

为了可安全避难，请事先和家人讨论并确认避难场所及路径

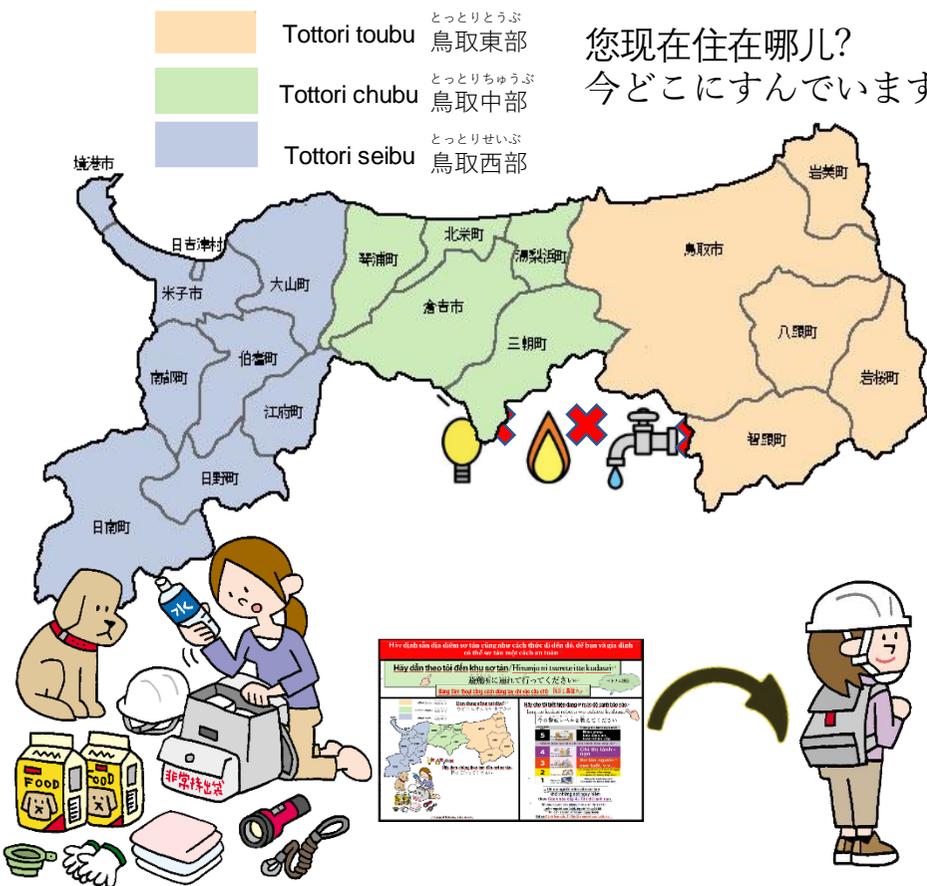
麻烦带我去避难所 / Hinanjo ni tsurete itte kudasai

ひなんじょ ついで
避難所に連れて行ってください

中文版

手指避难卡 指差し避難カード

您现在住在哪儿？
今どこにすんでいますか

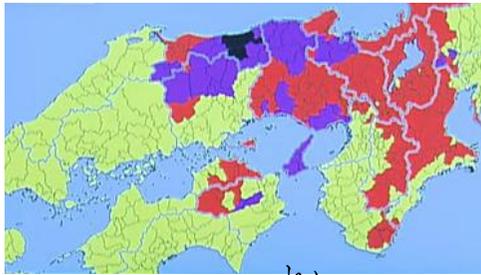


请问现在的警戒等级是几级？

いま けいかい れ べる おし
今の警戒レベルを教えてください

警戒等级	最新避难信息
5 已出现灾情 / 灾情即将到来	紧急安全措施
~~~~~ < 请务必在达到警戒等级 4 前进行避难! > ~~~~~	
4 灾情风险高	<b>避难指示</b> *
3 灾情的风险	<b>老年人等进行避难</b> *
2 天气恶化	<b>暴雨、洪水或暴潮注意报</b> (日本气象厅)
1 天气恶化的风险	<b>预警概率</b> (日本气象厅)

※ 将不再发布避难通告。  
从现在开始，所有居民应按警戒等级4的避难指示  
撤离危险场所。  
需要更多时间撤离的老年人或残障人士，  
※ 应按警戒等级3的老年人避难指示  
撤离危险场所。



れい

当灾害发生时，其区域的电视或市、町、村等行政单位将会随时发布灾害信息。灾害信息里有地图，根据各地区的危险度会以不同的颜色做区分。只要知道自己所居住的地区是什么形状、什么颜色代表什么含意，那么您就可以以更快的速度采取适当的避难行动。

災害が起きたら、その地方のテレビや市町村が災害の情報をその都度で知らせます。情報には、地図があり、その地域の危険度によって、色が違います。住んでいるところはどの形か、色の意味を覚えておけば、より早くて、適切な避難行動が取れます。

免费防灾软件「あんしんトリピーなび (Anshin Toripii Nabi)」可以用多种语言确认关于鸟取县内的防灾・警戒等级・开放的避难所等信息。

無料「あんしんトリピーなび」アプリでは、鳥取県内の防災・警戒レベル・開設された避難所などの情報が多言語で確認できます。

「VoiceTra」是一个语音翻译软件，只要对着它说话，它就可以立刻帮您将其翻成外语哟！它可翻译 31 个语种，也可免费下载及使用。

「VoiceTra」は、話しかけると外国語に翻訳してくれる音声翻訳アプリです。翻訳できる言語は 31 言語で、ダウンロード、利用もすべて無料です。

使用智能手机的「Google 翻译」软件中的相机功能，镜头所拍到的海报或看板上的文字都会自动被翻译成您所需的语言。

スマホの「Google翻訳」アプリでは、カメラを使って映したポスターや看板などの文字を翻訳可能です。

接不上网络或担心手机没电的各位，可使用下一页的手指会话资料进行对话。

インターネットが繋がらない。バッテリーが心配な方などは、次のページを使って、指差しで会話をしてください。



我不懂日语/Nihongo ga wakarimasen



我该去哪儿待着? / Dokode seikatsu sureba ii desuka

我是_____人/_____kara kimashita

我想跟我家人联络/Kazoku ni renraku shitai desu

我想联络大使馆/ Taishikan ni renraku shitai desu

我想给手机充电/ Keitai denwa wo juden shitai desu

这里有没有 Wi-Fi? / Wai Fai wo tsukaitai desu

我应该在哪儿换衣服? / Dokode kigae wo sureba ii desuka?

洗手间在哪里? / Toire wa doko desuka?

什么时候会发放食物? / Itsu taberu mono ga moraemasuka?

什么时候可以回家? / Itsu ie ni kaeremasuka?

可以带宠物一起避难吗? / Petto to isshoni hinan ga dekimasuka

日本語がわかりません

どこで生活すればいいですか

_____から来ました

家族に連絡したいです

大使館に連絡したいです

携帯電話を充電したいです

Wi-Fi を使いたいです

どこで着替えをすればいいですか

トイレはどこですか

いつ食べるものがもらえますか

いつ家に帰れますか

ペットと一緒に避難ができますか





# 身体状况的表达

# 体調関係の表現 たいちょうかんけい ひょうげん

**我这里疼**  
Koko ga itai desu  
ここがいた痛いです

**我发烧了**  
Nestu ga arimasu  
ねつ熱があります

**我呼吸困难**  
Iki gurushii desu  
いきぐる息苦しいです

**我现在怀着孕**  
Ninshin shiteimasu  
にんしん妊娠しています

**我受伤了**  
Kegawo shiteimasu  
けがをしています

**我拉肚子**  
Geri wo shiteimasu  
げり下痢をしています

**我想要这个药**  
Kono kusuri ga hoshii desu  
くすり ほこの薬が欲しいです

**我想看医生**  
Shinsatsu shitehoshii desu  
しんさつ診察してほしいです

**我想吐**  
Hakike ga shimasu  
はきけ吐き気がします

**我头晕**  
Memai ga shimasu  
めまいがします

**我有慢性疾病**  
Mansei shikkan wo motteimasu  
まんせいしっかん も慢性疾患を持っています

**我感冒了**  
Kaze wo hikimashita  
かぜ風邪をひきました



**哮喘**  
Zensoku  
ぜんそく喘息

**高血压**  
Kouketsuatsu  
こうけつあつ高血压

**糖尿病**  
Tounyoubyou  
とうようびょう糖尿病

**心脏病**  
Shinshikkan  
しんしっかん心疾患

**我对_____过敏**  
_____ no arerugi ga arimasu  
あれるぎー_____のアレルギーがあります



**小麦/Komugi**  
こむぎ小麦

**鸡蛋/Tamago**  
たまご

**甲壳类/Koukakurui**  
こうかくるい甲殻類



我需要这个 / Kore ga hoshii desu

これが欲しいです



食物  
Tabemono

饭团  
Onigiri

饮用水  
Nomimizu

热开水  
O-yu

奶粉  
Miruku

食べ物  
たべもの

おにぎり

飲み水  
のみみず

お湯  
おゆ

ミルク  
みるく

尿布  
Omutsu

经期用品  
Seiri youhin

创口贴  
Katto ban

塑料袋  
Bimiru bukuro

毛巾  
Taoru

洗发水  
Sampuu

毛毯  
Moufu

オムツ  
おむつ

生理用品  
せいりようひん

カットバン  
かっ と ぼん

ビニール袋  
び に ー る ぶくろ

タオル  
た お る

シャンプー  
し ゃ ん ぷ ー

毛布  
も う ふ

我不吃_____ / _____no ryouri ga taberaremasen

_____の料理が食べられません

猪肉  
Buta niku  
ぶたにく  
豚肉

牛肉  
Gyuu niku  
ぎゅうにく  
牛肉

肉  
Niku  
にく  
肉

我的灾害手册

わたしの災害メモ

姓名 なまえ 名まえ _____

出生年月日 せいねんがっぴ 生年月日 _____ / _____ / _____

国籍 こくせき 国籍 _____

慢性疾病 まんせいしっかん 慢性疾患 _____

电话号码 でんわばんごう 電話番号 _____

血型 けつえきがた 血液型： _____

护照号码 ぱすぽーと パスポートNo _____

大使馆・总领事馆电话号码 たいしかん・そうりょうじかんの でんわばんごう 大使館・総領事館の電話番号： _____

# 关于在避难所的生活 (Hinanjo de no seikatsu nitsuite)

# 避難所での生活について

登记姓名及住址  
名前・住所の登録



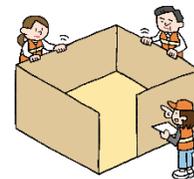
到达避难所之后，请登记您和家人的姓名及住址  
避難所に着いたら、家族の名前や住所を登録してください。

若您有慢性疾病或需要医疗・护理  
持病のある方、介助や医療の必要な方



请务必告知或跟避难所的人商量  
必ず避難所の人に申し出たり、相談したりしてください。

生活空间 生活する場所



请务必询问避难所的人员关于可使用的区域。  
切勿擅自进入到他人的区域。

避难所の人に利用可能の場所を聞いてください。  
人のところに勝手に入りません。

生活作息 生活時間



请配合周围人的生活作息（就寝・起床・用餐等的时间）  
周りの人と生活時間（就寝・起床・食事等の時間）を合わせてください。

发放生活物资 生活用品の支給



先使用自己带来的物品，随后再领取免费发放的生活物资。领取时请按顺序排队。

後で生活に必要なものは無料でもらえますが、まず自分が持ってきたものを使います。順番に並んでください。

厕所・沐浴  
トイレ・入浴



临时厕所不会马上就送至避难所，有时甚至好几天也不能洗淋浴。请自备干洗洗涤剂・毛巾・简易厕所等。

避難所にすぐに仮設トイレが届きません。シャワーすら数日浴びられないこともあります。ドライシャワー・タオル・簡易トイレを自身で備えておきます。

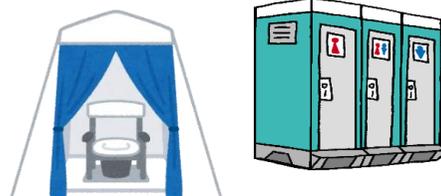
遵守规则确实做好垃圾分类  
ゴミはルールに従い、分別する



请勿将垃圾长时间放置于生活空间。  
请拿到规定场所丢弃。

ごみを長い時間生活する場所に置かないでください。決まった場所に出してください。

厕所  
トイレ



建筑物内的厕所有时会因为断水的关系而无法使用。请配合使用所规定的厕所。

断水などで建物内のトイレが使えないこともあります。決められたトイレを使ってください。

信息确认  
情報確認



请随时注意避难所的公告栏是否有最新消息公布。如有不懂之处，请让避难所的人为您做说明，或使用智能手机的相机翻译功能将海报或看板上的文字翻译出来。

避難所の掲示板で新しい情報を確認してください。分からない時は、避難所の人に聞いて、説明してもらるか、スマートフォンのカメラを使って、翻訳アプリで、映したポスターや看板などの文字を翻訳可能です。

