

みんなが ^{あんぜん}安全に ^{あんしん}安心して
暮らすために



あいちけんけいさつほんぶ けいむぶ きょうようか こくさいけいさつ
愛知県警察本部 警務部 教養課 国際警察センター

はじめに

愛知県には、いろいろな国から来た人たちがたくさん住んでいます。

そして、日本で暮らすルールを知らないためにトラブルになることがあります。

そこで、愛知県警察はみなさんが安全に安心して日本で暮らすことができるように、やさしい日本語で日本の生活のルールなどを説明することにしました。

なお、やさしい日本語の表現の検討では、愛知県立大学 2021年度

後期 学術交流協定留学生「プロジェクトワーク」のみなさんにご協力いただきました。

日本人も外国から来た人もみんなが安全に安心して暮らすために

役に立ててください。

この本に 書いてあること

こうつう じ こ	交通事故を おこしたときに すること.....	1
ひと たす	けがをした人を 助ける.....	1
けいさつかん よ	警察官を 呼ぶ.....	1
あんぜん ばしょ けいさつかん ま	安全な 場所で 警察官を 待つ.....	1
じ こ あいて でんわばんごう き あいて じぶん でんわばんごう つた	事故の 相手から 電話番号を 聞く・相手に 自分の 電話番号を 伝える.....	2
ざいりゅうし か く	在留資格について.....	3
そと で ざいりゅう も	外に出るときは、在留カードを 持って行ってください.....	3
はたら よ ざいりゅうしかく にほん はたら	働いても良い ビザや 在留資格がないと 日本で 働くことは できません.....	3
き	トラブルに ならないために 気をつけること.....	4
やさい くだもの い もの かって も い	野菜や 果物や 生き物を 勝手に 持って行っては いけません.....	4
りゅう も ある	理由がないのに ナイフを 持ち歩いては いけません.....	4
ぬす あず	盗んだものを もらったり、預かたりしては いけません.....	4
つうちょう う	通帳・キャッシュカードを 売ったり あげたりしては いけません.....	4
よる おそ じかん あさ はや じかん おお おと だ	夜の 遅い時間や 朝の 早い時間に 大きな音を 出しては いけません.....	5
お もの けいさつ も い	落とし物は 警察に 持って行ってください.....	5
そと もの つか	外にある物を 使っては いけません.....	5
ごみは まも す	ごみは ルールを 守って 捨ててください.....	5
じけん じ こ き	事件や 事故に あわないように 気をつけること.....	6
こうつう まも	交通ルールを 守ってください.....	6
いえ じてんしゃ かぎ	家や 自転車に 鍵を かけてください.....	6
ひがい ひがい き	チカン 被害に あわないように 気をつけてください.....	7
さいがい	災害について.....	8
さいがい	災害は いつ おきるか わかりません.....	8
いえ なか あんぜん	家の 中を 安全に してください.....	8
けいかい	警戒レベルについて.....	8
ひなんばしょ しら	避難場所を 調べてください.....	10
に も ようい	逃げる ときに 持っていく ものを 用意 してください.....	12

こうつうじこ 交通事故をおこしたときにすること

けがをした人を助ける

こうつうじこ けがをした人がいるときは、その人を助けてください。
119に電話をして救急車を呼んでください。



けいさつかんよ 警察官を呼ぶ

こうつうじこ けがをした人がいるときもいないときも必ず警察に知らせてください。110か警察署に電話をしてください。絶対に逃げてはいけません。逃げると刑務所に入るなどの重い罰を受けます。



あんぜんばしょ 安全な場所で警察官を待つ

くるまの乗っていて事故を起こしたときは、他の車が来ない所に車をとめてください。他の車や人が通れるようにしてください。そして、救急車や警察を待ってください。



ハザードランプのスイッチ



出典：政府広報オンライン

じ こ あいて てんわばんごう き
事故の 相手から 電話番号を 聞く
 あいて じぶん てんわばんごう つた
相手に 自分の 電話番号を 伝える

こうつうじ こ あと ほけん つか あいて なまえ てんわばんごう ひつよう あいて なまえ
交通事故の後で 保険を 使うときに 相手の名前と 電話番号が 必要です。相手の 名前と
 てんわばんごう き あいて じぶん なまえ てんわばんごう い
電話番号を 聞いてください。相手にも 自分の 名前と 電話番号を 言ってください。

けいさつ きんきゅうでんわ
警察の 緊急電話 110

けいさつ きんきゅう れんらく でんわ じぶん じけん じこ
110 は 警察に 緊急で 連絡するための 電話です。自分が 事件や 事故に
 ちか じけん じこ み あぶ
あったとき、近くで 事件や 事故を 見たとき、危ないことが あったときには すぐに
 てんわ
110 に 電話をしてください。

れい
【例】



い え はい もの ぬす
 どろぼうが 家に入った。物を盗まれた。



ひと はな ひと み
 あやしい人が 話しかけてきた。あやしい人を見た。



こうつうじ こ こうつうじ こ み
 交通事故に あった。交通事故を見た。



し ひと いえ なか
 知らない人が 家の中を のぞいている。

① 在留資格について

① 在留資格 = 日本に住む目的とその許可のことです。



外に出るときは、在留カードを持って行ってください

外に出るときは、在留カードを持って行ってください。在留カードを貸しては いけません。友だちや 家族にも 貸しては いけません。



働いても良い ビザや 在留資格がないと 日本で 働くことは できません

外国人が 日本で 働いて 良いかどうか、どのような 仕事を できるかなどは、ビザや 在留資格の種類で 決まっています。

たとえば、留学生は アルバイトをするために「資格外活動許可」が 必要です。許可を受けると、1週間に 28時間まで 働くことができます。

許されていない 仕事をすると、**在留資格が なくなって 日本に いらなくなる** ことがあります。

トラブルにならないために 気をつけること

野菜や 果物や 生き物を 勝手に 持って行っては いけません

他の人の 土地にある 野菜や 果物や 草花、牛や ヤギなどの 生き物を 取っては いけません。公園などの ①公共の場所でも 市や 県などが 管理 しています。

山、川、海にも 管理を している人が います。許可されていない 場所で 植物や、魚、貝などの 生き物を 取っては いけません。魚釣り などを するときは、してもよい場所かどうか 調べてください。

① 公共の 場所 = みんなが 使う 場所 のことです。

理由がないのに ナイフを 持ち歩いては いけません

仕事で 使うなどの 理由がないときは、ナイフなどの 刃物を 持って 外に出ては いけません。法律で 禁止されています。



盗んだものを もらったり、預かったりしては いけません

盗んだ物を 他の人から もらったり、預かったりしては いけません。日本では 法律で 禁止されています。あやしい物は もらったり、預かったり、買ったり しないでください。

通帳・キャッシュカードを 売ったり あげたり してはいけません

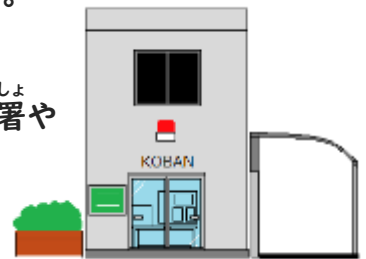
銀行や 郵便局の 通帳や キャッシュカードなどを 他の人に 売ったり あげたりしては いけません。法律で 禁止されています。あなたの 口座が 悪いことに 使われるかも かもしれません。トラブルに なります。使わなくなった 銀行口座などは 閉じてください。

よる おそ じかん あさ はや じかん おお おと だ
夜の 遅い時間や 朝の 早い時間に 大きな音を 出しては
いけません

ともだち いえ あつ しょくじ おお おと だ
友達と 家で集まって 食事や パーティーをするときは 大きな音を 出さないでください。
とく よる おそ じかん あさ はや じかん おお おと だ まわ ひと めいわく
特に 夜の 遅い時間や、朝の 早い時間に 大きな音を 出すと、周りの人に 迷惑です。

お もの けいさつ も い
落とし物は 警察に 持って行ってください

もの ひろ ちか けいさつしょ こうばん も
物を 拾ったときは、近くの 警察署や 交番に 持って行ってください。
ひろ もの つか ほうりつ きんし
拾った物を 使っては いけません。法律で 禁止されています。
もの お もの ぬす けいさつしょ
物を 落としたり なくしたりしたときや、物を 盗まれたときも、警察署や
こうばん けいさつかん し
交番の 警察官に 知らせてください。



そと もの つか
外に ある物を 使っては いけません

どうろ じてんしゃお ば す ば もの つか ほうりつ きんし
道路・ 自転車置き場・ ごみ捨て場などに ある物を 使っては いけません。法律で 禁止
されています。ごみでも 持って行っては いけません。

ごみは ルールを 守って 捨ててください

ごみの 捨て方は、住んでいる 市や 町によって、場所・曜日・時間や ごみの 種類の
わけかた ちが ちが ちが まも めいわく
分け方などの ルールが 違います。ルールを 守らないと みんなの 迷惑になります。
す かた ひと ひと き しやくしょ
ごみの 捨て方が わからない人は、ルールが わかる人に 聞いたり、市役所の ホーム
ページなどで 調べたり してください。



事件や事故にあわないように 気をつけること

交通ルールを守ってください

日本では、自動車やオートバイを運転するには運転免許が必要です。

自動車に乗る人はみんなシートベルトを使ってください。シートベルトは、みなさんの命を守ります。

歩いているときも自転車に乗るときも交通ルールを守りましょう。自転車に乗る人は必ずヘルメットをかぶってください。そして、自転車の保険に入ってください。

自転車を安全に乗るために(動画)



English



Việt



Português



Español



Nepal



Indonesia



家や自転車に鍵をかけてください

出かけるときは、必ず家のドアや窓に鍵をかけてください。日本にも泥棒がいます。自転車も鍵をかけてください。自転車についている鍵のほかにもう一つ鍵をつけると、もっと安全です。

自転車に鍵をかけてください(動画)



English・Tagalog・Việt・
Português・Indonesia



チカン 被害にあわないように 気をつけてください

チカンとは、女の人 の 体 を 触るなどの 犯罪 の ことです。

夜に 外を 歩くときは 気をつけてください。チカンの 犯人は、人が あまり通らない 暗い 所で、一人で 歩く 女の人などを 探しています。駅や コンビニエンスストアで 女の人などを 探して 人が 少ない 所まで ついていく こともあります。エレベーターに 乗るときや 家に入る ときに 周りに 変な人がいないか 確かめてください。

チカンが 来た時は、大きな声を出して 助けを 呼んでください。その場所から 逃げて 110に 電話をして 警察を 呼んでください。

警察官の①護身術講座(動画)



日本語



中文



Việt



Tagalog



Indonesia



Português

① 護身術 = 自分を 守るための 方法のことです。



さいがい 災害について

さいがい 災害は いつ おきるか わかりません

にほん 日本は、① しぜんさいがい 自然災害が たくさん おきる国です。さいがい 災害がおきたときに ひつよう 必要になるものを ようい 用意してください。

① しぜんさいがい 自然災害 = じしん 地震、たいふう 台風、おおあめ 大雨 (たくさん あめ 雨が ふること)、どしゃくず 土砂崩れ (がけなどの じめん 地面が くず 崩れること)、つなみ 津波 (おお なみ 大きい 波) などのことです。

いえ なか 安全に しておきましょう

たんすや たな うえ 棚の上などの たか 高い ところ おもい もの おお 重い物を あぶ 危ないです。じしん 地震のときに もの 物が うえ 上から おお 落ちてきて けがをする かもしれません。 もの 物が たお 倒れたら ドアが ひら 開かなくなる ところ に じゃま 邪魔になる ところ もの 物を おお 置かないで ください。

けいかい 警戒レベルについて

「けいかい 警戒レベル」は、たくさん あめ ふ 雨が 降ったり たいふう ちか 台風が 近づいたりして おお さいがい 大きな災害が おきそうなときに、いま あぶ 危ないかを 知らせるものです。けいかい 警戒レベルの すうじ 数字が おお 大きくなるほど あぶ 危ないという いみ 意味です。 じぶん 自分が いる ところ けいかい 警戒レベルが 出たときは、つぎ 次のページの せつめい 説明に か 書いてあることを してください。

けいかい 警戒レベルは、いろいろな ことば 言葉で せつめい 説明が あります。よ よ 読んで、どんなとき どのような ことを するのか かぞく 家族や ともだち 友達と はな 話してください。

警戒レベルの種類と説明

警戒レベル	説明
警戒レベル5	<p>もう危ない状態になっているのに、^②避難場所にいけないときは、その場所で自分を守ります。たとえば、たくさん雨が降っていて、家の中に水が入ってくるときは、2階より上の部屋に逃げてください。 「緊急安全確保」ということもあります。</p>
<p>〈警戒レベル4までに絶対に逃げてください〉</p>	
警戒レベル4	<p>みんな危ない所から逃げてください。 「避難指示」ということもあります。</p>
警戒レベル3	<p>お年寄りの人、障がいがある人、赤ちゃんや小さい子がいるなど、逃げるのに時間がかかる人は、危ない所から逃げてください。 「高齢者等避難」ということもあります。</p>
警戒レベル2	<p>災害がおきるかもしれません。どんな危険があるのか、どの道を通ってどこに逃げるのか確認してください。</p>
警戒レベル1	<p>まだ災害の危険は低いですが、天気予報を見たり、災害がおきたときにどうすればよいかを調べたりしてください。 「早期注意情報」ということもあります。</p>

② 避難場所 = 逃げる所 のことです。

警戒レベル（14言語）

(内閣府 新たな避難情報に関するポスター・チラシ)



English・Español・Tagalog・Việt・ภาษาไทย・
Português・Indonesia・한국어・简体中文・
繁體中文・မြန်မာ・Монгол хэл・
नेपाली・ភាសាខ្មែរ

避難場所を調べてください

地震や洪水などがおきて、家にいることが危ないときは避難場所に逃げてください。

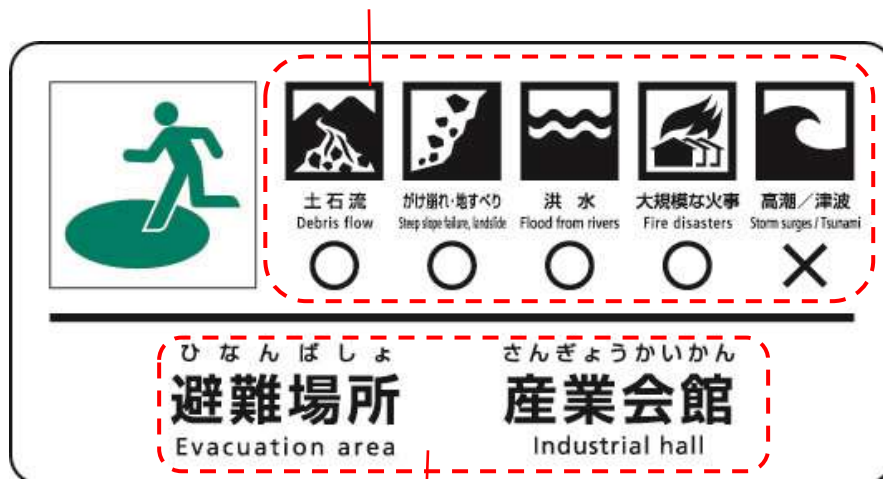
みなさんの住んでいる市、区、町が、避難場所を決めています。避難場所がどこにあるか調べてください。

災害はいつおきるかわかりません。住んでいる所だけでなく、学校や働いている所の近くにある避難場所も調べてください。市役所や区役所、インターネットで調べることができます。避難場所になっている所には、入口に看板があります。

避難場所にある看板の例

どの種類の災害のときに避難場所を使えるか書かれています。

下に×がついている種類の災害のときは、その場所は使えません。



避難場所の名前が書かれています。

ひなんばしょ 避難場所の マークの 説明

マーク	しゅるい 種類	せつめい 説明
	していきんきゆうひなんばしょ 指定緊急避難場所	さいがい 災害が おきたときに、いのち まも 命を守るために に ところ 逃げる所です。
	していひなんじよ 指定避難所	さいがい 災害で 家 に 戻れない人が、べつ す ところ 別の住む所を み する ところ 見つけるまで 住む所です。
	つなみひなんばしょ 津波避難場所	たか なみ ちか 高い波が 近づいてきたときに 逃げる所です。
	つなみひなん 津波避難ビル	たか なみ ちか 高い波が 近づいてきたときに 逃げる、たか たてもの 建物のことです。
	こうずい 洪水	たくさん 降った 雨や、ゆき と みず かわ 溶けた水で 川の みず 水が あふれることです。
	たかしお つなみ 高潮・津波	たか なみ かいめん たか 高い波 や 海面が 高くなる ことで、りく うみ みず なが こ 海の水が 流れ込むことです。
	どせきりゅう 土石流	たくさんの つち いわ みず お なが 土や 岩などが 水に 押し流される ことです。
	がけくず じすべ 崖崩れ・地滑り	がけ さか じめん お 崖や 坂の 地面が くずれ落ちる ことです。
	だいきぼ かじ 大規模な火事	ひろ はんい かじ 広い 範囲の 火事のことです。

逃げる ときに 持っていく ものを 用意 してください

災害が おきると、いつものように 欲しい物を 買うことが できません。水、ガス、電気が 止まってしまう かもしれません。そうなったときに 困らないために、いろいろな物を 用意してください。逃げるときに 持っていくものは、リュックサックや カバンに 入れて、いつでも 持っていけるように してください。

「災害 対策 チェックリスト」には、用意しておくものが 書いてあります。外国語でも 説明が あります。

災害 対策 チェックリスト



日本語



English



中文



한국어



Español



Português



Tagalog



Việt



Indonesia

さいがい ようい
災害の ときのために 用意する もの



に も
【逃げるときに 持っていく もの】

- リュックサック
- ヘルメット
- てぶくろ
手袋
- マスク
- ティッシュペーパー
- タオル
- ふく
服
- は
歯ブラシ
- は
歯みがき粉
- た もの
食べ物
- みず
水
- めがね・コンタクトレンズ (つか ひと)



- かさ・カッパ
- かいちゅうでんとう
懐中電灯
- でんち
電池
- けいたいでんわ
携帯電話の 充電器
- ラジオ
- いんかん
印鑑 (ハンコ)、通帳、お金
- ライター
- ナイフ
- せいりようひん
生理用品 (女の人)
- くすり
薬
- じょきん
除菌シート
- マスク



あか ちい こ
【赤ちゃん・小さい子】

- あか ちゃんの た もの
赤ちゃんの 食べ物
- こな
粉ミルク
- にゅう
ほ乳びん
- にゅう
ほ乳びんを しょうどく
消毒するもの
- かみ
紙おむつ
- おしりふき



こ どもが いつも遊んでいる
おもちゃや 本が あると、
おつ ちが 落ちて 過ぎて しまいます。

としよ ひと
【お年寄りの人】

- い ば
入れ歯
- としよ ひと た もの
お年寄りの人の 食べ物
- おとなよう
大人用の おむつ

びょうき
【病気の人】

- い びょういん れんらくさき
いつも行く 病院の 連絡先
- おくすり てちょう
おくすり 手帳
- の 飲むでいる くすり
いつも 飲んでいる 薬

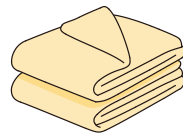


ひなんじよ
避難所は たくさんの人 が 集まります。 びょうき
病気にならないように マスクや しょうどくえき
消毒液も 用意
してください。

◆ 3日間分以上（できれば 1週間分くらい）の食べ物や水を家族の人数分用意してください。

【用意しておくもの】

- 水を入れる タンク
- カセットコンロ
- カセットガス
- 水
（1人 1日3リットルより 多く 用意する）
- 食べ物（保存できる 食べ物）
- 電池
- 缶切り
- 毛布
- ロウソク
- 簡易トイレ
- トイレの 匂いを 消すもの
- トイレの 消毒を するもの
- 救急セット
（けがをしたときに 使う
ばんそうこうや 包帯 など）
- アルコール消毒液
- マスク



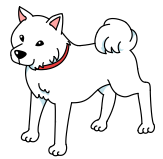
【その他】

- ラップ
- ごみ袋
- ガムテープ
- ビニールシート



【ペットがいる人】

- 動物病院の 連絡先
- ペットを つなぐ ひも
- ペットを 入れる かご
- ペットの 食べ物 など



- ・ ラップは 食事をするときにお皿に巻いておくと、お皿を洗わずにすむので、とても便利です。
- ・ 災害のときは、電気が使えなくなるかもしれません。電池を使うことができる携帯電話の充電器を用意してください。
- ・ 食べ物のアレルギーがある人、小さい子、お年寄りの人など、食べられない物がある人はいつも食べている物を用意してください。

