Atendimento a acidentes de trânsito
交通事故に対する対応

2 Atropelamento e acidente com fuga do motorista infrator
ひき逃げや当て逃げをされたとき

2-1 Vamos pedir a ajuda das pessoas ao redor.

周りの人に助けを求めましょう。

2-2 Vamos contatar a polícia e chamar uma ambulância.

警察・病院などに連絡しましょう。

2-4

Telefones de emergência

No caso de chamada de ambulância

119

No caso de chamada de polícia

110

2-3 Informe a polícia caso se lembre do número da chapa, cor, modelo e outras características do veículo.

車のナンバー、色、形などの特徴を覚えていたら警察に伝えましょう。

緊急時の電話番号

- 救急車を呼ぶ場合 **119**
- 警察に連絡する場合 **110**

GUIA de SEGURANÇA de TRÂNSITO no JAPÃO
para Pedestres e Usuários de Bicicletas

歩行者と自転車のための
日本における交通安全ガイド [ポルトガル語版]

警察庁 National Police Agency
(財)全日本交通安全協会 Japan Traffic Safety Association

交通ルールを守ってつながる笑顔

Cuidados ao circular pelas ruas

道路を通行する上で 皆さんが心がけるべきこと

Muitas pessoas e carros trafegam pelas ruas. É obrigação de todos que vivem em sociedade respeitar as normas de trânsito e praticar boas maneiras no trânsito para assegurar o tráfego seguro e harmonioso.

道路は、多くの人や車が通行します。安全、円滑に通行できるよう交通規則を守り、交通マナーを実践することは社会人としての義務です。

1 Agir tomando cuidado com os pedestres e carros ao redor e tendo consideração pelas pessoas.

まわりの歩行者や車の動きに注意し、相手への思いやりの気持ちを持って行動すること。

2 Não pensar apenas em sua comodidade ao trafegar, mas evitar causar barulho e outros transtornos às pessoas que vivem próximas às vias de circulação.

自分の通行の利便だけを考えるのではなく、沿道で生活している人々に騒音などの迷惑をかけないこと。

5 Vamos procurar conhecer bem as características dos automóveis, como ponto cego e diferença de raio da roda interna.

自動車の死角、内輪差など自動車の特性をよく知っておきましょう。

6 Vamos colaborar mutuamente chamando ou prestando socorro ao ver alguém em dificuldade devido a um acidente de trânsito ou a uma avaria.

交通事故や故障で困っている人を見たら、連絡や救護にあたるなど、お互いに協力しましょう。

3 Não jogar lixo nem colocar objetos à revelia nas ruas para não causar estorvo ou transtornos ao tráfego.

通行の妨害や迷惑にならないよう、道路にものを投げ捨てたり、勝手に物を置いたりしないこと。

4 Respeitar a orientação dos policiais.

警察官などの指示には従うこと。

7 Vamos tomar sempre todos os cuidados para evitar acidentes.

- Contratar seguro de responsabilidade civil de danos a terceiros para cobertura de indenizações em acidentes envolvendo bicicletas.
- Conhecer as medidas de primeiros socorros emergenciais necessários para socorrer feridos em locais de acidentes de tráfego.

万が一の事故に備えて
平素から十分な用意をしましょう。

- 対人傷害保険等の自転車事故の損害補償のための保険への加入
- 交通事故の現場で負傷者の救護に必要な応急救護処置の知識を身に付ける

Cuidados ao caminhar

歩くときに心がけるべきこと

1 Locais de passagem

通るところ

1 Basicamente, as pessoas caminham à direita e os carros à esquerda, em sentidos opostos

- Caminhar pela margem direita da via.
- Utilizar calçada ou acostamento, quando houver.

基本は人は右、車は左の対面通行。

- 道路の右端を通行します。
- 歩道や路側帯があるときは、そこを通ります。

2 Forma de atravesar - 1

横断の方法-1

2-1 Vamos atravessar em locais seguros

- Atravessar nos semáforos, faixa de segurança, passarela de pedestres, passagem subterrânea para cruzamento, quando se estiver próximo a eles.
- Nunca atravessar onde houver placa indicativa de "Proibida a Travessia de Pedestres."

安全な場所を横断しましょう。

- 信号機や横断歩道、横断歩道橋、横断用地下道が近くにあるところでは、そこを横断します。
- 「歩行者横断禁止」の標識があるところは絶対に横断しないこと。

2 Forma de atravessar - 2

横断の方法-2

2-2 Ao atravessar em locais com semáforo

- **Significado das cores do semáforo**
  Luz verde : Avançar.
  Luz amarela / verde piscando : não se deve começar a atravessar. Caso esteja atravessando, acelere o passo ou desista de atravessar e retorne.
  Luz vermelha : Não se deve atravessar.
- **No caso de semáforo com botão para pedestres**
  Aperte o botão e atravesse após confirmar que a luz do semáforo mudou para verde.

信号機のある場所を横断するとき

- **信号の意味**
  青色の灯火:進めます。
  黄色の灯火・青色の灯火の点滅:横断を始めてはいけません。横断中なら速やかに横断するか、横断をやめて引き返します。
  赤色の灯火:横断してはいけません。
- **押しボタン式信号機の場合**
  ボタンを押して青信号に変わったのを見てから横断します。

2 Forma de atravessar - 3

横断の方法-3

2-3 Ao atravesssar locais sem semáforos

- Atravesse em locais em que possa ter boa visão dos lados direito e esquerdo.
- Antes de atravessar, pare, olhe para ambos os lados confirmando bem se não há carros vindo em sua direção. Quando um carro se aproximar, espere até que passe por você.
- Ao atravessar, avance diretamente olhando para ambos os lados para confirmar se não há carros vindo em sua direção. Não atravesse perpendicularmente.

信号機のない場所を横断するとき

- 右・左がよく見渡せるところで、横断します。
- 渡る前に一度立ち止まって、右・左をよく見て車が来ていないかよく確かめましょう。車が近づいてくるときには、車が通りすぎるのを待ちます。
- 横断中も左・右を見ながら車が来ないか確かめながら真っ直ぐ進みます。斜めに横断しないこと。

3 Como atravessar em passagens de nível

踏切の通り方

3

- Pare em frente à passagem de nível e confirme se ambos os lados estão seguros.
- Nunca ultrapasse a passagem de nível quando o apito estiver tocando ou depois que a cancela começar a baixar.

- 踏切の手前で必ず立ち止まり、右・左の安全を確かめます。
- 警報機が鳴っているときや遮断機が下り始めてからは絶対に踏切に入らないこと。

Cuidados ao caminhar
歩くときに心がけるべきこと

4 Quando andar à noite
夜歩くとき

Uso de roupas de cores claras e com material refletivo

- A que distância você pode ser visto de um carro?
  Roupa escura 30m
  Roupa clara 50m
  Com colocação de material refletivo 120m
  Mais do que se possa imaginar, o motorista do veículo não está vendo você.
- Quando andar pela rua à noite, além de escolher roupas claras, como brancas ou amarelas, coloque material refletivo ou lâmpadas Led no corpo e nos objetos que carrega para poderem ser vistos nitidamente pelos motoristas dos veículos.

明るい色の服装と反射材の活用

- 車からどのぐらいの距離であなたは見えているのでしょう?
  黒っぽい色の服　約 30m
  白っぽい色の服　約 50m
  反射材を付けたとき　約120m
  あなたが考える以上に車の運転手からはあなたが見えていません!
- 夜間に道路を歩くときは、白や黄色の明るい色の服装にするとともに、反射材用品やLEDライトを体や持ち物につけ、車からよく見えるようにしましょう!

5 Segurança de idosos
高齢者の安全

- As pessoas idosas caminham com menor velocidade do que imaginam devido à queda da capacidade física em função da idade. Ao atravessarem as ruas, devem confirmar sem falta se não há carros vindo em sua direção. Devem esperar também pela abertura do sinal.
- Vamos ajudar os idosos que levam mais tempo para atravessar as ruas. As pessoas ao lado deles devem ajudá-los, acenando e possibilitando uma travessia segura.
- À noite aumentam os acidentes com idosos enquanto caminham. Ao caminhar à noite, devem usar roupas com cores vivas e objetos em material refletivo. As pessoas da família devem lhes fornecer aconselhamento.

- 高齢の方は加齢による身体能力の低下により自分が思うよりも歩く速度が遅くなっていることがあります。道路を横断するときには、車が来ていないことを確実に確かめましょう。信号も一回待つ余裕を持ちましょう。
- 道路の横断に時間がかかる高齢者には、そばにいる人は手を貸したり、合図をしたりして安全に横断できるようにしてあげましょう。
- 高齢者の歩行中の事故が多いのは夜間です。夜歩くときは目立つ色の服と反射材用品を身に付けましょう。ご家族の方も助言してあげてください。

Cuidados ao andar de bicicleta
自転車に乗るときに心がけるべきこと

1 Vistoria da bicicleta
自転車の点検

1-1 Deve-se usar uma bicicleta adequada a seu físico, com a ponta do pé tocando o solo quando sentado no selim.

サドルにまたがったときに足先が地面につく、自分の体にあった自転車を使用しましょう。

1-2 Não se deve esquecer de fazer vistoria e manutenção periódicas em lojas especializadas na manutenção de segurança de bicicletas. Na medida do possível, deve-se usar bicicletas com as marcas acima indicativas da segurança.

自転車安全整備店などで定期的な点検や整備も忘れずに。
できる限り、自転車の車体の安全性を示す上記マークのついたものを使いましょう。

1-3 Antes de subir na bicicleta, verifique os pontos abaixo e efetue o reparo imediato dos locais com problemas.

1. O guidão deve estar bem fixo em ângulo reto com a roda dianteira.
2. Atentar para que o pé não escorregue devido a pedais encurvados.
3. Cuidado para que a correia não esteja excessivamente afrouxada.
4. Os freios devem estar funcionando bem tanto na roda dianteira como na traseira.
5. Os pneus devem estar bem calibrados e sua superfície sem desgaste.
6. A lanterna dianteira deve ser bem clara.
7. Instalar lanterna traseira e material refletivo (na parte traseira e nas laterais).
8. Checar que cada peça da bicicleta esteja bem presa.

自転車に乗る前に以下の点を点検し、悪い箇所はすぐに整備しましょう。

1. ハンドルは、前輪と直角にしっかり固定。
2. ペダルが曲がったりして足が滑らないようにすること。
3. チェーンはゆるみすぎないように。
4. ブレーキは、前・後輪ともによくきくように。
5. タイヤには十分に空気を入れ、その表面は磨り減ったままにしないように。
6. 前照灯は明るくしましょう。
7. 尾灯や反射器材(後部及び側面)を付けましょう。
8. 自転車の各部品の取り付けは確実に。

Cuidados ao andar de bicicleta
自転車に乗るときに心がけるべきこと

2 Forma de circulação da bicicleta : Vamos respeitar as *5 regras para o uso seguro da bicicleta*

自転車の通行方法 *自転車安全利用五則* を守りましょう。

Regra 1
A bicicleta deve em princípio circular pela rua e, excepcionalmente, pela calçada

- A bicicleta é também um veículo. Em princípio, deve circular na rua.
- Deve-se circular por ciclovias, quando houver.
- As bicicletas podem circular em calçadas com indicação de permissão de circulação de bicicletas em geral.
- Crianças com idade até 13 anos, idosos acima de 70 anos e pessoas com necessidades especiais podem circular de bicicleta pela calçada.

* Quando a rua for estreita e em outros casos excepcionais, é possível circular pela calçada.

第一則
自転車は、車道が原則、歩道は例外。

- 自転車は車両の仲間なので、原則として車道を通行します。
- 自転車道があるところでは、自転車道を通行すること。
- 普通自転車歩道通行可の標識がある歩道は、自転車で通行できます。
- 13歳未満の子ども、70歳以上の高齢者、体の不自由な人は、歩道を自転車で通行できます。

※車道の幅が狭いなどのやむを得ない場合には例外として歩道を通行できます。

Regra 2
As bicicletas devem circular pelo lado esquerdo

- Utilizar a margem esquerda da rua para circular.
- É possível circular pelo acostamento, desde que não cause empecilhos à circulação dos pedestres.

第二則 **自転車は左側を通行。**

- 車道の左端を走ること。
- 路側帯を通行できますが、歩行者の通行を妨げないこと。

Regra 3
A calçada é preferencial dos pedestres
A bicicleta deve andar devagar próximo à rua

- Quando passar pela calçada, ande em velocidade que permita paradas imediatas.
- Pare temporariamente caso haja risco de causar empecilhos à circulação dos pedestres.
- Não toque a campainha da bicicleta desnecessariamente em direção aos pedestres.
  O pedestre tem preferência absoluta. Dependendo da necessidade, desça da bicicleta.

第三則
歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行。

- 歩道を通るときは、すぐ停止できるような速度で徐行すること。
- 歩行者の通行を妨げるおそれのある場合は一時停止します。
- 警音器を歩行者に対して歩道などでみだりに鳴らさないこと。
  あくまでも歩行者が優先です。必要に応じて自転車を降りましょう。

Regra 4
Respeito às regras de segurança

Proibido andar em dupla na bicicleta.

第四則 **安全ルールを守る。**二人乗りは禁止。

Regra 4
Respeito às regras de segurança

Proibido avançar em paralelo com outra bicicleta.

第四則 **安全ルールを守る。**並進は禁止。

Cuidados ao andar de bicicleta
自転車に乗るときに心がけるべきこと

2 Forma de circulação da bicicleta : Vamos respeitar as *5 regras para o uso seguro da bicicleta*
自転車の通行方法 *自転車安全利用五則* を守りましょう。

Regra 4
Respeito às regras de segurança
Proibido dirigir alcoolizado.

第四則 安全ルールを守る。 飲酒運転は禁止。

Os infratores estarão sujeitos a uma penalidade severa.
Não apenas quem dirige alcoolizado, mas quem incentivou o usuário da bicicleta a beber também estará sujeito à penalidade.

飲酒運転は絶対に禁止!
厳しい処罰が待っています。飲んで運転した人だけではなく、飲ませた人も処罰対象です。

Regra 4
Respeito às regras de segurança
Não dirigir segurando guarda-chuvas ou falando/manuseando telefones celulares.

第四則 安全ルールを守る。
運転中に傘をさしたり、携帯電話の通話・操作はやめましょう。

Regra 5 Colocar capacete em crianças
Nos casos seguintes, o responsável deve fazer a criança usar capacete de proteção.
- Quando levar criança de idade inferior a 6 anos sentada na cadeirinha de uso infantil.
- Quando crianças com idade inferior a 13 anos dirigirem a bicicleta.

第五則 子どもはヘルメットを着用。
次の場合、保護者はヘルメットを着用させなければいけません。
- 6歳未満の子どもを自転車の幼児用座席に乗せる場合
- 13歳未満の子どもが自転車を運転する場合

Regra 4
Respeito às regras de segurança
Ligar a lanterna à noite.
Mesmo durante o dia, ligar a lanterna ao atravessar túneis ou no caso de neblina densa.

第四則 安全ルールを守る。
夜間はライトを点灯。
昼間でもトンネルや濃霧の中ではライトを点灯しましょう。

Regra 4
Respeito às regras de segurança
Pare e confirme a segurança respeitando os semáforos nos cruzamentos.
(Refira-se à página 3 para o significado das cores do semáforo)

第四則 安全ルールを守る。
交差点での信号遵守と一時停止・安全確認。
(信号の意味は3ページ参照)

3 Como atravessar cruzamentos
交差点の通り方

3-1 Ao virar à direita
- **Quando houver semáforo**
  Com o semáforo verde, avance pelo lado esquerdo do cruzamento até a esquina do lado oposto; reduza bastante a velocidade, pare e mude a direção. Depois de o semáforo oposto passar a verde, avance confirmando se está seguro dos lados, na frente e atrás.
- **Na ausência de semáforo**
  Confirmar a segurança na parte traseira e avançar até o lado oposto ao longo da margem esquerda da rua, reduzindo a velocidade, virando à direita e avançando após confirmar se está seguro.

右折するとき
- **信号機があるとき**
  青信号で、交差点の左側に沿って向こう側の角まで十分に速度を落として直進し、止まって向きを変えます。対面する信号が青色になってから、前後左右の安全確認をして直進します。
- **信号機がないとき**
  後ろの安全を確かめ、道路の左端に沿って向こう側まで直進し、速度を落として右に曲がり、安全を確かめて進みましょう。

Cuidados ao andar de bicicleta
自転車に乗るときに心がけるべきこと

3 Como atravessar cruzamentos
交差点の通り方

3-2 Quando virar à esquerda, ter cuidado para não causar empecilho à circulação dos pedestres que atravessam a rua na qual você entrou à esquerda.

左折するときは、左折した先の道路を横断中の歩行者の通行を妨げないようにしましょう。

3-3 Em locais com indicação para parada, pare e confirme se está seguro de ambos os lados.
Vamos respeitar os sinais indicativos.

一時停止標識のあるところでは、必ず一時停止して、右・左の安全を確かめます。標識には必ず従いましょう。

3-4 Em cruzamentos com visualização ruim e ao sair de ruas pequenas para ruas mais largas, pare no fim da calçada e procure confirmar se está seguro em ambos os lados.

見通しの悪い交差点や狭い通りから広い通りに出るとき、歩道の切れ目では一時停止をして、右・左の安全を確かめましょう。

3-5 Caso haja faixa de travessia de bicicletas em cruzamentos ou próximo a eles, use-a para atravessar.

交差点やその近くに自転車横断帯がある場合は、そこを通ること。

Tipos e significados dos sinais relacionados ao tráfego de pedestres e uso de bicicletas
歩行と自転車利用に関係する標識の種類と意味

Proibida a circulação de pedestres, veículos e bicicletas.

歩行者、車、自転車の通行禁止。

Circulação restrita a pedestres.

歩行者だけが通行できます。

Proibida a circulação de veículos e bicicletas.

車や自転車の通行禁止。

Circulação restrita a bicicletas e pedestres.

自転車と歩行者だけが通行できます。

Proibida a entrada de veículos e bicicletas a partir deste ponto.

車や自転車はここから入ってはいけません。

Circulação restrita a bicicletas.

自転車だけが通行できます。

Proibida a circulação de bicicletas.

自転車の通行禁止。

Faixa de segurança.

横断歩道です。

Circular em velocidade capaz de parada imediata de veículos e bicicletas.

車や自転車はすぐに止まれる速さで通行すること。

Local de travessia de bicicletas.

自転車横断帯です。

Parar veículos e bicicletas e confirmar se está seguro à direita e à esquerda.

車や自転車は、一時停止して、右・左の安全を確認すること。

Há escolas, jardins de infância e creches.

学校、幼稚園、保育所等があります。

Proibida a travessia de pedestres.

歩行者の横断禁止。

Há semáforo.

信号機があります。

Aos motoristas de carros
自動車を運転する方へ

Para respeitar os pedestres e ciclistas
歩行者と自転車を守るために

1 • Ao passar ao lado de pedestres e bicicletas, ande devagar mantendo uma distância segura.
• Ao se aproximar da faixa de pedestres ou da área de travessia de bicicletas, reduzir a velocidade de forma que possa parar e, no caso de pedestres e bicicletas atravessando, parar para não causar empecilhos à circulação.

● 歩行者や自転車のそばを通るときは、安全な間隔を空けるか、徐行します。
● 横断歩道や自転車横断帯に近づくときには、停止できるように速度を落とし、歩行者や自転車が横断中の場合は通行を妨げないよう停止すること。

2 No caso de atravessar calçada, acostamento ou ciclovia para entrar ou sair de garagem de frente para a rua, parar e tomar cuidado com pedestres e bicicletas.

道路に面した車庫などに出入りするために歩道や路側帯、自転車道などを横切る場合は、一時停止して歩行者や自転車に注意しましょう。

3 Tomar cuidado com pessoas que possam sair de dentro ou de detrás de carros estacionados ao longo da rua.

道路脇に止まっている車や車のかげから人が出てくる場合があるので気を付けましょう。

4 Ao ver idosos e crianças prestes a atravessar a rua, reduzir a velocidade empenhando-se em particular em dirigir com segurança para poder parar de imediato se necessário.

高齢者や子どもが道路を横断しようとしているときには、速度を落とし、すぐに停止できるようにするなど安全運転に特に努めましょう。

Atendimento a acidentes de trânsito
交通事故に対する対応

1 Quando ocorrer acidente de trânsito
交通事故が起きたとき

1-1 Parar o veículo de imediato.

直ちに車両の運転を停止すること。

1-2 Transferir o veículo para o acostamento para não impedir a circulação.

他の交通の妨げにならないように、車両を路肩などに移動します。

1-3 No caso de feridos, chamar uma ambulância pelo telefone 119.
Até a ambulância chegar, executar os primeiros socorros ao ferido, estancando a hemorragia com um lenço limpo e fornecendo incentivo. Porém, não mover imprudentemente o ferido.

負傷者がいる場合は、電話番号119で救急車を呼びます。救急車が来るまで、清潔なハンカチなどで止血したり、励ますなど応急救護をしましょう。ただし負傷者をむやみに動かさないこと。

1-4 Haja ou não feridos, notificar à polícia pelo telefone 110.
Até a polícia chegar não se afastar de forma nenhuma do local do acidente. Cabe ao condutor do veículo informar a condição do acidente aos policiais.

負傷者の有無にかかわらず、警察に110で連絡すること。警察官が来るまで絶対に事故現場から立ち去ってはいけません。自転車は車両の運転者として警察官に事故状況を報告する義務があります。