

地震灾害时必用信息一览表（保存版）

- # 请您将此表和紧急灾害备用品放在一起。
- # 在避难处谁都可以接受同样的服务和待遇。
- # 如果想确认亲属朋友的安否，请您使用 171 传言号码。

紧急用语（您对日本人说的時候）

- 助けてください。 ⇔ 救命啊！
- 日本語が分かりません。 ⇔ 我不懂日语！
- ○○語 を話せます ⇔ 我会说○○语！
- ○○ がいます。 ⇔ 这里有○○！
(病人・けが人・家の中に人) (病人/伤员/我家里的人)
- ケガしています。 ⇔ 我受伤了！
- 体調が悪いです。 ⇔ 我不舒服！
- ○○ が痛いです。 ⇔ 这个部位很痛！
(頭・首・胸・腰・おなか・手・足)
(头/脖子/胸/腰/肚子/手/脚・腿)
- ○○ です。 ⇔ 我患有○○病！
(糖尿病・心臓病・てんかん) (糖尿病/心脏病/癫痫)
- ○○ が不自由です。 ⇔ 我的○○部位有残疾！
(耳・目・手・足) (耳朵/眼睛/手/脚・腿)
- 家族と連絡を取りたい。 ⇔ 我想和家里人取得联系！
- ○○ はどこですか。 ⇔ ○○在哪里？
(避難所・医者・食べ物・水・生活用品の配給、電話・トイレ・風呂・携帯電話の充電)
(避难处/医生/食物/水/颁发生活用品/电话/厕所/浴室/手机充电)
- ○○ は使えますか。 ⇔ ○○能用吗？
(トイレ・水道・電話・ガス・バス・電車)
(厕所/自来水/电话/瓦斯/公共汽车/电车)
- ○○ がほしいです。 ⇔ 我想要○○！
(水・粉ミルク・湯・離乳食・オムツ・毛布・生理用品・服)
(水/奶粉/开水/离乳食品/尿布/毛巾被/卫生巾/衣服)
- ○○ が食べられません。 ⇔ 我不能吃○○！
(健康上・宗教上) (猪肉・牛肉・そば・卵・魚)
(因健康/因宗教) (猪肉/牛肉/荞麦面条/鸡蛋/鱼肉)

紧急用语（日本人对您说的時候）

- 逃げてください。 ⇔ 快跑！
- ついてきてください。 ⇔ 跟我来！
- 危ないです。 ⇔ 危险！
- 大丈夫です。 ⇔ 不要紧！
- ○○に避難してください。 ⇔ 请在这儿避难！
(避難所・小学校・中学校・公民館) (避难处/小学/中学/文化馆)
- ○○に入らないでください。 ⇔ 不要进入此处！
(家・建物・許可なく) (人家/建筑物/无许可)
- ○○を__時__分に配ります。 ⇔ 在__点__分颁发○○。
(食料・水・生活用品) (食物/水/生活用品)

紧急时使用的个人记录

姓名: _____
 出生年月日: _____ 年 _____ 月 _____ 日生
 血型: _____ 型 (Rh +・-))
 自家住所: _____
 TEL (_____)
 公司名称: _____
 TEL (_____)
 紧急联络人的姓名: _____
 TEL (_____)

必备用语 请您务必记住！

避難指示	避難指示
避難解除	避難解除
火事	着火
土砂崩れ	塌方
危険	危险
立入禁止	禁止进入
余震	余震
応急処置	应急措施
救護所	救护处
ペースメーカー	起搏器
人工透析	人工透析
炊き出し	烧饭赈济灾民
給水車	供水车
利用時間	利用时间
火気厳禁	禁止用火
禁煙	禁止吸烟
喫煙場所	吸烟场所
無料/有料	收费/免费
貸し出し	出借
通行可能	可以通行
通行止	禁止通行
消灯時間	关灯时间
エコノミークラス症候群	由于长时间坐卧而引起的综合症(静脉淤血, 呼吸困难等)
復旧	恢复
り災証明書	立灾证明



广域避难处 禁止进入 禁止吸烟 禁止通行