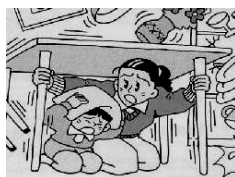


**スペイン語**

# TERREMOTO



Los terremotos son frecuentes en Japón. Es una terrible experiencia para los que se encuentran con ello por vez primera. Si usted actúa correctamente puede evitar muchos daños. Si está preparado para cuando ocurra un terremoto, usted y su familia pueden salvarse.

Qué debemos hacer cuando ocurre un terremoto?

**Primera cosa. Terremoto! Escondarse debajo de una mesa o escritorio.**

1. Si siente alguna sacudida, escóndase debajo de una mesa o escritorio.
2. Si esto no es posible, cubra su cabeza con un cojín o almohada.

**Salida de Seguridad. Si siente algún movimiento o sacudida abra la puerta o ventana por donde sea fácil escapar.**

**No salga fuera rapido. Procure estar tranquilo y sereno si las sacudidas son fuertes y mire a su alrededor para ver como salvarse.**

Los grandes movimientos no suelen durar más de 1 minuto. No salga fuera hasta que el terremoto haya terminado. Esté atento a la caída de muebles u otros objetos que puedan hacerle daño al caer.

**Evitar el fuego! Ello es causa de desastre. Lo primero es la seguridad, luego cerrar todas las llaves de gas, circuito de luz, etc.**

1. Acostúmbrese a cerrar todas las llaves de gas de la cocina y estufas.
2. Cerrar la llave principal de entrada del gas y desenchufe todos los artefactos eléctricos.
3. Antes de salir de la casa cierre la llave general de electricidad. (Si usted escapa de su casa dejando algunos artefactos eléctricos enchufados como por ejemplo una plancha, ello sera causa de un segundo desastre.)

**En caso de fuego. Asegúrese de que no hay peligro para usted y entonces trate de apagar el fuego.**

1. Si comienza un fuego, trate de apagarlo con cubos de agua o con un extinguidor. (Tenga preparado un extinguidor, un balde y reserve agua en la bañera).
2. Grite que hay fuego y pida ayuda a sus vecinos. Procure apagar un fuego pequeño con la ayuda de sus Vecinos

**Cuando usted está afuera. No camine por caminos estrechos, paredes de cemento, precipicios u orillas del río.**

1. Si usted camina por un camino estrecho o cerca de la pared, cuídese de objetos que le puedan caer encima o paredes que puedan derrumbarse.
2. Tenga cuidado con el desmoronamiento de la tierra cerca de los precipicios de las orillas del río. Los terremotos dejan siempre debilitado el terreno.

**Cuando usted sale del refugio. Usted tiene que salir a pie solo con lo necesario.**

(Tenga preparadas las cosas necesarias) la foto siguiente le indica las cosas que puede necesitar

**INFORMATION**

**COSAS QUE DEBEMOS TENER PREPARADAS PARA CASO DE EMERGENCIA**

Debemos tener preparado un mínimo de cosas para vivir en un refugio, incluyendo algunas medicinas y cosas para primeros auxilios. (Podemos proporcionarle un libro "Jishin ni jishin", supervisado por la Oficina de Terremotos, la Agencia de Terremotos y Desastres del Ministerio del Interior y de Correos y Comunicaciones. Si está interesado. Llámenos: Tel. 049-275-0370



(Inkan sello, Libreta de cuenta corriente, linterna, Vela, Guantes, Cuchillo, Agua, Radio, Pilas, Dinero, Encendedor, Abre latas, Leche, biberón, pañales desechables, Alimento, Botiquín de primeros auxilios, Ropa, Casco)

**Aumente el número de sus amigos**

*El Club Internacional de Fujimino "Wai-Wai", necesita voluntarios.*

juegos para disfrutar y aprender culturas multi-nacionales y profundizar en el mutuo conocimiento, durante todo el año. Necesitamos voluntarios, especialmente extranjeros residentes. Si usted está interesado en las actividades de este Club, venga y disfrute con nosotros. **049-275-0370**

También los niños de cualquier nacionalidad sueñan con participar en el Club "Wai-Wai". Ha cantidad de

●Aumente el numero de sus amigos en el mundo. Programa●	
6/12	Te gusta la Gyozuza?
7/10	(Práctica de bomberos)
8/6,7,8	Yoo-hoo Bandai! (Campamento en el cerro de Bandai)
9/11	Vamos a Hidaka (Excursión)
10/9	Día de Deportes en otoño (Encuentro Internacional de deportes)
11/13	Preparándonos para el Bazar N° 7.
12/11	Bazar Internacional

**DEJE SU PROBLEMA EN NUESTRAS MANOS**

Si usted tiene algún problema y no tiene con quien hablar sobre ello y si esto le preocupa demasiado y le deprime venga al Centro de Ayuda a los Extranjeros residentes (FICEC), le aconsejaram apropiadamente. Todos los meses nos visita un buen número de extranjeros. No tienen que pagar nada. Llámenos: **049-253-7744**

**DAMOS LA BIENVENIDA A LOS QUE DESEEN FORMARSE PARA TRABAJA EN LAS CASAS**

El Centro Cultural y de Intercambio de Fujimino está planeando empezar un curso de Formación para personas que deseen trabajar en casas particulares. (Cuidados de personas mayores, enfermos, etc ) Teniendo preparación y licencia es más fácil encontrar trabajo. Nuestros empleados desean ayudarles para que puedan conseguir esta licencia. Pueden asistir hombres y mujeres. No hay límite de edad. Si está interesada llámenos: **049-275-0370**