

地震災害幫助表（保存版）

- # 將幫助表放入災害非常時期攜帶品袋中。
- # 在避難場所誰都可以接受服務。
- # 安否確認使用 171 傳言電話（請參照咪咪太郎 60 號）

緊急用語（你向日本人說時）

- 助けてください。 ⇨ 請幫助我
- 日本語が分かりません。 ⇨ 我聽不懂日語
- ○○語 を話せます ⇨ 我會說○○語
- ○○ がいます。 ⇨ 有○○
(病人・けが人・家の中に人) (病人・受傷的人・人在屋子裏)
- ケガしています。 ⇨ 受傷了
- 体調が悪いです。 ⇨ 身體不舒服
- ○○ が痛いです。 ⇨ ○○痛
(頭・首・胸・腰・おなか・手・足)
(頭子・胸・腰・肚子・手・脚)
- ○○ です。 ⇨ 有○○
(糖尿病・心臟病・てんかん) (糖尿病・心臟病・癲間)
- ○○ が不自由です。 ⇨ ○○不好
(耳・目・手・足) (耳朵・眼睛・手・脚)
- 家族と連絡を取りたい。 ⇨ 想跟家族連絡
- ○○ はどこですか。 ⇨ ○○在哪裏
(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)
(醫生・吃的東西・水・生活用品的配給・電話・廁所・
洗澡・手機充電)
- ○○ は使えますか。 ⇨ ○○能用嗎？
(トイレ・水道・電話・ガス・バス・電車)
(廁所・水・電話・瓦斯・巴士・電車)
- ○○ 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・湯・斷奶食・尿布・毛毯・生理用品・衣服)
- ○○ が食べられません。 ⇨ 因為○○所以不能吃○○
(健康上・宗教上) (豚肉・牛肉・そば・卵・魚)
(健康上・宗教上) (豚肉・牛肉・蕎麥麵・卵・魚)

緊急用語（日本人向你說時）

- 逃げてください。 ⇨ 趕快逃
- ついてきてください。 ⇨ 跟我來
- 危ないです。 ⇨ 危險
- 大丈夫です。 ⇨ 沒問題
- ○○に避難してください。 ⇨ 請到○○避難
(避難所・小学校・中学校・公民館) (避難所・小學校・中學校・公民館)
- ○○に入らないでください。 ⇨ 請不要進去○○
(避難所・小學校・中學校・公民館)
(家・建物・許可なく) (屋內・建築物內・沒許可)
- ○○を__時__分に配ります。 ⇨ ○○__點__分分配
(食料・水・生活用品) (食物・水・生活用品)

緊急時個人記錄

姓名：
 生年月日： 年 月 日
 生日：
 血型： 型 (Rh +・-))
 自宅地址：
 TEL：
 公司名：
 TEL：
 緊急連絡處姓名：
 TEL：

有幫助的用語

請記住！

避難指示	避難指示
避難解除	避難解除
火事	火災
土砂崩れ	土石流
危険	危險
立入禁止	禁止進入
余震	余震
応急処置	急救办法
救護所	救護處
ペースメーカー	心律調整器
人工透析	人工洗腎
炊き出し	賑災煮食
給水車	供水車
利用時間	利用時間
火気厳禁	嚴禁火氣
禁煙	禁煙
喫煙場所	吸烟處
無料/有料	免費 / 要付費
貸し出し	出租
通行可能	可以通行
通行止	禁止通行
消灯時間	消燈時間
エコノミー クラス症候群	經濟艙症候群
復旧	恢復
り災証明書	災區證明書



広域避難場所 進入禁止 禁煙 通行止

