|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 番号 | 見出し／本文 | ポルトガル語 |
| 62 | 避難所を出入りする人や、ボランティアのみなさんへ | PARA OS VOLUNTÁRIOS E AS PESSOAS QUE ENTRAM E SAEM DO ABRIGO |
| 避難所の生活では、寝起きするスペースも狭く、新鮮な空気を取り入れるのもなかなか大変です。また、手を洗う水、うがいする水、マスクも足りず、清潔さを保つのも、まだまだ大変な状況です。 こんなとき、もっとも大切なのは、避難所の外から、ウィルスやバイ菌を持ち込まないことです。インフルエンザなどの感染症は、自然に発生するのではなく、外から持ち込まれるものです。 このため、避難所を出入りする人や、ボランティアのみなさんは、体調管理をしっかり行い、マスクをして、消毒を心がけるなど、避難所の外からバイ菌を持ち込まないように注意してください。 | No dia-a-dia do abrigo, o espaço pa dormir é restrito e é difícil permitir a entrada de ar fresco.  Também faltam água para lavar as mãos, água para gargarejo e máscaras, o que torna difícil manter o local limpo.  Nestas circunstâncias, o mais importante é não trazer vírus e bactérias de fora do abrigo.  Doenças contagiosas, como a gripe, não ocorrem naturalmente. São trazidas de fora.  Por isso, pessoas que entram e saem do abrigo e voluntários, devem cuidar da saúde usando máscaras, desinfetando áreas que podem estar infectadas e tendo cuidado para não trazer bactérias de fora do abrigo. |