircuitos de electricidad
- ② Si prenda fuego, apáguelo con calma
  - Utilice un extintor
- ③ Asegure la salida
  - Abra las puertas y las ventanas

### Método de contacto utilizable cuando hay restricción en la línea telefónica del teléfono de la casa y móvil

#### 【Servicio telefónico de mensajes para desastres 「171」】

※ Un tablón de voz que empieza su servicio cuando ocurre un desastre de gran escala

**Cómo 'grabar' mensajes** ① Marque 「171」 ② Siga a la voz y marque 「1」 ③ Marque su número de teléfono ④ Grabe el mensaje (Hasta 30 segundos)

**Cómo 'reproducir' mensajes** ① Marque 「171」 ② Siga a la voz y marque 「2」 ③ Marque el número de teléfono de la persona que quiere saber su seguridad ④ El mensaje se reproduce

#### 【'Tablón de mensajes para desastres' administrado por cada empresa telefónica】

① Abra el tablón de mensajes para desastres desde el menú principal de cada empresa.

**Cómo 'registrar' mensajes** ② Seleccione 「登録 TOUROKU」

③ Escriba mensaje (Hasta 100 letras por máximo)

**Cómo 'leer' mensajes** ② Seleccione 「確認 KAKUNIN」

③ Marque el número de teléfono de la persona que quiere saber su seguridad ④ Ler a mensagem

Todos los años ocurren desastres en varios lugares en Japón, como terremoto de gran escala, daños causados por el viento e inundaciones. Nadie sabe cuándo ocurrirá un desastre en la región donde vive. Cuando ocurra, ante todo para protegerse usted mismo y a su familia, en otras palabras, para su propia defensa, confirme la reserva de la familia y empiece a prepararse contra el desastre. ※ Confirme el mapa de desastre preparado en cada municipalidad, compruebe su lugar de refugio y el camino seguro hasta ahí.

#### ★ Fiesta de Intercambio Cultural 2022 em Parti Seto ★

¡Ven y disfrute la cultura china!

¡Disfrute la ópera de Pekín y el té chino tradicional!

Fecha y hora: 8 de octubre de 2022 (sábado) 10:00 a 12:30

Lugar: Sala del Centro Internacional

Multimedia Room • Parti Seto 4F



Portuguê



**2022 No.62**  
**Konnichiwa**  
**olá**  
**Informação útil**

Centro Internacional da Cidade de Seto  
Parti Seto, 3F Sakaemachi, Seto City 45  
8:30~17:15 0561-88-2790 <https://setocic.com/>  
Fechado aos domingos e feriados



## Lista de checagem das medidas de prevenção contra desastres naturais (Prevenção própria)

※ As necessidades variam dependendo da composição da sua família e da região onde mora.

Vamos discutir entre os familiares no dia a dia.



### Proteger-se por conta própria

#### 【 Durante o tremor 】

- ① Afastar-se dos móveis e objetos que possam tombar
- ② Esconder-se em baixo da mesa para proteger-se os objetos que caem
- ③ Não sair para fora de casa

#### 【 Treinamento de ShakeOut 】

- ① Manter o corpo abaixado
- ② Proteger a cabeça
- ③ Ficar parado



#### 【 Depois do tremor parar 】

- ① Prevenção de incêndio
  - Fechar a chave de energia elétrica
  - Tirar os fios da tomada
  - Desligar o tonte de energia elétrica
- ② Se pegar fogo, apagar
  - Utilize extintor e outros
- ③ Para garantir a saída
  - Abrir a porta e janela

### Medidas para segurança dentro de casa

- Prevenção de espalçamento de vidros
- Prevenção para os móveis não tombarem
- Prevenção para louças não caírem

### Meio de contato eficiente no caso das linhas de telefone celular ou fixo ficarem

#### 【 171 Número para mensagem de desastres naturais 】

※ Mensagem de voz que poderá ser ouvido, quando acontecer um grande desastre

**【 Modo de gravar a mensagem 】** ① Disque 171 ② Digite a tecla 1 através de instruções ③ Digite seu próprio número do telefone ④ Grave a mensagem (até 30 segundos)

**【 Modo de ouvir a mensagem 】** ① Disque 171 ② Digite a tecla 2 através de instruções ③ Digite o número do telefone desejado ④ A mensagem poderá ser ouvida

#### 【 Mensagem para Desastres das operadoras de telefone 】

① Acesse a página SAIGAIYO DENGONBAN pela página principal de cada operadora

**【 Como gravar a mensagem 】** ② Selecione 登録 TOUROKU (gravar) ③ Cadastre a mensagem desejada (de até 100 letras)

**【 Como ler a mensagem 】** ② Selecione 確認 KAKUNIN (confirmar)

③ Digite o número do celular da pessoa de quem deseja ler a mensagem ④ Ler a mensagem

Todos os anos em várias regiões no Japão tem acontecido desastres naturais de grande escala como terremoto, Tsunami, tufão e chuva torrencial. Há risco de ocorrer desastres em qualquer momento na região onde você mora. Para proteger você e sua família, e para sua própria proteção, para quando acontecer o desastre natural, faça a checagem dos itens necessários junto com a família. Vamos começar a nos preparar o desastre natural.

※ Confira o mapa de risco (Hazard Mapa) feito pela prefeitura, verifique o trajeto seguro para o local do refúgio.

### ★ Festa de Intercâmbio Cultural 2022 em Parti Seto ★

Venha conhecer a cultura chinesa!

Apreciar a ópera de Pequim e o tradicional chá chinês!

Dia e horário: 8 de outubro de 2022 (sábado) Das 10h às 12h30

Local: Salão do Centro Internacional

Parti Seto 4º andar Multimedia Room (Salão Multimedia)





# 2022 第62期 有用的信息你好

瀬戸市国際中心  
瀬戸市栄町 45 パルティセと 3F 8:30~17:15  
0561-88-2790 <https://setocic.com/>  
星期日及公众假期休息



## 灾害对策检查表（自助编）

※ 所需物品 根据各自的家庭结构及所住区域而不同。 日常生活中家庭成员之间应频繁交流。

### 身体自己保护

#### 【发生摇晃的时候】

- ①迅速从具有倒塌危险的家具等物品处跑开
- ②躲藏在桌子等物品的下方以防止由
- ③不要匆忙跑至屋外

#### 【 Shake Out 】

- ①身体保持底姿势状态
- ②保护住头部
- ③尽量保持身体不要动荡



#### 【晃动停止后】

- ①避免发生火灾
  - ・关闭煤气的总开关
  - ・拔掉插座 ・关掉总电闸
- ②如果发生火情的话，
  - ・充分有效地使用灭火器灭火
- ③确保逃离出口通道
  - ・打开门窗



### 家庭内部的安全对策

- 防范玻璃破损而出现飞散  防范家具倾倒  固定好碗柜里的餐具不要发生滑落

### 手机，固定电话无法接通时的，有效联络方法

【灾害用的留言电话号码“171”】 ※发生很大的灾害时开始的使用的留言板

#### 留言的录音方法

- ①请拨打“171”
- ②按照声音引导按“1”号键
- ③输入自己的电话号码
- ④录音口信（30秒之内）

#### 听对方留言的方法

- ①请拨打“171”
- ②按照声音引导按“2”号键
- ③输入你要确认平安的对方的电话号码
- ④ 对方的留言被播放出来

#### 【各手机公司在发生火灾时的留言板的阅读方式】

- ①通过各手机公司的网络主页进入“灾害用留言板”

登录留言的方法 ②点“登录”键 ③输入留言（100个字之内）

看留言的方法 ②点“确认”键 ③输入你要确认平安的对方的电话号码 ④看留言

日本每年在各地都会发生大型的地震或风水等灾害。您所住的区域也可能会随时发生各种灾害。发生灾害时，首先为了保护自己以及家人的性命，也就是为了“自助” 请日常做好家庭成员之间的相互监督和检查，积极地做好预防工作。 ※根据当地政府机关（市镇村）制作的避难地图，确认避难场地及其安全 到达的方法。

## ★交流フェスタ a 2022 in パルティセと★

### 国际中心室

～来体验中国文化吧～ 享受中国传统戏曲和中国茶!!

2022年10月8日 星期六 10:00-12:30

パルティセと 4F マルチメディアルーム





せ と し こ く さ い 瀬戸市国際センター せ と し さ か え ま ち 瀬戸市栄町45 パルティせと3F 0561-88-2790

にちようび しゆくじつ やす お休み 日曜日・祝日



さいがいたいさく 災害対策チェックリスト (自助編)

※何を必要とするかは、家族構成やお住まいの地域によっても異なります。日頃から家族で話し合ひましょう。



じぶん み まも 自分の身を守る

【ゆれているとき】

- ① 転倒の恐れのある家具等から離れる
② 机の下などに隠れ、落下物から身を守る
③ 屋外に飛び出さない

【シェイクアウト】

- ① しせいをひくく
② あたまをまもり じっとする

【家の中の安全対策】

- ガラス飛散防止 □ 家具の転倒防止
□ 食器の飛び出し防止

【ゆれがおさまったら】

- ① 出火防止 ・ ガスの元栓を閉める
・ コンセントをぬく ・ 電気ブレーカーをおとす
② 火がでたら落ち着いてけす ・ 消火器等の活用
③ 脱出口確保 ・ ドア・窓を開ける



けいたいでんわ こていでんわ 携帯電話・固定電話の回線規制時に有効な連絡手段

【災害用伝言ダイヤル「171」】 ※大規模な災害発生時に 開始される声の伝言板。

伝言の「録音」方法 ①「171」をダイヤル ②音声ガイドに従い「1」をおす ③自分の電話番号を入力
④伝言を録音する(30秒以内)

伝言の「再生」方法 ①「171」をダイヤル ②音声ガイドに従い「2」をおす

③安否確認したい方の電話番号を入力 ④伝言が再生される

【携帯各社の災害用伝言板】

① 各社のトップメニューから「災害用伝言板」をきく

伝言の「登録」方法 ②「登録」を選択 ③伝言を入力(最大100もじまで)

伝言の「確認」方法 ②「確認」を選択 ③安否確認したい方の携帯電話番号を入力 ④伝言を見る

日本では、毎年各地で大規模な地震や風水害などの災害が発生しています。あなたの地域でもいつ災害が起こるかわかりません。災害が起きたとき、まず、自分や家族の命をまもるため、つまり「自助」のために、ご家族での備えをチェックし、災害に備えること。

※市町村で作成しているハザードマップを確認して避難場所 及び そこまでの安全な経路等も確認しましょう。

★交流フェスタ2022 in パルティせと 国際センターの部屋 ★

～中国の文化に触れよう～ 伝統文化の京劇と中国茶を楽しもう!!

2022年10月8日(土) 10:00 ~ 12:30

パルティせと 4F マルチメディアルーム

