



姓名(注册)
国籍
母语



在遇到灾害或受伤时,这本指南可以为您提供帮助。请随身携带。

爱知多文化防灾口袋指南

中文

地震的时候该怎么办?

务必保护好自己的身体。要将自己的生命放在第一位!



如果摇晃停止.....

要通过电视、收音机或手机确认状况。



- 地震有时会持续发生好几次。
- 可能会发生海啸。
- 需撤离至高处。

在暴雨或台风来临时,应该在什么时候撤离?

请仔细收听电视或收音机的信息。

撤离参考标准

警戒等级	避难信息
5	紧急安全确保 有生命危险!无法安全撤离。 尽量前往安全的地方。

~请务必在到达警戒等级4前撤离!~

4	避难指示 大家从危险的地方撤离。
3	老年人等避难 老年人等要进行撤离。其他人做好撤离的准备。
2	洪水警报、暴雨警报等 确认如何撤离。
1	早期警报 注意最新信息。

星期一~星期六10:00~18:00 TEL: 052-961-7902

想要找个地方咨询时

• 爱知多文化共生中心(免费的多语言咨询窗口)

无法连接网络的时候

- 0000JAPAN(Five Zero Japan)
这是发生灾害时可以免费使用的Wi-Fi。
- Google寻人工具
访问网站→按照指示,输入信息
- 灾害留言板(Web171)
访问网站→输入自己的电话号码(或想要确认对象的电话号码)

发生灾害时,您可以在网站上登录信息,以确认家人是否平安。

想确认家人是否平安时

发生灾害时的避难场所

要撤离到有以下标志的地方。
在市町村的网站等平台上查一下吧。

• 临时避难点
(避难场所)

• 海啸好像快要来临时
(海啸避难场所、海啸避难大楼)

• 家宅房屋损毁时
(避难所)

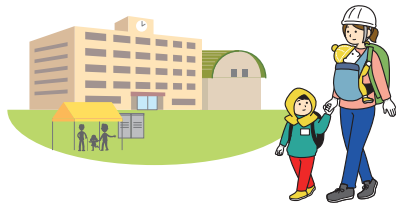
• 与家人约定的地点和时间

从家中撤离时一定要检查以下事项!

- 总电闸关了吗?
- 煤气总闸关了吗?
- 家门锁了吗?

如何撤离?

- 请穿上像运动鞋之类的方便步行的鞋子。
- 将物品放入背包里,以便能腾出双手方便使用。
- 步行撤离。(尽量避免使用车辆。)



电车和巴士停运时.....



徒步回家支援站

可提供信息,水和厕所是可供使用的。
(便利店等)



for iOS



for Android

这是通知灾害信息的应用程序。

Safety tips(防灾手册)



防灾门户网站(国土交通省) NHK WORLD JAPAN
这是汇集了灾害信息的网站,可以查看NHK的新闻。



爱知多文化共生网

这是可以用多种语言查看信息的网站和应用程序。

在发生重大灾害时发布信息。



网站





爱知县多文化共生象征标志

制作：爱知县 官民文化局 县民生活部 社会活动推进课 多文化共生推进室
电话：052-954-6138

备忘录

请帮我。(助けてください。)

请问我应该撤离至哪里呢？(どこに逃げたいですか。)

请带我去避难所。(避難所に連れて行ってください。)

有会说外语的人吗？(外国語を話せる人はいですか。)

请说慢一点。(ゆっくり話してください。)

请问在哪里可以领取食物和水？(食べ物や水はどこでもらえますか。)

可以用手指指着语句来传达自己的情况。

指读交流对话簿



市町村的信息备忘录



紧急情况时的报警电话



■ 火灾、生病时 ▶ 联系消防车、救护车

1 1 9



拨通119后,请告知①~④的信息。

- ①“发生火灾”或“需要急救”
- ②地点(地址、附近的建筑物)
- ③是什么样的火灾、是哪里疼痛
- ④您的姓名



■ 发生事件或事故时 ▶ 联系警察

1 1 0



*也可能会有用您的国家的语言进行交流的情况。

身体不舒服。(体調が悪いです。)

身上有疼痛的地方。(痛いところがあります。)

想去医院。(病院へ行きたいです。)

请叫救护车。(救急車を呼んでください。)

有过敏症状。(アレルギーがあります。)

有旧疾。(持病があります。)

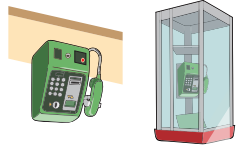
我怀孕了。(妊娠しています。)



手机无法使用时



请使用公共电话。
公共电话位于车站、市政府或町政府等地方，
在发生紧急情况或重大灾害时可免费使用。



发生紧急情况时的使用方法

1. 拿起听筒,按下“紧急通报按钮(红色按钮)”。
2. 拨打110(警察)或119(消防、急救)。
- ※没有红色按钮的时候不按也可以使用。

发生重大灾害时的使用方法

1. 拿起听筒。
2. 放入10日元或100日元。
3. 拨打电话号码。
- ※放入的硬币会退还给您。



重要联络人



· 联络人1

姓名

TEL

与本人的关系

· 联络人2

姓名

TEL

与本人的关系

· 联络人3

姓名

TEL

与本人的关系

我的信息



· 地址

· 电话号码

· 出生日期

年 月 日

· 在留卡编号(或护照编号)

· 日语 会说 · 会说一点 · 不会说

· 过敏、旧疾