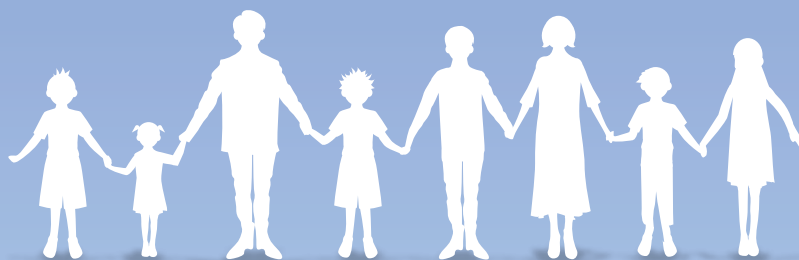


Versión de educación media superior

Guía para la Prevención de Desastres Naturales

~ Qué debemos hacer cuando hay un desastre natural ~



Comité Educativo de la Prefectura de Mie

A todos los estudiantes de educación media superior



Destrucción producida en la ciudad de Owase
(fotografía ofrecida por: Kanenori Ohta)

En la prefectura de Mie, se producen repetidamente grandes terremotos con una periodicidad de entre 100 y 150 años, y la probabilidad de que se produzca un seísmo en la fosa de Nankai en los próximos 30 años es elevada, estimándose en un rango aprox. de 60 a 90% o más. Se dice que los daños como consecuencia de un terremoto de la fosa marina de Nankai pueden llegar a ser más devastadores que los que se produjeron como consecuencia del Gran Terremoto de Higashi Nihon, y se estima que los daños personales que pueden producirse, solo en la prefectura de Mie, llegarían a las cincuenta mil personas.

Y no solo se trata de terremotos, cada año están ocurriendo daños como consecuencia de diversos desastres naturales relacionados con el agua y el viento, así tenemos tifones y lluvias torrenciales como el tifón Vela (bahía de Ise) o las inundaciones de la península de Kii.

Con el fin de que podamos protegernos todos por nosotros mismos de este tipo de desastres naturales, rogamos que estudiéis detenidamente la guía para la prevención de desastres naturales.

Además, acerca de la prevención de los desastres naturales, rogamos que habléis con vuestros amigos y con la familia sobre la "prevención diaria que tenemos que hacer".

Y, en caso de un desastre, esperamos que ayudéis a las personas que tienen más dificultades durante los desastres naturales y que contribuyáis realizando las actividades que sean necesarias en vuestra localidad.



Daños producidos por el Gran Terremoto de Higashi Nihon

A todos los padres, tutores y responsables de los menores:

Para poder proteger adecuadamente la vida de los niños ante diversos desastres naturales, como por ejemplo ante un movimiento sísmico de la fosa marítima de Nankai, que es posible que se produzca en un futuro próximo, ante los tifones que cobran año tras año mayor fuerza y ante las lluvias torrenciales, es muy importante que estos sean más conscientes sobre lo importante que es la prevención de los desastres naturales, y que desarrollen los conocimientos y las capacidades necesarias.

Con ese fin, es necesario que las personas alrededor de los menores se conciencien más sobre la prevención de los desastres naturales y que llevemos a cabo las medidas de prevención en casa de manera adecuada y suficiente.

Por eso, hemos pensado que es conveniente que cuando los niños cojan esta guía piensen sobre sus contenidos junto con sus padres, etc., para que la familia, en conjunto, sea más consciente sobre las medidas de prevención, y para que estas medidas de prevención de nuestras casas y de la región puedan prepararse adecuadamente.

Si incrementamos el número de personas de la región que es más consciente sobre las medidas de prevención, esto se traducirá en una mayor capacidad local para prevenir los desastres naturales.

Rogamos que lean atentamente junto con los niños esta guía y que utilicen la información contenida en la misma.



Índice

1. Si ocurre un gran terremoto en la escuela durante el descanso

- (1) ¿Qué peligros hay dentro de la escuela? 3
- (2) Al refugiarnos ¿con qué tenemos que tener cuidado? 4
- (3) Cosas que has aprendido en los simulacros o prácticas de evacuación 4

2. Si ocurre un gran terremoto cuando estamos en casa

- (1) ¿Qué peligros hay dentro de casa? 5
- (2) Para proteger a nuestras familias y a nosotros mismos 6

3. Si ocurre un gran terremoto cuando estamos fuera de casa

- (1) ¿Qué peligros hay fuera de casa y cómo podemos evitarlos? 7
- (2) Lugares seguros y rutas para refugiarte que hay en el camino entre tu casa y la escuela 8
- (3) Si ocurre un gran terremoto en un lugar al que hayamos ido de viaje 8

4. Si se aproxima un tifón

- (1) Elaboremos un plan de acción como prevención 9
- (2) Refugiémonos con rapidez 10
- (3) Si tenemos dificultades para volver a casa 10

5. Si se produce un gran viento o inundaciones repentinas

- (1) Qué hacer para protegernos de los tornados, de las lluvias torrenciales y de los rayos 11

6. Labores para la recuperación de la normalidad de los daños producidos por el viento y la lluvia

- (1) Tipos de actividades y procedimientos de recuperación 12

7. Si tenemos que hacer la vida en un refugio

- (1) ¿Qué cosas puedes hacer para ayudar en el refugio? 13
- (2) Si tu escuela se convierte en un refugio 13

8. Colaboremos para lograr un futuro mejor

- (1) Acerca de las actividades de los voluntarios durante los desastres naturales 15
- (2) Dejemos constancia de los desastres naturales e informemos fuera de la escuela 15

9. Participemos en las actividades de prevención de desastres naturales de nuestra región

Documentos

- (1) Previsión de los daños que se pueden producir por un terremoto de la fosa marina de Nankai 17
- (2) Información meteorológica para la prevención de desastres naturales 18
- (3) alerta especial 18

Libro de Ejercicios (libro separado)

- ① Eliminar los peligros potenciales que haya en casa
- ② Debemos comprobar el tipo, la cantidad y el lugar en donde tenemos las provisiones
- ③ Comprueba la ruta que vas a seguir para llegar al refugio desde casa
- ④ Decidamos a dónde va a ir cada miembro de la familia para poder ponernos en contacto con facilidad

1

Si ocurre un gran terremoto en la escuela durante el descanso



(1) ¿Qué peligros hay dentro de la escuela?

En los terremotos que han ocurrido hasta ahora en diferentes escuelas, se han producido los siguientes daños que puedes ver en las fotografías de la derecha.

Piensa qué tipo de peligros puede haber en tu escuela y después escríbelos. Escribe también cómo piensas que se pueden evitar esos peligros.



Fotografía ofrecida por: Ministerio de Educación y Ciencia



Fotografía ofrecida por: Ministerio de Educación y Ciencia



Fotografía ofrecida por: Ministerio de Educación y Ciencia



Fotografía ofrecida por: Ministerio de Educación y Ciencia



Fotografía ofrecida por: Ministerio de Educación y Ciencia

Lugar	Peligro potencial	Cómo evitar el peligro
Ejemplo: Cerca de la red de protección que hay en el límite del campo de deportes	Ejemplo: Se cae como consecuencia de los temblores sísmicos	Ejemplo: Hay que alejarse inmediatamente de la red e ir al centro del campo

[Pistas] Te recomendamos que clasifiques los tipos de peligros para que de esta forma se te haga más fácil escribir la lista. Por ejemplo, puedes clasificar las causas de los peligros en: interiores (daños en la escuela, etc.) y exteriores (tsunamis e incendios). También puedes clasificar los peligros por su tipo: caída de objetos (estanterías, zapateros, etc.), caída de objetos desde arriba (caída de materiales del techo, lámparas, etc.) e incendios (cocinas, laboratorios, etc.).

¡Hablemos!
Hablemos sobre qué medidas de prevención de terremotos son necesarias en tu escuela.

(2) Cómo protegernos de los peligros que pueden ocurrir en la escuela

① En tu escuela ¿dónde habéis decidido refugiarnos y qué ruta vais a seguir para hacerlo?

② En el camino al refugio ¿qué peligros hay y con qué tenéis que tener cuidado?

● ¿Cuántos minutos se tarda hasta el refugio? (minutos)

※ Si hay peligro de que venga un tsunami, primero protégete de los temblores y después vete sin tardanza a un lugar alto para ponerte a salvo.

(3) Cosas que has aprendido en los simulacros o prácticas de evacuación

① Por favor, escribe las diferencias que has encontrado entre los planes para refugiarse y la práctica real en caso de evacuación, escribe también las diferencias entre las cosas que imaginaste en el punto número (2) y lo que has visto en la práctica real. Además, también te pedimos que escribas las cosas que son importantes recordar.

② Basándote en el punto 1 descrito arriba, por favor escribe los elementos que crees que deben mejorarse.

Si alguien, de repente, se sintiera indispuerto...

Método de reanimación cardiopulmonar

Es el primer método de ayuda que podemos realizar de comprensión torácica para una persona que parece que no respira y que se ha sufrido una parada cardiaca. Para evitar daños secundarios comprobaremos que está en un lugar seguro y que los alrededores no son un peligro.



Primero, daremos golpecitos en el hombro de la persona y preguntaremos al oído "¿está bien?". Antes de comenzar, comprobaremos si la persona ha perdido el conocimiento.

AED

Es un dispositivo de emergencia que se coloca en una persona que ha sufrido una fibrilación ventricular (es un trastorno en el que los músculos del corazón del paciente se contraen irregularmente y no pueden bombear la sangre a todo el cuerpo de forma adecuada) para hacer que recupere el movimiento cardiaco mediante descargas eléctricas.



Primero, si el paciente tuviera el cuerpo mojado le secaremos. Guardaremos la calma y seguiremos los pasos que nos indica el desfibrilador o DESA (mensajes auditivos).

¿Sabes el lugar donde hay un desfibrilador externo semiautomático (DESA)?

2

Si ocurre un gran terremoto cuando estamos en casa



(1) ¿Qué peligros hay dentro de casa?

Aun en caso de que los edificios de las casas no se caigan como consecuencia de los temblores sísmicos, hay casos en los que los habitantes de esos edificios tienen que enfrentarse a diversos peligros.

Mira la fotografía y los dibujos, piensa qué tipo de peligros puede haber en tu casa y después escríbelos. Escribe también cómo piensas que se pueden evitar esos peligros.

Lugar	Peligro potencial	Cómo evitar el peligro
Ejemplo: Mi habitación	Los cristales de las ventanas pueden romperse y salir volando. Las estanterías de libros que no estén sujetas se caen al suelo.	Colocando películas plásticas de protección en los cristales de las ventanas. Sujetando las estanterías de los libros a las paredes mediante correas o sujeciones metálicas.



Fotografía ofrecida por: Ciudad de Higashimatsuyama



Fotografía ofrecida por: Ciudad de Higashimatsuyama



Fotografía ofrecida por: Ciudad de Higashimatsuyama



Fotografía ofrecida por: Ciudad de Higashimatsuyama

¡Hablemos!

De acuerdo con la Encuesta prefectural sobre la percepción ciudadana en materia de prevención de catástrofes 2024 (prefectura de Mie) publicada en junio de 2025, solo el 27% de la población afirmó haber asegurado los muebles y otros objetos con riesgo de caída. Analicemos por qué no toman contramedidas, a pesar de estar conscientes de que existe peligro.

(2) Para proteger a nuestras familias y a nosotros mismos

① Cuando ocurre un gran terremoto, dentro de casa es probable que pasen las siguientes cosas que describimos debajo. Por favor, dinos qué cosas piensas que debes hacer para proteger a tu familia.

Qué ha pasado dentro de casa	Qué cosas debemos hacer
La pared se ha deformado y la puerta de la habitación de la abuela no se puede abrir por lo que ésta no puede salir de la habitación.	Ejemplo: Llamamos a la abuela y comprobamos su estado. Con la ayuda de los miembros de la familia se rompe la puerta y se rescata a la abuela. Nos preparamos para refugiarnos.
La estufa se ha caído al suelo y el agua de la tetera que estaba encima se ha derramado sobre la pierna de mi padre y se ha quemado.	
Los cristales y la vajilla de la casa se han roto y sus trozos se han desparramado por todas partes. Los muebles también se han caído e impiden que pasemos.	
Escribamos también qué otras situaciones pueden ocurrir.	

② ¿A dónde habéis decidido ir para refugiarnos en vuestra casa?
¿En qué cosas tenéis que poner atención cuando vais a refugiarnos?

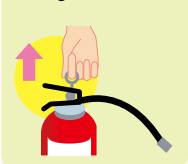
Si ocurre un incendio...

- Cuando se produce un incendio, este genera gases tóxicos como por ejemplo monóxido de carbono, por este motivo para protegernos del humo deberemos colocarnos un pañuelo o elemento similar sobre la boca y la nariz, y una vez hecho esto, deberemos escapar agachándonos todo lo posible.
- Debemos ceder el paso a las personas que necesitan ayuda para la evacuación, como por ejemplo las personas mayores, los niños, etc.
- Cuando hayamos llegado a un lugar seguro, no intentaremos volver a casa.
- Si parece que el fuego se va a extender, iremos al parque, etc., para ponernos a salvo.

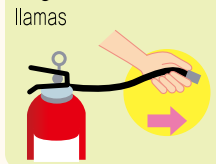


Modo de empleo de un extintor contra incendios

① Retira la arandela de seguridad



② Suelta la manguera y dirígela al foco de las llamas



③ Aprieta la palanca con fuerza



Con un extintor podemos apagar un fuego que todavía no se ha extendido a las paredes y al techo.



Medidas

Piensa de antemano qué provisiones de emergencia debéis llevar la familia y prepáralas. Comprueba, si es posible, varios posibles refugios y caminos para ir a refugiarnos.

3

Si ocurre un gran terremoto cuando estamos fuera de casa



(1) ¿Qué peligros hay fuera de casa y cómo podemos evitarlos?

Por favor, escribe sobre los peligros que hay en los lugares por los que vas frecuentemente o en el camino entre tu casa y la escuela. Mira las fotografías y escribe también cómo crees que se pueden evitar esos peligros.

Lugar	Peligros potenciales	Cómo evitar los peligros
Ejemplo: Estación de XXX	<ul style="list-style-type: none"> · Las personas se ponen nerviosas, se concentran en la salida de la estación y no me dejan salir. · Me puedo caer a las vías del tren. 	<ul style="list-style-type: none"> · Me acerco a lugares donde hay grandes columnas o a lugares amplios y espero hasta que paren los temblores.



Fotografía ofrecida por: Ciudad de Higashimatsuyama



Fotografía ofrecida por: Ciudad de Urayasu

¡Hablemos!

De acuerdo con la Encuesta prefectural sobre la percepción ciudadana en materia de prevención de catástrofes 2024 (prefectura de Mie) publicada en junio de 2025, el porcentaje de los encuestados que respondió "haber tenido sensación de crisis cuando se produjo el Gran Terremoto del Este de Japón, disminuyendo con el paso del tiempo, pero que había vuelto a aumentar debido a los frecuentes terremotos de los últimos años" se incrementó de forma significativa del 23.9% registrado el año anterior al 50.8%. El terremoto de la península de Noto, ocurrido en enero de 2024, nos hizo volver tomar conciencia de la importancia de la prevención de desastres, por lo tanto, hablemos de lo que pueden hacer los estudiantes de secundaria superior para mantener su sentido de la crisis.

(2) Lugares seguros y rutas para refugiarte que hay en el camino entre tu casa y la escuela

Por favor, escribe los "lugares que crees que son seguros" que hay cerca del camino entre tu casa y la escuela. Escribe también las razones por las que crees que son seguros.

Lugar	Razones por las que crees que es un lugar seguro	¿Qué harás una vez llegues a ese lugar seguro?
Ejemplo: Aparcamiento de la fábrica de XXX.	Es amplio y no hay nada alrededor.	Iré a la escuela de XXX que hay cerca.

※Si vas a la escuela utilizando los medios de transporte públicos (tren, autobús, etc.) ,dinos cuál es el medio de transporte público que más utilizas y responde a las preguntas de abajo.

Nombre del medio de transporte que más utilizas	Comprueba qué debes hacer si ocurre un terremoto mientras utilizas ese medio de transporte	¿Qué harás una vez que haya pasado el peligro?

Pistas

Dependiendo del peligro tenemos que buscar protección de una manera diferente. Los lugares seguros cambian dependiendo de si se trata, por ejemplo, de un tsunami o un terremoto. Si hay peligro de que venga un tsunami, primero protégete de los temblores y después vete sin tardanza a un lugar alto para ponerte a salvo.



Medidas preventivas

Cuando ocurra un desastre natural de grandes proporciones las comunicaciones quedan limitadas, utilicemos el Servicio de Mensajes Telefónicos para Desastres Naturales (171) (Saigaiyo Dengon Dial). Hablemos todos los miembros de la familia sobre los lugares en los que pensamos refugiarnos y la manera en la que nos podemos poner en contacto mutuo en caso de que se produzca un desastre.

(3) Si ocurre un gran terremoto en un lugar al que hayamos ido de viaje

Si ocurre un gran terremoto en un lugar al que hemos ido de visita en un viaje de estudios, en un viaje de actividades con el club escolar o en un viaje con otros fines, ¿qué debemos hacer? Piensa qué debes hacer para poder regresar a casa sano y salvo.






4

Si se aproxima un tifón

(1) Elaboremos un plan de acción como prevención

Es muy importante planear de antemano y con claridad qué debemos hacer, cuándo y de qué manera para poder responder con rapidez y exactitud antes de que se produzca un desastre natural. Por favor, escribe en la tabla de abajo las acciones que debes tomar en caso de que se produzca un tifón.

Dependiendo del tamaño y fuerza de los tifones es posible que cambie la información sobre los tifones, la información sobre el tiempo y sobre los refugios.

	Información sobre tifones y sobre el tiempo Fenómenos naturales que pueden ocurrir	Información sobre evacuación y refugio	Acciones que debes realizar
5 días antes		Se produce un tifón Es posible que el tifón toque tierra	Lugar en el que estás ()
3 días antes		Grandes olas Fuertes vientos Información de advertencia sobre fuertes vientos y olas	
1 día antes		Grandes lluvias Información de advertencia sobre fuertes vientos y olas Información de advertencia sobre inundaciones	
Medio día antes		Flujo de lodos Alerta sobre grandes lluvias e inundaciones Información de advertencia sobre inundaciones	Nivel de alerta 3 Evacuación de personas mayores, etc.
0 horas		Tempestad Marejada ciclónica Inundaciones Alerta sobre marejada ciclónica Alerta especial sobre marejada ciclónica	Nivel de alerta 4 Orden de evacuación
Medio día después		Se produce el desastre natural Alerta especial sobre grandes lluvias Información sobre la producción de inundaciones	Nivel de alerta 5 Medidas de seguridad inmediata

(2) Refugiémonos con rapidez

El alcalde de la ciudad puede emitir una orden de evacuación cuando es probable que el río se desborde debido a las fuertes lluvias causadas por un tifón. Si percibe algún peligro, debe evacuar lo antes posible.

① ¿A qué lugares debemos refugiarnos cuando evacuemos nuestra casa?

② Cuando todos los miembros de la familia vayan a refugiarse, ¿qué cosas tenemos que tener en cuenta?

③ En medio de una gran lluvia o durante la noche es peligroso proceder a ir al refugio, ¿de qué manera piensas que debemos refugiarnos?

(3) Si tenemos dificultades para volver a casa

Durante los tifones es posible que no podamos volver a casa con normalidad, debido por ejemplo a problemas en los servicios de transporte, a la detención de los trenes, etc.

En esta prefectura, ha habido estudiantes que han tenido dificultades para volver a sus casas durante el tifón 21 que tuvo lugar en septiembre de 2004, durante las lluvias torrenciales debido a diversos frentes y durante las grandes nevadas acontecidas en febrero de 2014.

○ ¿Qué deberías hacer si tienes dificultades para volver de la escuela a casa?

○ ¿Qué preparativos deberías hacer para estar preparado/a en caso de que tengas dificultades para volver a casa?

¡Hablemos!

Aunque se emita una orden de evacuación, algunas personas no evacúan porque piensan que [no debe ser para tanto] o [estaré bien]. [Esto se llama [sesgo de normalidad]]. Vamos a discutir cómo animarlos a evacuar como si uno fuese la persona encargada de la gestión de catástrofes en la ciudad o pueblo.

5

Si se produce un gran viento o inundaciones repentinas

(1) Qué hacer para protegernos de los tornados, de las lluvias torrenciales y de los rayos

Existe la posibilidad de que seamos víctimas de grandes vientos e inundaciones repentinas producidas, sin importar cuándo ni dónde. Escribamos acerca de peligros que pueden ocurrir y cómo podemos hacerlos frente para protegernos, en caso de que se produzcan tornados, grandes lluvias repentinas y rayos.

Desastre	Lugar	Posibles peligros	Cómo podemos protegernos
Tornado	Salón de la casa		
Tornado	Patio de la escuela		
Grandes lluvias repentinas	Carreteras con desagües abiertos para el agua o acueductos		
Grandes lluvias repentinas	Paso inferior (carreteras subterráneas de paso a desnivel que pasan por debajo de las líneas del ferrocarril y carreteras)		
Rayos	Patio de la escuela		
Rayos	Parque		



Fotografía ofrecida por: La Agencia Meteorológica



Fotografía ofrecida por: Escuela Secundaria de Hokuyo, Ciudad de Koshigaya



Fotografía ofrecida por: La Agencia Meteorológica



Fotografía ofrecida por: La Agencia Meteorológica

6

Labores para la recuperación de la normalidad de los daños producidos por el viento y la lluvia

(1) Tipos de labores para la recuperación de la normalidad

En los desastres naturales ocurridos en el pasado, como es por ejemplo en caso de las inundaciones de la península de Kii, se han producido grandes y extensos daños debido a las inundaciones y al flujo de lodos. En caso de que en tu casa o en tu escuela se produzcan daños por inundaciones o por flujo de lodos, por favor escribe qué tipo de labores de reconstrucción podéis hacer por vosotros mismos.



¡Hablemos!

Elaboremos propuestas sobre labores para la recuperación de la normalidad que deseamos que realice el gobierno, priorizando las más necesarias, y teniendo en cuenta que hay un presupuesto y un número de recursos humanos limitados, y además pensando en la ayuda a nosotros mismos (jijo), ayuda a nuestra comunidad (kyōjo) y ayuda de los gobiernos (kōjo).

Inundaciones de la península de Kii (tifón nº 12 del año 2011)

El tifón número 12 trajo grandes lluvias durante un largo periodo de tiempo, desde el día 1 a la mañana del 5 de septiembre y azotó principalmente el sur de la prefectura de Mie, la prefectura de Nara y la prefectura de Wakayama. Como consecuencia, se produjeron grandes inundaciones y flujo de lodos.

Como resultado, en el interior de la prefectura hubo dos personas fallecidas aunque el cuerpo de bomberos intentó realizar el rescate sin poder conseguir los resultados deseados y hubo una persona desaparecida, además se produjeron grandes daños materiales, con 2.763 viviendas dañadas.

En las escuelas inundadas, los estudiantes recogieron los lodos y contribuyeron en las actividades de limpieza para que la escuela pudiera abrir sus aulas de nuevo lo antes posible.

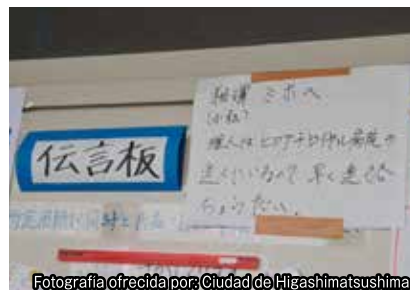


7

Si tenemos que hacer la vida en un refugio

(1) ¿Qué cosas puedes hacer para ayudar en el refugio?

Cuando se produce un desastre natural de grandes proporciones, muchas escuelas son utilizadas como refugios para poder aceptar a los damnificados. En el Gran Terremoto de Higashi Nihon muchos refugiados tuvieron que hacer su vida, durante semanas e incluso meses, en los gimnasios y en otros lugares de la escuela. Así mismo, los campos de deportes escolares fueron utilizados como aparcamientos para automóviles. "Por favor, piensa y escribe, tomando como referencia las fotografías de abajo, qué cosas podéis hacer en caso de que la escuela se convierta en un refugio.



(2) Si tu escuela se convierte en un refugio

En el Gran Terremoto de Higashi Nihon muchos estudiantes de educación media superior ayudaron en muchas tareas en los refugios como por ejemplo en su gestión. Cuando se produce un desastre de gran magnitud, son muchas las ayudas que se esperan recibir de los estudiantes de educación secundaria superior.

① Muchas personas se refugian en las escuelas y es posible que las aulas, los gimnasios y los campos de deporte no puedan utilizarse como de costumbre. Por favor, piensa cómo cambian las actividades de estudio y las actividades del club escolar en la escuela durante un desastre natural en comparación con la situación anterior al desastre.



② Considere el número de personas que su escuela puede acoger si llegan las personas evacuadas. Se dice que el espacio mínimo para vivir por persona es de 3.5 m². Además, hay que reservar espacios para los pasillos y otros espacios.



③ ¿Qué cosas piensas que hay en tu escuela que son útiles para la vida como refugio?

④ Pensemos qué cosas podemos hacer para ayudar a las personas que necesitan ayuda para la evacuación, en caso de que se produzca un desastre natural, como por ejemplo, para las personas mayores, las personas discapacitadas, y para las mujeres, etc. Además de estas cosas, ¿cómo podríamos ayudarles y con qué cosas tendríamos que tener cuidado?

■ Elogios desde todos los lugares del mundo

Muchos fueron los elogios que se hicieron desde los medios de comunicación mundiales durante un desastre natural sin precedentes como el Gran Terremoto de Higashi Nihon, con referencia a como el pueblo japonés actuó paciente y correctamente, guardando la calma y colaborando entre sí.

Edición electrónica de
The New York Times (EE.UU.)

Sympathy for Japan, and Admiration

"Simpatía y Admiración por Japón" por Nicholas Kristof

Our hearts are all with the Japanese today, after the terrible earthquake there-the worst ever recorded in Japan. But the Japanese people themselves were truly noble in their perseverance and stoicism and orderliness. There's a common Japanese word, "gaman," that doesn't really have an English equivalent, but is something like "toughing it out". I find something noble and courageous in Japan's resilience and perseverance, and it will be on display in the coming days. In short, our hearts go out to Japan, and we extend our deepest sympathy for the tragic quake. But also, our deepest admiration. (Extractos)

Hoy nuestros corazones están con el pueblo japonés, después de que se produjese un terrible terremoto, el peor de los registrados en Japón. Pero el pueblo japonés se ha comportado realmente de una forma noble en su perseverancia, estoicismo y cumplimiento de sus obligaciones. Existe una palabra muy común en Japón: "gaman" que no tiene un equivalente exacto en inglés, pero que expresa algo así como "toughing it out" (aguantar y tener paciencia). He visto algo noble y valeroso en la adaptabilidad y en la perseverancia de Japón, y esto se podrá ver en los días venideros. En resumen, nuestros corazones están en Japón y enviamos nuestra más profunda solidaridad por el terremoto ocurrido. Y, también, nuestra más profunda admiración. (Extractos)

¡Hablemos!

En el Gran Terremoto del Este de Japón, los estudiantes de educación media superior cantaron en coros, interpretaron obras de teatro, etc. para animar a los damnificados. Vamos a conversar qué cosas pueden hacer en su escuela.

8

Colaboremos para lograr un futuro mejor

(1) Acerca de las actividades de los voluntarios durante los desastres naturales

① Si participaras en las actividades de los voluntarios en los desastres naturales, ¿qué tipo de actividades piensas que realizarías? Piensa que, dependiendo del momento que se trate, las necesidades cambian, por ejemplo al principio hay que actuar en las casas dañadas, después hay que hablar con los damnificados de las viviendas provisionales, etc.



② Al realizar las actividades de los voluntarios durante los desastres naturales ¿en qué pondrías especial atención?



③ Hay veces que las actividades realizadas para los damnificados son un obstáculo para las labores para la recuperación de la normalidad. Por favor, piensa qué casos pueden darse.

(2) Dejemos constancia de los desastres naturales e informemos fuera de la escuela

Es muy importante transmitir mensajes sobre los desastres naturales desde las zonas afectadas para poder hacer que los daños causados por posibles desastres futuros sean lo más pequeños posibles. En caso de que tu región se vea afectada por un desastre natural, cómo (por qué medios) transmitirías el mensaje a otros lugares.



¡Hablemos!

El dinero recaudado utilizado para realizar las actividades de ayuda de los voluntarios como se llama "shienkin". Y el dinero recaudado para repartir entre los damnificados se llama "gienkin". Si ahora se produjese un desastre natural tan grande como el Gran Terremoto de Higashi Nihon; ¿qué cantidad de dinero donarías?

9

Participemos en las actividades de prevención de desastres naturales de nuestra región

Después del Gran Terremoto de Higashi Nihon se realizaron muchas actividades de prevención de desastres naturales en cada una de las regiones de Japón, ¿conoces las actividades de prevención de desastres naturales que se están llevando a cabo en tu localidad? ¿Has participado alguna vez en este tipo de actividades?

① Desastres naturales que preocupan a la región en donde vives

② Actividades de prevención de desastres naturales que se están realizando en tu localidad

③ Ventajas que hay en la participación del punto ② y desventajas que hay si no se participa

④ Actividades de prevención de desastres naturales en las que hayas participado hasta el día de hoy

⑤ ¿Qué te parecieron las actividades del punto ④?

(Debido a que los desastres naturales varían dependiendo de los lugares, en caso de que te mudes a otra región es importante que compruebes de antemano qué tipo de desastres se pueden producir en tu nueva localidad).

○ Si se planificará en tu región unas actividades de prevención de desastres naturales nuevas ¿qué tipo de actividades piensas que serían adecuadas?

Ejemplo: Simulacro de evacuación en los refugios preestablecidos, y elaboración de mapas para la prevención de desastres naturales en las diferentes regiones.

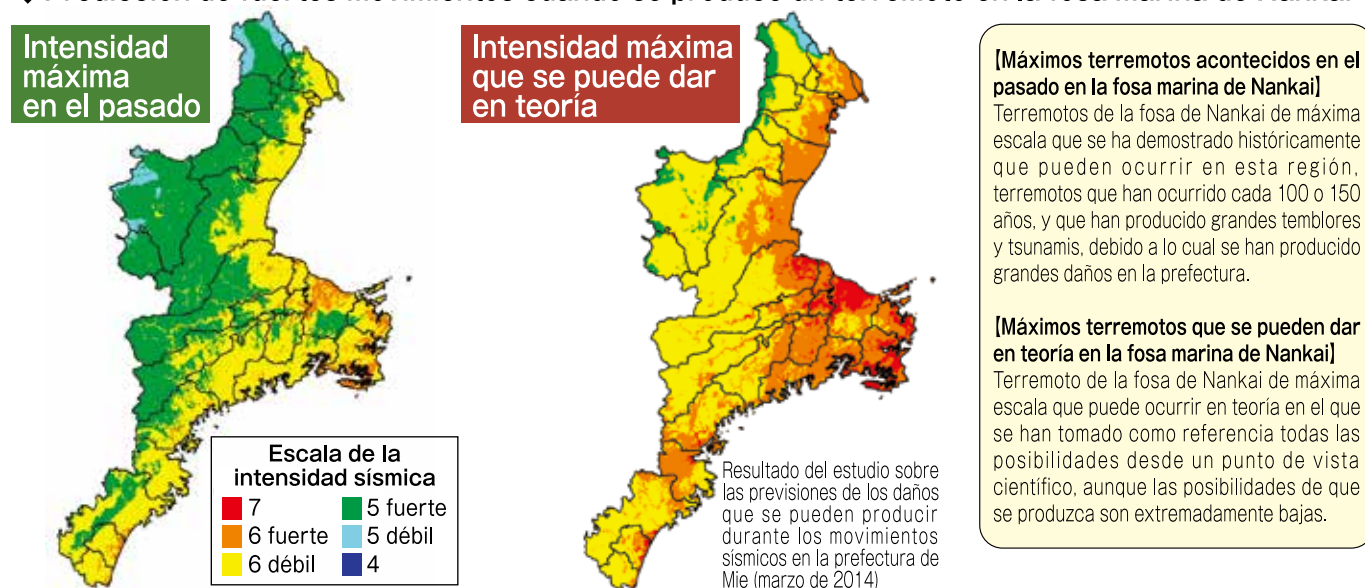
○ ¿Cómo piensas que se puede fortalecer tu localidad para poder estar mejor preparados ante un desastre natural?

(1) Previsión de los daños que se pueden producir por un terremoto de la fosa marina de Nankai

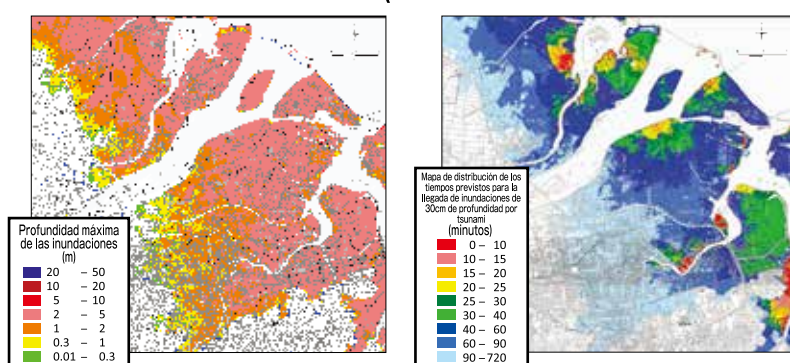
En caso de que se produzca un terremoto en la fosa marina de Nankai, se prevé que sea de una magnitud de entre 8 y 9, y una intensidad sísmica de 6 fuerte o más, principalmente en la región de Ise-shima y en la región de Higashi Kishu.

Además, dependiendo del lugar, se prevé que se pueda dar un tsunami de más de 11 metros.

◆ Predicción de fuertes movimientos cuando se produce un terremoto en la fosa marina de Nankai



◆ Previsiones sobre las inundaciones y previsión de inundaciones como consecuencia de la llegada de un tsunami con una profundidad de 30 cm que se pueden producir durante un movimiento sísmico de la fosa marina de Nankai (terremotos de máxima escala que pueden ocurrir teóricamente)



El mapa de previsión de inundaciones por tsunami nos indica

"¿hasta qué lugar tenemos que huir?"

Y el mapa de distribución de los tiempos previstos para la llegada de inundaciones de 30cm de profundidad por tsunami nos indica

"¿hasta cuándo y en qué dirección tenemos que escapar?"

Resultado del estudio sobre las previsiones de los daños que se pueden producir durante los movimientos sísmicos en la prefectura de Mie (marzo de 2014)

◆ Previsiones sobre los daños personales y materiales que se producirían como consecuencia de un terremoto de la fosa marina de Nankai

	Terremotos de máxima escala en el pasado		Terremotos de máxima escala que pueden ocurrir teóricamente	
	Fallecidos	Edificios completamente destruidos o quemados	Fallecidos	Edificios completamente destruidos o quemados
Temblores	Unas 1,400 personas	Unos 23,000 edificios	Unas 9,700 personas	Unos 170,000 edificios
Licuefacción	—	Unos 5,900 edificios	—	Unos 6,200 edificios
Tsunamis	Unas 32,000 personas	Unos 38,000 edificios	Unas 42,000 personas	Unos 37,000 edificios
Incendios	—	Unos 2,100 edificios	Unas 900 personas	Unos 34,000 edificios
Terrenos escarpados, etc.	Unas 60 personas	Unos 700 edificios	Unas 100 personas	Unos 1,100 edificios
Total	Unas 34,000 personas	Unos 70,000 edificios	Unas 53,000 personas	Unos 248,000 edificios

Resultado del estudio sobre las previsiones de los daños que se pueden producir durante los movimientos sísmicos en la prefectura de Mie (marzo de 2014)

(2) Información meteorológica para la prevención de desastres naturales

La Agencia Meteorológica de Japón emite información meteorológica de prevención de catástrofes, como avisos y advertencias, cuando hay riesgo de catástrofe debido a las fuertes lluvias causadas por la aproximación de sistemas de bajas presiones o tifones. Mientras tanto, las ciudades y poblados locales pueden emitir órdenes de evacuación. Si cree que puede correr peligro, use su propio criterio y evacúe lo antes posible.



BosaiMie.jp

<p>Normalmente...</p> <p>Puede que se den grandes lluvias</p>	<p>Escuchemos la información meteorológica y tengamos cuidado con los cambios del cielo</p> <ul style="list-style-type: none"> · Conozcamos los lugares peligrosos, como por ejemplo lugares bajos, etc. · Comprobemos los refugios y las rutas de escape 	<p>Importante</p> <p>¿Tenemos todo preparado?</p>
<p>Si la lluvia se vuelve intensa...</p> <p>Puede que se den grandes lluvias</p>	<p>Escuchemos las últimas noticias con atención y nos preparamos con antelación para un desastre natural</p> <p>¡Las personas que vivan en lugares que les afecten especialmente las lluvias y el viento, y las personas con dificultades para refugiarse deberán actuar rápidamente!</p> <ul style="list-style-type: none"> · Pongamos atención en relación con la información meteorológica y a las circunstancias del exterior · Debemos comprobar los viveres y materiales de emergencia así el lugar de los refugios y las rutas de escape · Debemos inspeccionar si estamos preparados para un desastre, el exterior de las viviendas 	<p>Importante</p> <p>¡Aunque no se haya dado una alerta especial actuemos con rapidez!</p>
<p>Si sigue lloviendo torrencialmente...</p> <p>Advertencia</p>	<p>Deberemos poner atención en relación con la información transmitida por los gobiernos locales sobre la evacuación y refugio, y si fuera necesario escaparemos con rapidez</p>	<p>Importante</p> <p>¡Es importante pensar con calma!</p> <p>¡Actuar de acuerdo con las circunstancias de nuestro alrededor!</p> <p>¡Es muy peligrosos refugiarnos en un lugar inundado!</p>
<p>Si sigue lloviendo torrencialmente y con mayor intensidad...</p> <p>Alerta especial</p>	<p>Nos protegeremos inmediatamente</p> <p>Estado de emergencia</p> <p>¡Debemos obedecer las recomendaciones de evacuación y refugio que nos den las autoridades municipales y escaparemos inmediatamente a los refugios! Cuando veamos que es peligroso salir, estaremos en caso e iremos al lugar de la casa más seguro.</p> <p>Dependiendo de las circunstancias, puede que sea necesario salir de casa e ir a un refugio, esto depende de por ejemplo "el lugar donde esté la casa", "el tipo de construcción", "si se ha empezado a inundar o no", por lo que es importante juzgar con calma. Pensemos con antelación cómo actuar para protegernos del desastre natural.</p>	<p>Importante</p> <p>¡Es importante pensar con calma!</p> <p>¡Actuar de acuerdo con las circunstancias de nuestro alrededor!</p> <p>¡Es muy peligrosos refugiarnos en un lugar inundado!</p>

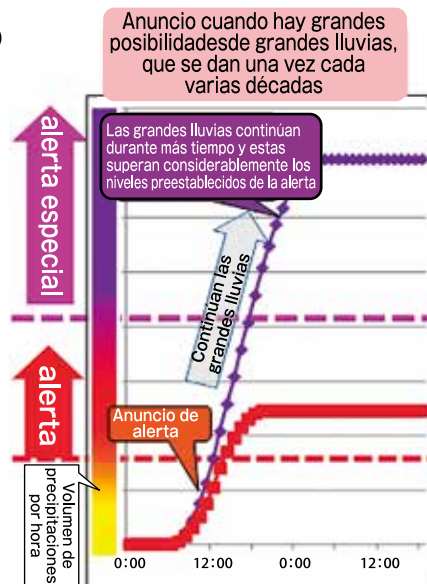
Cita de la página web de la Agencia Meteorológica

(3) alerta especial

◆ La Agencia Meteorológica ha iniciado su servicio relacionado con la "alerta Especial" desde el 30 de agosto de 2013.

Si nos informasen de una "Alerta Especial" deberemos protegernos inmediatamente.

Hasta ahora, la Agencia Meteorológica de Japón ha emitido avisos para alertar a la población cuando hay amenaza de catástrofes graves por lluvias torrenciales, terremotos, tsunamis y mareas de tempestad. Por otro lado, a partir de ahora, cuando se prevean lluvias intensas o grandes tsunamis que superen con creces los criterios de emisión de alertas y el riesgo de catástrofes graves haya aumentado considerablemente, se emitirá una [alerta especial] para pedir la máxima vigilancia. Cuando se emita una alerta especial, su zona se encuentra en una situación extremadamente peligrosa que sólo se produce una vez cada varias décadas. Tome nota de la situación circundante y de las órdenes de evacuación emitidas por la ciudad o el poblado, y tome medidas inmediatas para proteger su vida.



Tifón Vela (bahía de Ise, fotografía ofrecida por: xxx)



Tifón nº 12 del año 2011 (inundaciones de la península de Kii)

Cita de la página web de la Agencia Meteorológica

No debemos relajarnos por el hecho de que no se haya anunciado una alerta especial. Es importante actuar con antelación ante grandes lluvias, etc., teniendo en cuenta que los anuncio sobre información meteorológica, las advertencias y las alertas se hacen de manera escalonada según pasa el tiempo.

Es importante que todos contribuyamos en el desarrollo de una región adecuadamente preparada contra los desastres naturales, basándonos en la filosofía de la ayuda a nosotros mismos (jijo), ayuda a nuestra comunidad (kyōjo) y ayuda de los gobiernos (kōjo). Piensa y escribe sobre las actividades de ayuda a nosotros mismos (jijo), ayuda a nuestra comunidad (kyōjo) y ayuda de los gobiernos (kōjo).

Ayuda a nosotros mismos (jijo)

Tenemos que protegernos a nosotros mismos

Ejemplo: Comparamos víveres para la familia.

Ayuda a nuestra comunidad (kyōjo)

Los ciudadanos debemos proteger a nuestra comunidad.

Ejemplo: Participamos en las actividades de prevención de desastres de nuestra región.

Ayuda de los gobiernos (kōjo)

Llevadas a cabo por los gobiernos y organismos de prevención de desastres naturales

Ejemplo: Construcciones de torres para el refugio para las zonas expuestas a peligros de inundación en casos de tsunami.

● Por favor, escribe acerca de tus experiencias en caso de que hayas participado en actividades de prevención de desastres naturales de tu localidad.

año.	Grupo.	Nombre y apellidos:
año.	Grupo.	
año.	Grupo.	
año.	Grupo.	

Más información

► Sobre esta guía

Departamento de Asuntos Generales sobre Educación, Secretaría del Comité Educativo de la Prefectura de Mie **059-224-3301**

► Sobre desastres naturales Departamento de Gestión de Desastres, División de Promoción Regional para la Gestión de Desastres, Prefectura de Mie **059-224-2184**

Puede descargar el libro de ejercicios de la Guía para la Prevención de Desastres Naturales (libro separado) en el siguiente sitio web ►

URL <https://www.pref.mie.lg.jp/KYOIKU/HP/bosai/68638018172.htm>

En el siguiente sitio web hay publicada información sobre los desastres naturales ► Bosai Mie.jp

URL <https://www.bosaimie.jp>

Guía para la Prevención de Desastres Naturales -Qué debemos hacer cuando hay un desastre natural-

Departamento de Asuntos Generales sobre Educación,
Secretaría del Comité Educativo de la Prefectura de Mie
〒514-8570, Koumeicho 13, Ciudad de Tsu.
Tel: 059-224-3301/Fax: 059-224-2319

[Supervisión editorial y asesoramiento]

Jun Kawaguchi (Profesor)

Escuela Superior de Ingenieros de la Escuela
para Graduados de la Universidad de Mie



Notas y hojas de trabajo sobre prevención de catástrofes

BosaiMie.jp