

¡Consejos  
para vivir en

# Tsukuba!

No. 9

Junio del 2026

Español

## Tema: Preparación ante desastres naturales

【災害への備えについて】

※Todos los códigos QR incluidos en esta guía conducen a sitios en japonés. Si desea ver el sitio en otro idioma, utilice la función de traducción automática.

En Japón, ocurren desastres naturales como terremotos, tifones, lluvias torrenciales y otros. Es necesario prepararse con anticipación ante los daños que un desastre pudiera causar.

En el caso de un terremoto de gran escala, edificios pueden colapsar y bloquear el tráfico en las vías. Además, en el caso de producirse un tsunami, edificios cercanos al mar pueden ser arrasados por la corriente.



Terremoto - Tsunami



Inundación

En el caso de lluvias torrenciales, puede desbordarse el agua de los ríos o del desagüe, sumergiendo edificios o las vías.

En el caso de un tifón, fuertes lluvias pueden causar el desborde de agua en las vías y fuertes vientos pueden llevar volando objetos.



Tifón



Deslave

A causa de fuertes lluvias, terremotos, etc., pueden derrumbarse acantilados de repente u ocurrir deslizamientos de tierra a un área amplia.

En el caso de una erupción volcánica, puede fluir lava a altas temperaturas y caer rocas o cenizas en un área amplia alrededor.



Erupción volcánica



Nevada

En el caso de nevadas mayores, las vías se pueden ver obstruidas y edificios pueden colapsar ante el peso de la nieve.

### 【Sobre desastres naturales que requieren precaución especial en Tsukuba】

**Terremotos:** Ocurren frecuentemente al sur de la prefectura de Ibaraki.

Al ocurrir un terremoto de gran escala en el pasado, hubo cortes de luz y agua durante varios días.

**Inundaciones:** Están previstos daños por inundación al tratarse de una región cercana a un río mayor.

**Tifones y Relámpagos:** Además de daños por fuertes vientos y relámpagos, suceden frecuentemente apagones.

**Deslaves:** Se prevé que pueda suceder el deslizamiento de tierra cerca de acantilados o laderas como alrededor del Mt. Tsukuba y el Mt. Hokyo.

### 【Se prevé un terremoto de magnitud masiva】

Según el gobierno, se prevé en un futuro cercano con alta probabilidad un terremoto masivo en la costa del océano pacífico de Hokkaido a Tohoku y en la costa de Kanto a Kyushu. Se estima que el daño ocasionado podría superar aquel del Gran Terremoto del Este de Japón en 2011. Además de tal terremoto masivo, no resulta raro que suceda un terremoto de gran magnitud en cualquier momento y lugar desde Hokkaido hasta Kyushu. Es importante prepararse con anticipación ante los daños que un desastre pudiera causar.

## 【Confirmación de áreas y rutas de evacuación】

Cuando quedarse en casa sea seguro, eso es lo recomendado. Sin embargo, en caso de que su vivienda resulte dañada o se encuentre en un área de riesgo, por su seguridad, es necesario evacuar a casa de algún conocido o familiar, a un hotel, o a un refugio designado que se encuentre abierto. Verifique de antemano las opciones de lugares de evacuación cercanas a su hogar, trabajo y escuela.

Tras investigar estos lugares de evacuación, averigüe las rutas para llegar ahí. Es importante elegir rutas que eviten zonas en riesgo de inundación o donde pudieran caer objetos, y luego verificar caminando estas rutas para confirmar que no haya zonas peligrosas.

Sitio web de la ciudad de Tsukuba



<https://www.city.tsukuba.lg.jp/soshiki/ikarasagasu/shicho/koshitsukikanrika/gyomuannai/1/2/1003890.html>

## 【Sobre el mapa de riesgo (Hazard Map)】

Un mapa de riesgo es un mapa que señala las áreas de alto riesgo de desastres naturales como zonas de inundación previstas y de riesgo de deslaves, así como la ubicación de establecimientos de respuesta a desastres como refugios. Observe el mapa de riesgo y evalúe si su vivienda, trabajo o escuela se encuentran en una zona de alto riesgo y qué establecimientos relacionados con la respuesta a desastres se encuentran cercanos. En el sitio web de la ciudad de Tsukuba puede encontrar la versión más reciente del mapa de riesgo.

Sitio web de la ciudad de Tsukuba



<https://www.city.tsukuba.lg.jp/kurashi/anshin/bousai/1000602.html>

## 【Referencia】 Lugares donde se interrumpió el tráfico debido a fuertes lluvias y otros desastres en el pasado

En el sitio web oficial de la ciudad de Tsukuba se encuentran publicados los lugares donde se interrumpió el tráfico debido a las inundaciones causadas por el tifón del 8 de septiembre de 2019. Sin embargo, hay también lugares que no se muestran en este mapa: que se inundaron temporalmente, donde no se interrumpió el tráfico, cuya situación no se registró, donde se interrumpió el tráfico por otros desastres naturales en el pasado, etc. En todo caso, solo use esta información como referencia y prepárese con anticipación. En el caso de fuertes lluvias, evite desplazamientos no necesarios. Y al evacuar, averigüe las condiciones reales de tráfico y actúe en consideración a la información más reciente.

Sitio web de la ciudad de Tsukuba



<https://www.city.tsukuba.lg.jp/kurashi/anshin/bousai/25434.html>

## 【Sobre compartir medios de contacto, rutas y áreas de evacuación con su familia】

Tomando en cuenta de la posibilidad de encontrarse lejos de su familia cuando se produzca un desastre comparta con su familia de antemano formas de confirmar la seguridad de sus familiares, así como maneras de ponerse en contacto.

- Datos de contacto como números telefónicos
- Datos de contacto con su escuela o lugar de trabajo
- Lugares de evacuación y de reencuentro
- Rutas de evacuación y regreso a casa



## 【Sobre la intensidad de los terremotos】

En Japón se mide la intensidad sísmica, la fuerza del temblor en un lugar, con una escala de 10 niveles. (\* Intensidad sísmica 0, 1, 2, 3, 4, 5-débil, 5-fuerte, 6-débil, 6-fuerte y 7)

Entre más fuerte el temblor, mayor número de intensidad se asigna. Abajo se presentan algunos ejemplos. (Fuente: Agencia Meteorológica de Japón)

### <Intensidad 5-fuerte>

- Dificultad para caminar sin sujetarse de algo.
- Más vajillas y libros se caen de las repisas.
- En ocasiones, muebles no fijos se caen.
- Se podrían derrumbar muros de bloques no reforzados.

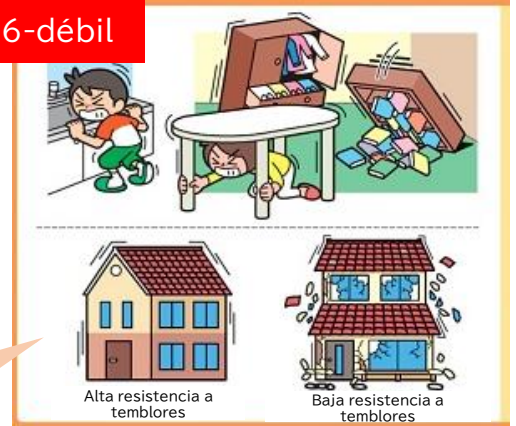
5-fuerte



### <Intensidad 6-débil>

- Dificultad para mantenerse de pie.
- La mayoría de los muebles no fijos se mueven y algunos se podrían caer.
- En casos, puertas pueden quedar bloqueadas y no poder abrirse.
- Algunos mosaicos de las paredes o ventanas se podrían romper y caer.
- Tratándose de la construcción poco resistente de madera, las tejas podrían caerse y los edificios podrían inclinarse o hasta llegar a derrumbarse.

6-débil



Quando sucedió el Gran Terremoto del Este de Japón el 11 de marzo de 2011, la intensidad máxima en Tsukuba fue de 6-débil

Versión modificada de "Intensidad sísmica y el temblor correspondiente" de la Agencia Meteorológica (<https://www.jma.go.jp/jma/kishou/ku/know/shindo/index.html>)

## 【Para evitar la caída de muebles y otros】

En el caso de un terremoto de gran escala, aunque el edificio no haya sufrido ningún daño, existe la posibilidad de lesionarse por la caída de muebles u objetos. Es por eso que hay que fijar los muebles de forma habitual.

Además, es importante prestar atención a la colocación de los muebles. Asegúrese de que, en el caso de caer estos, no bloqueen entradas o salidas ni caigan encima de donde usted o su familia duermen.

### <Puntos claves para evitar la caída de muebles>

- Coloque muebles y electrodomésticos pesados lo más bajo posible.
- Fije los armarios con barras extensibles, por ejemplo.
- Coloque una tabla entre muebles y el piso, de manera que se recarguen contra la pared.
- Coloque objetos pesados abajo y objetos ligeros arriba, de manera que el centro de gravedad del mueble quede bajo.
- Coloque televisores en una posición baja y fije con tapetes resistentes a temblores.



Las barras extensibles son efectivas para fijar muebles. Por favor vea el siguiente video donde se presenta su modo de uso.

YouTube oficial de Tsukuba  
<https://youtu.be/frGWF684Zcl>



## 【Sobre las provisiones en casa】

En el caso de ocurrir un desastre natural mayor, pueden verse interrumpidos los servicios de electricidad, agua y gas natural.

Además, existe la posibilidad de no poder transitar las vías ni tener acceso a alimentos o productos de uso diario.

En la mayoría de los casos de desastres naturales de gran escala en el pasado, tomó más de una semana para que se reestablecieran los servicios esenciales. Almacene alimentos y agua para al menos tres días, preferiblemente para una semana.

Es conveniente también preparar platos y cubiertos desechables, así como una parrilla de cartucho.

Además, al interrumpirse el servicio de agua, no se pueden utilizar inodoros ni duchas. Definitivamente prepare champú de uso en seco e inodoros desechables.

Adicionalmente, almacene papel higiénico, pañuelos, bolsas de basura, plástico adherente para alimentos, así como medicinas y sus otros productos necesarios de uso diario.



Por favor consulte el sitio que ha publicado el gobierno metropolitano de Tokio, donde tras responder algunas preguntas se le muestra un estimado de la cantidad de reservas adecuadas para usted.

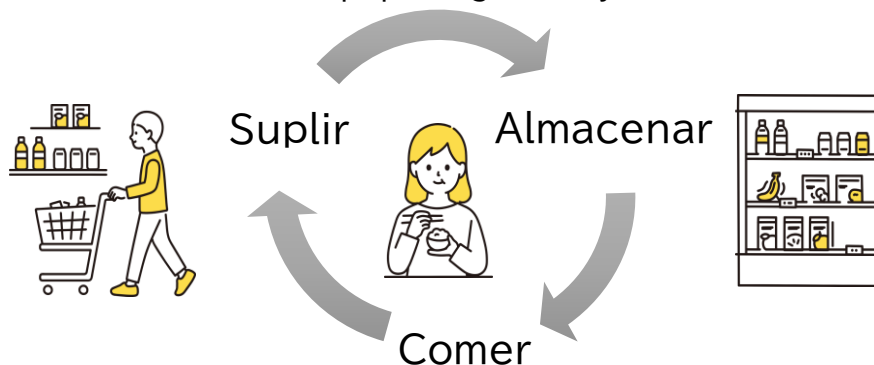
Sitio oficial del  
gobierno  
metropolitano de  
Tokio  
<https://www.bichiku.metro.tokyo.lg.jp/>



### <Ejemplo de la reserva de provisiones>

Se llama reserva circular (Rolling stock) al método de almacenar una cantidad determinada de alimentos y bebidas en todo momento, constantemente repitiendo un ciclo de: almacenar → comer → suplir. Tras comprar un poco más de lo habitual bebidas, fideos instantáneos, alimentos enlatados y sellados, etc., puede proceder a consumir los alimentos que expiren más próximamente. Así, puede suplir solo lo que haya consumido e iniciar este método fácilmente.

Puede aplicar este método a no solo alimentos y bebidas, sino también para la reserva de productos diarios como papel higiénico y otros.



#### Comentario del traductor / 翻訳者から一言

En mi país, México, también suceden muchos terremotos, mas no es así en la región donde yo vivía. Tras venir a Japón, experimenté por primera vez un temblor y me sorprendió particularmente el sonido que se escucha del terremoto.

母国であるメキシコでも地震が頻繁に発生しますが、私が住んでいた地域ではあまり発生しません。日本にきて、はじめて地震を経験し、特に地響きが聞こえる地震の音にびっくりしました。