

ひなんじょかいわしーと  
避難所会話シート

えいご  
英語

もくじ  
～目次～

1.	<sup>りかい</sup> <sup>でき</sup> <sup>げんご</sup> <sup>かくにん</sup> 理解の出来る言語の確認	1
2.	<sup>ひなんじょ</sup> 避難所について	2
3.	<sup>からだ</sup> <sup>けんこうじょうたい</sup> 体の健康状態について	4
4.	<sup>しきゅう</sup> <sup>し</sup> 「ほしいもの」の支給について知らせる	7
5.	<sup>しょくじ</sup> <sup>しきゅうぶつびん</sup> <sup>じかん</sup> <sup>し</sup> 食事などの支給物品の時間を知らせる	8
6.	<sup>つうやく</sup> <sup>はけん</sup> 通訳の派遣	9
7.	<sup>かぞく</sup> <sup>あんびかくにん</sup> 家族の安否確認	9
8.	<sup>かんたん</sup> 簡単なあいさつ	10
9.	<sup>さんこうしりょう</sup> 参考資料	11

ひなんじょかいわしーと  
避難所会話シート 日/英

1. <sup>りかい</sup> <sup>でき</sup> <sup>げんご</sup> <sup>かくにん</sup> 理解の出来る言語の確認 / **Confirmation of language you can understand**

- Q : (日) あなたがわかることばは、どれですか  
(英) Which language do you understand?  
(中) 您懂的语言是哪一种?  
(韓) 당신은 어느 나라 말을 이해합니까?  
(ス) ¿Qué idiomas entiende usted?  
(ポ) Qual é o idioma que você compreende?  
(フ) Alin sa mga ito ang inyong naiintindihan?  
(タ) ภาษาไหนที่' ท่านเข้าใจ  
(ベ) Bạn biết ngôn ngữ nào?



えいご 英語	( English )	スペイン語 <sup>ご</sup>	( español )
ちゅうごくご 中国語	( 中文 )	ポルトガル語 <sup>ご</sup>	( português )
かんこく・ちょうせんご 韓国・朝鮮語	( 한국어・조선어 )	フィリピン語 <sup>ご</sup>	( Filipino )
ご タイ語	( ภาษาไทย )	ベトナム語 <sup>ご</sup>	( tiếng Việt )
にほんご 日本語			

※日は日本語、英は英語

## 2. 避難所について (日)

ここは\_\_\_\_\_の避難所です。【現在地】\_\_\_\_\_

### 避難所の説明

• 避難所は性別・国籍・在留資格に関係なく無料で使用し生活することが出来る。

• 避難所には、食べ物、飲み物、寝るところ、毛布、生活に必要なもの、情報(お知らせ)があります。(日本人も外国人も同じ物がもらえる)

• 避難所には特別な食べ物はない。料理はできない。

→ ハラルフード(イスラム教徒が食べる肉類)はない。

• アレルギー対応食 有り/無し

• 入浴施設の 有り/無し

• 洗濯施設の 有り/無し

• 水道の水は 飲めます。/ 飲めません。

• ここのトイレは 使えます。/ 使えません。

• 医療救護所がある場合は、医者にみてもらえる。

→ お金はかからない。

### ○避難所生活の注意事項

• 避難所にはルールや役割がある。

例) → トイレや食べ物をもらう時は順番に並んで待つ。

→ 大きな声を出さない。

→ 門限は\_\_\_\_\_時です。消灯時間は\_\_\_\_\_時です。

→ 携帯電話はマナーモードにしてください。/外で話してください。

→ 靴は\_\_\_\_\_で脱いでください。

• 貴重品は自分で管理してください。

• エコノミークラス症候群に気をつけてください。

• けが人、高齢者、乳幼児、障がい者、妊婦が優先です。

• 自分がされたくないことをしないよう、周りの方への心配りをしましょう。

• 困っている人がいたら、積極的に助けましょう。

• 早く日常生活に復帰できるように考えましょう。

## 2. Information on Evacuation Center (英)

This evacuation center is located at \_\_\_\_\_.

【Present location】 \_\_\_\_\_

Regarding the evacuation center:

- The evacuation center can be used by anyone for free, irrespective of one's gender, nationality, or residence status, as living and sleeping quarters.
- The evacuation center has food, drinks, sleeping places, blankets, other living necessities, and information (updates).  
(Japanese and non-Japanese will be given the same things.)
- No special food can be offered here. Individual cooking is not allowed.
  - Halal foods (meats prepared for Muslims) are not available.
- Non-allergic foods Available/Not available
- Bathing facilities Available/Not available
- Laundry facilities Available/Not available
- Tap water Drinkable/Undrinkable
- Toilet facilities Usable/Not usable
- In the case there is a medical first-aid station to this center, you can have a check-up.
  - Free of charge.

### ○ Dos and don'ts for evacuation life

- There are rules to be observed and roles to be assumed in the evacuation center.
  - Examples) → Wait in line to use the bathroom or receive food.
  - Do not speak loudly.
  - Remember your curfew is \_\_\_\_\_ o'clock and the lights-out time is \_\_\_\_\_ o'clock at night.
  - Keep your cellular phone in silent mode./Speak outside..
  - Take off your shoes at \_\_\_\_\_.
- Be responsible for your valuables.
- Be careful not to develop symptoms of economy-class syndrome.
- Give priority to the injured, the elderly, infants, the disabled, or pregnant women.
- Be considerate of people around you, by trying not to do what you do not want them to do.
- Give a helping hand to people in trouble, if any.
- Try to think positive to get your life back to normal as soon as possible.

3. 体の健康状態について / Regarding your state of health

(日) あなたの体は大丈夫ですか。

(英) How are you feeling today?

(日) 問題ありません。 / 問題あります。

(英) I feel fine. / I feel sick.

(日) 問題がある場合、体の症状を下の中から選んでください。

- |              |            |            |          |      |
|--------------|------------|------------|----------|------|
| ①熱がある        | ②背中がゾクゾクする | ③のどが痛い     | ④せきが出る   |      |
| ⑤頭が痛い        | ⑥胸が痛い      | ⑦心臓がドキドキする | ⑧息が切れる   |      |
| ⑨めまいがする      | ⑩お腹が痛い     | ⑪下痢をしている   | ⑫血圧が高い   |      |
| ⑬気持ち悪い       | ⑭吐きたい      | ⑮吐いた       | ⑯てんかんがある |      |
| ⑰妊娠している(何ヶ月) | ⑱けが        | ⑲やけど       | ⑳ねんざ     | ㉑しびれ |
| ㉒発疹          |            |            |          |      |

(英) If you feel sick, please select the applicable symptom(s) below.

- |                              |                                  |                               |                    |
|------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|--------------------|
| ① I have a fever.            | ② I have the chills on the back. | ③ I have a sore throat.       |                    |
| ④ I have a cough.            | ⑤ I have a headache.             | ⑥ I have a pain in the chest. |                    |
| ⑦ I have a rapid heartbeat.  | ⑧ I am short of breath.          | ⑨ I feel dizzy.               |                    |
| ⑩ I have abdominal pain.     | ⑪ I have diarrhea.               | ⑫ I have high blood pressure. |                    |
| ⑬ I feel discomfort.         | ⑭ I feel nauseous.               | ⑮ I vomited.                  | ⑯ I have epilepsy. |
| ⑰ I am ____ months pregnant. | ⑱ I am injured.                  | ⑲ I have burns.               |                    |
| ⑳ I have a sprain.           | ㉑ I feel numb.                   | ㉒ I have a skin rash.         |                    |

(日) いつからですか。

(英) How long have you had the symptoms.

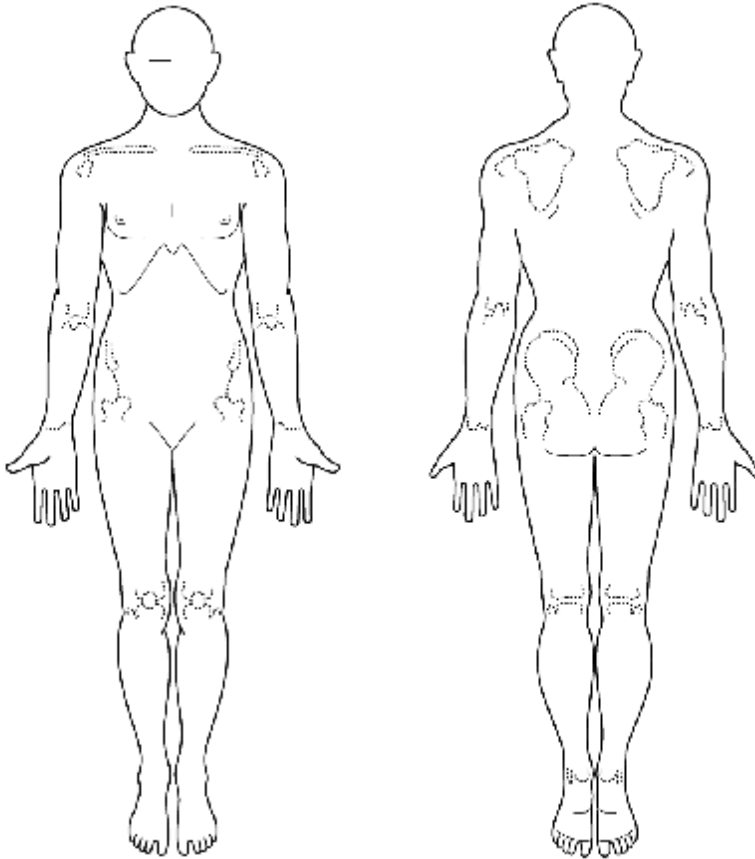
- |                       |                  |                  |
|-----------------------|------------------|------------------|
| (日) ①昨日               | ② ____ 日前        | ③ ____ 週間前       |
| (英) ① Since yesterday | ② For ____ days. | ③ For ____ weeks |

(日) 次の絵に問題がある場所を示してください。

(①頭 ②目 ③鼻 ④口 ⑤のど ⑥肩 ⑦手 ⑧足 ⑨おなか )

(英) Point your finger at the part(s) of the body where you have problems

(① head ② eyes ③ nose ④ mouth ⑤ throat ⑥ shoulder ⑦ arm and hand  
⑧ leg and foot ⑨ stomach)



(日) 持病はありますか。

(英) Do you have any chronic disease(s)?

(日) はい。 / いいえ。

(英) Yes. / No.

(持病がある場合) / (If you have a chronic disease/chronic diseases)

(日) 持病がある場合は、下の中から選んでください。

- |                   |         |        |              |
|-------------------|---------|--------|--------------|
| ① 胃腸病             | ② 高血圧   | ③ 高脂血症 | ④ 神経痛 (頭痛など) |
| ⑤ リウマチ (関節リウマチなど) | ⑥ 肝臓病   | ⑦ 腎臓病  | ⑧ 心臓病        |
| ⑨ 糖尿病             | ⑩ 気管支喘息 | ⑪ 腰痛   | ⑫ 痛風         |

(英) If you have any chronic diseases, please select from below.

- |   |                 |                  |                    |
|---|-----------------|------------------|--------------------|
| ① gastrointestinal disease                      | ② hypertension  | ③ hyperlipidemia |                    |
| ④ neuralgia (for example headache)              |                 |                  |                    |
| ⑤ rheumatism (for example rheumatoid arthritis) | ⑥ liver disease |                  |                    |
| ⑦ kidney disease                                | ⑧ heart disease | ⑨ diabetes       | ⑩ bronchial asthma |
| ⑪ lower back pain                               | ⑫ gout          |                  |                    |

(日) 薬は飲んでいますか。

(英) Are you taking medicines?

(日) はい。 / いいえ。

(英) Yes. / No.

(日) (はい、の場合) その薬は、あと何回分残っていますか。

(英) (If you answered Yes, ) how many doses of medicine do you have now?

(日) \_\_\_\_\_回分残っています。

(英) \_\_\_\_\_doses of medicine



(救護所がある場合) / (If your evacuation center has the first-aid station)

(日) 医師がいます。応急処置ができます。救護所にご案内します。一緒に来て  
てください。

(英) We have a doctor /doctors here. You can receive first-aid treatment. We will take  
you to the first-aid station. Please follow me.

(日) 救護所では、お金がなくてもみてもらえます。

(英) At the first-aid station, you can see a doctor at no charge.



4. 「ほしいもの」の支給について知らせる / Regarding supply goods you want:

○ほしいものを支給する時間を知らせる /

**Informing when the requested goods will be delivered**

(日) ほしいものはありますか。

(英) Do you have anything you want?

(日) はい、あります。ほしいものは     (1)     です。 /

いいえ、ほしいものはありません。

(英) Yes, I want     (1)    .

No, I want nothing in particular.

(1) ほしいもの / What you want

(日)

- ①食べ物 ②水 ③着るもの 上着/Tシャツ/ズボン/下着/靴下 ④毛布  
⑤タオル ⑥薬 ⑦生理用品 ⑧おむつ(子ども用) ⑨おむつ(大人用)  
⑩粉ミルク

(英)

- ①food ②water ③clothes jacket/T-shirt/trousers/underwear/socks ④blanket ⑤towel  
⑥medicine ⑦sanitary goods ⑧diaper (for baby) ⑨diaper (for adult)  
⑩powdered milk

(きょうくば ばあい) / (when deliverable today)

(日) (1) ほしいものは、    すぐ     /     今日         時ころ     に配ります。

(英) (1) What you want will be given immediately/at around

    (        )     o'clock today

(あしたいこうくば ばあい) / (when deliverable tomorrow or later)

(日) (1) ほしいものは、(2)     いつ     に配る予定です。

(2)     いつ    、については9から選んでください。

(英) (1) What you want will be given     (2)    

(Regarding (2), one is chosen from among those in Section 9.)

(日) それまでまっていてください

(英) Please wait until then.

○「ほしいもの」を今、支給出来ないことを知らせる /

**In case what you want cannot be given anytime soon.**

(日) \_\_\_ (1) \_\_\_ は、今ここにありません。(4の(1)を参照)

(英) \_\_\_ (1) \_\_\_ is not available right now. (See Sheet 4, (1))

(日) いつとどくかわかりません。

(英) We are not sure when it will arrive here.

(日) ここにとどいたらおしらせします。

(英) You will be notified as soon as it arrives.

(日) \_\_\_ (1) \_\_\_ は、とどきません。

(英) \_\_\_ (1) \_\_\_ will not be delivered.

5. 食事などの支給物品の時間を知らせる /

**Regarding distribution time of meals and other supplies:**

(日) 1日 \_\_\_ 回、 \_\_\_ (3) \_\_\_ を配ります

(英) We will give out \_\_\_ (3) \_\_\_ to you \_\_\_ times per day.

(3)

(日) ①食べ物 ②水 ③着るもの 上着/Tシャツ/ズボン/下着/靴下

④毛布 ⑤タオル ⑥薬 ⑦生理用品 ⑧おむつ(子ども用)

⑨おむつ(大人用) ⑩粉ミルク

(英) ①food ②water ③clothes jacket/T-shirt/trousers/underwear/socks

④blanket ⑤towel ⑥medicine ⑦sanitary goods ⑧diaper (for baby)

⑨diaper (for adult) ⑩powdered milk

(日) 配布時間は、 \_\_\_ 時、 \_\_\_ 時、 \_\_\_ 時です。

(英) Distribution times are at \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_, and \_\_\_\_\_.



**6. 通訳の派遣 / Availability of interpreter**

(通訳が来ることがわかっている場合)

(日) 通訳は、      月      日      時ごろ、ここにきます。

(英) Your interpreter will be here at around \_\_\_\_\_ o'clock, on \_\_\_\_\_.

(日) それまでまってください。

(英) Please wait until then.

(通訳がいつ来るかわからない場合)

(日) 通訳は、いつ来られるかわかりません。来られる日がわかったら連絡します。

(英) We are not sure when your interpreter will be available. You will be notified as soon as we find out.

(日) 通訳は来られません。

(英) No interpreter can be available.

**7. 家族の安否確認 / Confirmation of the safety of your family**

(日) 家族で一緒に来ていない人はいますか。

(英) Do you have anyone in your family who is not here with you now?

(日) はい、います。 / いいえ、みんな一緒です。 / いいえ、家族はいません。

(英) Yes, I do. / No. All members are here with me. / No. I have no family.

(日) 家族で一緒にいない人は誰ですか。名前を書いてください。

(英) Who is(are) exactly not with you now? Please write down their names.

\_\_\_\_\_

(日) 一緒に来ていない人は (5) 誰 です。

(英) The person(s) who is(are) not here with me is(are) my (5) who .

<p>(5) 誰 / who</p> <p>(日) ①祖父母 ②父母 ③父 ④母 ⑤夫 ⑥妻 ⑦子ども ⑧孫 ⑨兄弟 ⑩姉妹 ⑪おじ ⑫おば</p> <p>(英) ①grandfather and(or) grandmother ②father and mother ③father ④mother ⑤husband ⑥wife ⑦child(ren) ⑧grandchild(ren) ⑨brother(s) ⑩sister(s)</p>
--

(日) 行政機関への安否確認はできません。

母国の領事館に対して生存していることをお知らせください。

何か新しいことがわかったら知らせます。

(英) The administrative agencies have no information on the safety of (who) .

Please inform your consulate of you and/or your relatives'/friends' safety.

You will be notified as soon as new information becomes available.

## 8. 簡単なあいさつ / Simple greetings

日本語 (各言語での読み方)	英語 (日本語での読み方)
ohayou gozaimasu おはようございます	グッド モーニング Good morning
konnichiwa こんにちは	ハロー Hello
konbanwa こんばんは	グッド イブニング Good evening
arigatou ありがとう	サンキュー Thank you
dou itashimashite どういたしまして	ユーアーウェルカム You are welcome
sumimasen すみません	アイ アム ソーリー I am sorry
sayounara さようなら	グッバイ Good bye

9. 参考資料 / Reference

<b>(1) 数字</b>
<p>(日) ①0 (零) ②1 (一) ③2 (二) ④3 (三) ⑤4 (四)          ⑥5 (五) ⑦6 (六) ⑧7 (七) ⑨8 (八) ⑩9 (九) ⑪10 (十)          ⑫100 (百) ⑬1000 (千) ⑭10000 (万)</p> <p>(英) ①0(zero) ②1(one) ③2(two) ④3(three) ⑤4(four) ⑥5(five) ⑦6(six) ⑧7(seven)          ⑨8(eight) ⑩9(nine) ⑪10(ten) ⑫100(hundred) ⑬1000(thousand)          ⑭10000(ten thousand)</p>
<b>(2) いつ</b>
<p>(日) ①おととい ②昨日 ③今日 ④明日 ⑤あさって ⑥朝 ⑦昼 ⑧夜          ⑨先週 ⑩今週 ⑪来週 ⑫先月 ⑬今月 ⑭来月 ⑮去年          ⑯今年 ⑰来年 ⑱1日 ⑲1週間 ⑳1か月</p> <p>(英) ①the day before yesterday ②yesterday ③today ④tomorrow          ⑤the day after tomorrow ⑥morning ⑦afternoon ⑧night ⑨last week          ⑩this week ⑪next week ⑫last month ⑬this month ⑭next month          ⑮last year ⑯this year ⑰next year ⑱one day ⑲one week ⑳one month</p>
<b>(3) 時間</b>
<p>(日) ①午前 ②午後 ③時 ④分 ⑤時半 ⑥月</p> <p>(英) ①in the morning ②in the afternoon ③( : ) ④( :30) ⑤date(month, day)</p>
<b>(4) 曜日</b>
<p>(日) ①月曜日 ②火曜日 ③水曜日 ④木曜日 ⑤金曜日 ⑥土曜日          ⑦日曜日</p> <p>(英) ①Monday ②Tuesday ③Wednesday ④Thursday ⑤Friday ⑥Saturday ⑦Sunday</p>
<b>(5) 方向</b>
<p>(日) ①東 ②西 ③南 ④北 ⑤右 ⑥左 ⑦上 ⑧下 ⑨前 ⑩後</p> <p>(英) ①east ②west ③south ④north ⑤right ⑥left ⑦upward ⑧downward ⑨forward          ⑩backward</p>
<b>(6) 形容詞</b>
<p>(日) ①大きい ②小さい ③多い ④少ない ⑤早い ⑥遅い ⑦高い          ⑧低い ⑨寒い ⑩暑い</p> <p>(英) ①large ②small ③many ④few ⑤early ⑥late ⑦high ⑧low ⑨cold ⑩hot</p>

ひなんじょかいわしーと  
避難所会話シート

ちゅうごくご  
中国語

もくじ  
～目次～

1. <sup>りかい</sup> 理解の出来る <sup>でき</sup> 言語 <sup>げんご</sup> の確認 <sup>かくにん</sup> . . . . .	1
2. <sup>ひなんじょ</sup> 避難所について . . . . .	2
3. <sup>からだ</sup> 体の健康 <sup>けんこうじょうたい</sup> 状態について . . . . .	4
4. 「ほしいもの」の <sup>しきゅう</sup> 支給 <sup>し</sup> について知らせる . . . . .	7
5. <sup>しょくじ</sup> 食事などの <sup>しきゅうぶつびん</sup> 支給物品 <sup>じかん</sup> の時間 <sup>し</sup> を知らせる . . . . .	8
6. <sup>つうやく</sup> 通訳 <sup>はけん</sup> の派遣 . . . . .	9
7. <sup>かぞく</sup> 家族 <sup>あんびかくにん</sup> の安否 <sup>あんぴ</sup> 確認 . . . . .	9
8. <sup>かんたん</sup> 簡単なあいさつ . . . . .	10
9. <sup>さんこうしりょう</sup> 参考資料 . . . . .	11

ひなんじょかいわしーと  
避難所会話シート 日/中

1. 理解の出来る言語の確認 / 确认能理解的语言

- Q : (日) あなたがわかることばは、どれですか  
(英) Which language do you understand?  
(中) 您懂的语言是哪一种?  
(韓) 당신은 어느 나라 말을 이해합니까?  
(ス) ¿Qué idiomas entiende usted?  
(ポ) Qual é o idioma que você compreende?  
(フ) Alin sa mga ito ang inyong naaintindihan?  
(タ) ภาษาไหนที่' ท่านเข้าใจ  
(ベ) Bạn biết ngôn ngữ nào?



えいご 英語	( English )	スペイン語 ご	( español )
ちゅうごくご 中国語	( 中文 )	ポルトガル語 ご	( português )
かんこく ご ちょうせんご 韓国・朝鮮語	( 한국어・조선어 )	フィリピン語 ご	( Filipino )
タイ語 ご	( ภาษาไทย )	ベトナム語 ご	( tiếng Việt )
にほんご 日本語			

※日は日本語、中は中国語



## 2. 避難所について (日)

ここは\_\_\_\_\_の避難所です。【所在地】\_\_\_\_\_

### 避難所の説明

・避難所は性別・国籍・在留資格に関係なく無料で使用し生活することが出来る。

・避難所には、食べ物、飲み物、寝るところ、毛布、生活に必要なもの、情報

(お知らせ)があります。(日本人も外国人も同じ物がもらえる)

・避難所には特別な食べ物はない。料理はできない。

→ ハラルフード(イスラム教徒が食べる肉類)はない。

・アレルギー対応食 有り/無し

・入浴施設の有り/無し

・洗濯施設の有り/無し

・水道の水は飲めます。/ 飲めません。

・このトイレは使えます。/ 使えません。

・医療救護所がある場合は、医者にみてもらえる。

→ お金はかからない。

### ○避難所生活の注意事項

・避難所にはルールや役割がある。

例) → トイレや食べ物をもらう時は順番に並んで待つ。

→ 大きな声を出さない。

→ 門限は\_\_\_\_\_時です。消灯時間は\_\_\_\_\_時です。

→ 携帯電話はマナーモードにしてください。/ 外で話してください。

→ 靴は\_\_\_\_\_で脱いでください。

・貴重品は自分で管理してください。

・エコノミークラス症候群に気をつけてください。

・けが人、高齢者、乳幼児、障がい者、妊婦が優先です。

・自分がされたくないことをしないよう、周りの方への心配りをしましょう。

・困っている人がいたら、積極的に助けましょう。

・早く日常生活に復帰できるように考えましょう。

## 2. 关于避难所（中）

这儿是 \_\_\_\_\_ 的避难所。【所在地】 \_\_\_\_\_

### 避难所的说明

- 避难所是不论性别、国籍、在留资格，任何人都可以免费利用生活的地方。
- 避难所有食物、饮料和睡的地方，还有毛毯等生活上必需品，还提供各种信息(通知)。

(不管您是日本人还是中国人，都可以拿到一样的东西)

- 避难所里没有准备特别食品。而且不能做饭。
  - 不能提供清真食品(如回教徒吃的肉类等)
- 对应过敏的食品 有 / 没有
- 洗澡设施 有 / 没有
- 洗衣设施 有 / 没有
- 自来水 可以喝 / 不能喝
- 这个厕所 可以用 / 不能用
- 如有医疗救护站,可以看病。
  - 不用花钱。

### ○在避难所过生活时的注意事项

- 在避难所有规章和各自的职责
  - 例) → 上厕所或领收食品时要排队等候。
  - 不得出大声喧哗。
  - 关门时间是\_\_\_\_\_点钟。熄灯时间是\_\_\_\_\_点钟。
  - 您的手机请开静音模式。/请到外面去讲话。
  - 请在\_\_\_\_\_脱鞋。
- 请由自己管理好贵重物品。
- 请注意生经济舱综合症。
- 请优先受伤者、老龄人、婴幼儿、残疾者和孕妇。
- 请设身处地为周围人着想，不要做发生在自己头上也不愉快的事。
- 看到有困难的人，请积极帮助。
- 请考虑如何能够尽量早一天回复原来的生活。

3. <sup>からだ けんこうじょうたい</sup> 体の健康状態について/关于身体情况

(日) あなたの<sup>からだ だいじょうぶ</sup>体は大丈夫ですか。

(中) 您身体怎么样？

(日) <sup>もんだい</sup>問題ありません。 / <sup>もんだい</sup>問題あります。

(中) 没有问题。 / 不太好。

(日) <sup>もんだい</sup>問題がある場合、<sup>ばあい</sup>体の<sup>からだ しょうじょう</sup>症状を<sup>した なか</sup>下の中から<sup>えら</sup>選んでください。

- |                               |                            |                             |                            |                      |
|-------------------------------|----------------------------|-----------------------------|----------------------------|----------------------|
| ① <sup>ねつ</sup> 熱がある          | ② <sup>せなか</sup> 背中がゾクゾクする | ③ <sup>いた</sup> のどが痛い       | ④ <sup>で</sup> せきが出る       |                      |
| ⑤ <sup>あたま いた</sup> 頭が痛い      | ⑥ <sup>むね いた</sup> 胸が痛い    | ⑦ <sup>しんぞう</sup> 心臓がドキドキする | ⑧ <sup>いき き</sup> 息が切れる    |                      |
| ⑨ <sup>めまい</sup> めまいがする       | ⑩ <sup>なか いた</sup> お腹が痛い   | ⑪ <sup>げり</sup> 下痢をしている     | ⑫ <sup>けつあつ たか</sup> 血圧が高い |                      |
| ⑬ <sup>きも わる</sup> 気持ち悪い      | ⑭ <sup>は</sup> 吐きたい        | ⑮ <sup>は</sup> 吐いた          | ⑯ <sup>は</sup> てんかんがある     |                      |
| ⑰ <sup>にんしん</sup> 妊娠している(何ヶ月) | ⑱ <sup>なんかげつ</sup> けが      | ⑲ <sup>やけど</sup> やけど        | ⑳ <sup>ねんざ</sup> ねんざ       | ㉑ <sup>しびれ</sup> しびれ |
| ㉒ <sup>ほっしん</sup> 発疹          |                            |                             |                            |                      |

(中) 如有问题，请从下面选择和您的状况适合的号码。

- |          |          |       |        |            |       |
|----------|----------|-------|--------|------------|-------|
| ① 发烧     | ② 背上阵阵发冷 | ③ 喉咙疼 | ④ 有咳嗽  | ⑤ 头疼       | ⑥ 胸部疼 |
| ⑦ 心脏怦怦地跳 | ⑧ 接不上气   | ⑨ 头晕  | ⑩ 肚子疼  | ⑪ 泻肚子      | ⑫ 血压高 |
| ⑬ 胃不舒服   | ⑭ 想吐     | ⑮ 吐过  | ⑯ 有羊痫疯 | ⑰ 怀孕了(几个月) | ⑱ 受伤  |
| ⑲ 烧烫伤    | ⑳ 扭伤     | ㉑ 发麻  | ㉒ 发疹   |            |       |

(日) いつからですか。

(中) 什么时候开始的？

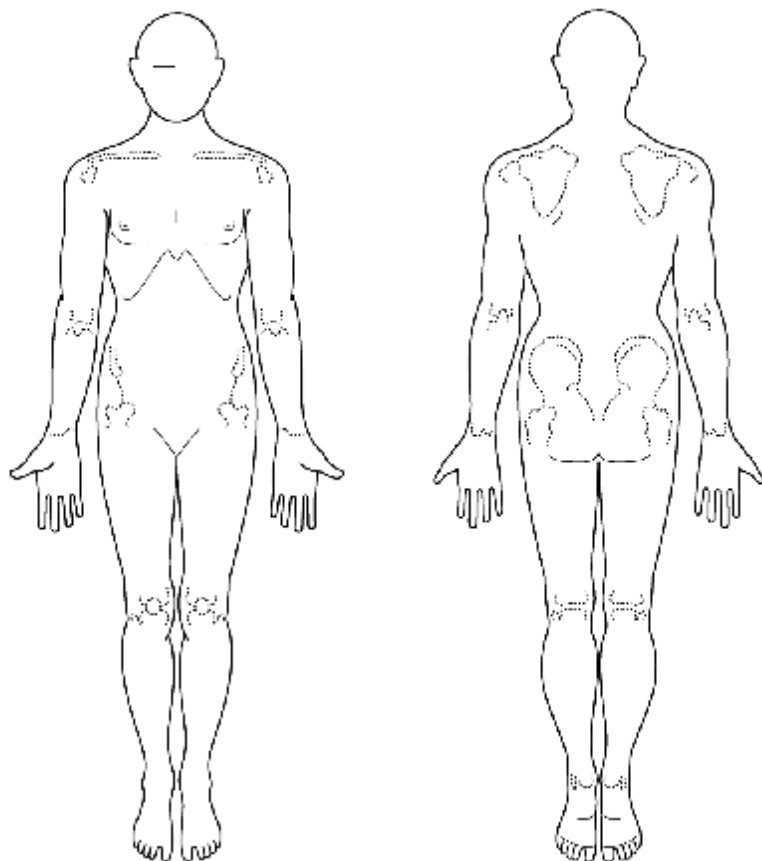
- |                         |                            |                                |
|-------------------------|----------------------------|--------------------------------|
| (日) ① <sup>きのう</sup> 昨日 | ② _____ <sup>にちまえ</sup> 日前 | ③ _____ <sup>しゅうかんまえ</sup> 週間前 |
| (中) ① 昨天                | ② _____ 天前                 | ③ _____ 星期前                    |

(日) 次の絵に問題がある場所を示してください。

(①頭 ②目 ③鼻 ④口 ⑤のど ⑥肩 ⑦手 ⑧足 ⑨おなか )

(中) 请在下面人体图上指出您不舒服的部位。

( ①头 ②眼睛 ③鼻子 ④嘴巴 ⑤喉咙 ⑥肩 ⑦手腕 ⑧脚腿 ⑨肚子 )



(日) 持病はありますか。

(中) 有没有老毛病?

(日) はい。 / いいえ。

(中) 有。 / 没有。

(持病がある場合) / (有老毛病时)

(日) 持病がある場合は、下の中から選んでください。

- |                   |         |        |              |
|-------------------|---------|--------|--------------|
| ① 胃腸病             | ② 高血圧   | ③ 高脂血症 | ④ 神経痛 (頭痛など) |
| ⑤ リウマチ (関節リウマチなど) | ⑥ 肝臓病   | ⑦ 腎臓病  | ⑧ 心臓病        |
| ⑨ 糖尿病             | ⑩ 気管支喘息 | ⑪ 腰痛   | ⑫ 痛風         |

(中) 如有老毛病，请从下面选择。

- |       |       |        |            |             |      |
|-------|-------|--------|------------|-------------|------|
| ① 胃腸病 | ② 高血圧 | ③ 高脂血症 | ④ 神経痛(头疼等) | ⑤ 风湿(关节风湿等) |      |
| ⑥ 肝臓病 | ⑦ 腎病  | ⑧ 心脏病  | ⑨ 糖尿病      | ⑩ 支气管哮喘     | ⑪ 腰疼 |
| ⑫ 痛風  |       |        |            |             |      |

(日) 薬は飲んでいますか。

(中) 您现在在吃药吗？

(日) はい。 / いいえ。

(中) 是。 / 没有。

(日) (はい、の場合) その薬は、あと何回分残っていますか。

(中) (答复“是”的时) 这个药还剩下多少？

(日) \_\_\_\_\_ 回分残っています。

(中) 还有\_\_\_\_\_次的份。



(救護所がある場合) / (有救护站时)

(日) 医師がいます。応急処置ができます。救護所にご案内します。一緒に来て  
てください。

(中) 有医生,可以采取应急措施。我带您到救护站,请跟我来。

(日) 救護所では、お金がなくてもみてもらえます。

(中) 在救护站,没有钱也可以看病。

4. 「ほしいもの」の支給について知らせる。 / 有关发放「必要物品」的通知

○ほしいものを支給する時間を知らせる / 通知发放有关必要物品的时间

(日) ほしいものはありますか。

(中) 您有没有想要的东西？

(日) はい、あります。ほしいものは     (1)     です。 /

いいえ、ほしいものはありません。

(中) 有，我要     (1)    。 / 现在不需要什么。

(1) ほしいもの / 想要的东西

(日)

- ①食べ物 ②水 ③着るもの 上着/Tシャツ/ズボン/下着/靴下 ④毛布  
⑤タオル ⑥薬 ⑦生理用品 ⑧おむつ (子ども用) ⑨おむつ (大人用)  
⑩粉ミルク

(中)

- ①食品 ②饮用水 ③衣服 上衣/T 恤衫/裤子/内衣/袜子 ④毛毯  
⑤毛巾 ⑥药 ⑦妇女用品 ⑧尿布(幼儿用) ⑨尿布(大人用) ⑩奶粉

きょうくば ばあい  
(今日配る場合) / (如果是今天发放)

(日)     (1)     ほしいものは、    すぐ     /     今日         しころ     に配ります。

(中)     (1)     要的东西，    马上     /     今天大概         点钟     发。

あしたいこうくば ばあい  
(明日以降配る場合) / (如果是明天以后发放)

(日)     (1)     ほしいものは、    (2)         いつ     に配る予定です

((2) いつ、については9から選んでください。)

(中)     (1)     要的东西 是     (2)         什么时候     发。

(有关(2) 什么时候 ,请从9 选择。)

(日) それまでまっています

(中) 请等到这个时候。

○「ほしいもの」を今、支給出来ないことを知らせる /

現在不能发放「必要物品」的通知

(日) \_\_\_ (1) \_\_\_ は、今ここにありません。(4の(1)を参照)

(中) 现在在这儿没有\_\_\_ (1) \_\_\_。(请参照第4的(1))

(日) いつとどくかわかりません。

(中) 不知道什么时候到。

(日) ここにとどいたらお知らせします。

(中) 东西一到这儿就通知您。

(日) \_\_\_ (1) \_\_\_ は、とどきません。

(中) \_\_\_ (1) \_\_\_ 不到这儿。

5. 食事などの支給物品の時間を知らせる / 通知食品等物品的支給时间

(日) 1日\_\_\_回、\_\_\_ (3) \_\_\_ を配ります。

(中) \_\_\_ (3) \_\_\_ 是1天发放\_\_\_次。

(3)

(日) ①食べ物 ②水 ③着るもの 上着/Tシャツ/ズボン/下着/靴下  
④毛布 ⑤タオル ⑥薬 ⑦生理用品 ⑧おむつ(子ども用)  
⑨おむつ(大人用) ⑩粉ミルク

(中) ①食品 ②饮料水 ③衣服 上衣/T恤衫/裤子/内衣/袜子  
④毛毯 ⑤毛巾 ⑥药 ⑦妇女用品 ⑧尿布(幼儿用)  
⑨尿布(大人用) ⑩奶粉

(日) 配布時間は、\_\_\_時、\_\_\_時、\_\_\_時です。

(中) 发放时间是 \_\_\_点钟，\_\_\_点钟，\_\_\_点钟。



## 6. 通訳の派遣 / 派遣翻译

(通訳が来ることがわかっている場合) (已知来翻译时)

(日) 通訳は、    月    日    時ごろ、ここにきます。

(中) 翻译    月    日    点钟来到这儿。

(日) それまでまってください。

(中) 请等到这个时候。

(通訳がいつ来るかわからない場合) (不知翻译何时来时)

(日) 通訳は、いつ来られるかわかりません。来られる日がわかったら連絡します。

(中) 现在不知道翻译什么时候到这儿。知道什么时候来，马上就通知您。

(日) 通訳は来られません。

(中) 翻译不能来。

## 7. 家族の安否確認 / 家里人的平安与否确认

(日) 家族で一緒に来ていない人はいますか。

(中) 家人当中，有没有没有一起来的？

(日) はい、います。 / いいえ、みんな一緒です。 / いいえ、家族はいません

(中) 有。 / 没有，都在一起。 / 没有，我没有家里人。

(日) 家族で一緒にいない人は誰ですか。名前を書いてください。

(中) 没在一起的家里人是哪一位？请写上他(她)名字。

\_\_\_\_\_



(日) 一緒に来ていない人は (5) 誰 です。

(中) 没有一起过来的是 (5) 谁 。

(5) 誰/谁

(日) ①祖父母 ②父母 ③父 ④母 ⑤夫 ⑥妻 ⑦子ども ⑧孫  
 ⑨兄弟 ⑩姉妹 ⑪おじ ⑫おば

(中) ①祖父母・外祖父母 ②父母 ③父亲 ④母亲 ⑤丈夫 ⑥妻子 ⑦孩子  
 ⑧孙子(女) ⑨兄弟 ⑩姐妹 ⑪伯父・叔父・舅父・姨父  
 ⑫伯母・叔母・舅母・姨母

(日) 行政機関への安否確認はできません。  
 母国の領事館に対して生存していることをお知らせください。  
 何か新しいことがわかったら知らせます。

(中) 向行政机关不能确认平安与否。  
 请向祖国领事馆报告您的生存。  
 如有新的消息马上通知您。

### 8. 簡単なあいさつ / 简单应酬话

日本語 (各言語での読み方)	中国語 (日本語での読み方)
O ha you gou za yi ma si おはようございます	ザオ シャン ハオ 早上好
Gong ni ji wa こんにちは	ニィ ハオ 你好
Gong bang wa こんばんは	ワン シャン ハオ 晚上好
A li ga dou ありがとう	シェ シェ 谢谢
Dou yi da xi ma xi dei どういたしまして	プヤオ クウチ・メイ クアン シィ 不要客气 ・ 没关系
Su mi ma seng すみません	トゥイ プ チィ 对不起
Sa you na la さようなら	ツァイ チェン 再见

9. 参考資料 / 参考资料

<b>(1) 数字</b>
(日) ①0 (零) ②1 (一) ③2 (二) ④3 (三) ⑤4 (四) ⑥5 (五) ⑦6 (六) ⑧7 (七) ⑨8 (八) ⑩9 (九) ⑪10 (十) ⑫100 (百) ⑬1000 (千) ⑭10000 (万) (中) ①0 (零) ②1 (一) ③2 (二) ④3 (三) ⑤4 (四) ⑥5 (五) ⑦6 (六) ⑧7 (七) ⑨8 (八) ⑩9 (九) ⑪10 (十) ⑫100 (一百) ⑬1000 (一千) ⑭10000 (一万)
<b>(2) いつ</b>
(日) ①おととい ②昨日 ③今日 ④明日 ⑤あさって ⑥朝 ⑦昼 ⑧夜 ⑨先週 ⑩今週 ⑪来週 ⑫先月 ⑬今月 ⑭来月 ⑮去年 ⑯今年 ⑰来年 ⑱1日 ⑲1週間 ⑳1か月 (中) ①前天 ②昨天 ③今天 ④明天 ⑤后天 ⑥早上 ⑦白天 ⑧晚上 ⑨上个星期 ⑩这个星期 ⑪下个星期 ⑫上个月 ⑬这个月 ⑭下个月 ⑮去年 ⑯今年 ⑰明年 ⑱一天 ⑲一个星期 ⑳一个月
<b>(3) 時間</b>
(日) ① 午前 ② 午後 ③ 時 分 ④ 時半 ⑤ 月 (中) ① 上午 ② 下午 ③ 点 分 ④ 点半 ⑤ 月 日
<b>(4) 曜日</b>
(日) ①月曜日 ②火曜日 ③水曜日 ④木曜日 ⑤金曜日 ⑥土曜日 ⑦日曜日 (中) ①星期一 ②星期二 ③星期三 ④星期四 ⑤星期五 ⑥星期六 ⑦星期天 / 星期日
<b>(5) 方向</b>
(日) ①東 ②西 ③南 ④北 ⑤右 ⑥左 ⑦上 ⑧下 ⑨前 ⑩後 (中) ①东 ②西 ③南 ④北 ⑤右 ⑥左 ⑦上 ⑧下 ⑨前 ⑩后
<b>(6) 形容詞</b>
(日) ①大きい ②小さい ③多い ④少ない ⑤早い ⑥遅い ⑦高い ⑧低い ⑨寒い ⑩暑い (中) ①大 ②小 ③多 ④少 ⑤快(速度)・早(時間) ⑥慢(速度)・晚(時間) ⑦高 ⑧低 ⑨冷 ⑩热

ひなんじょかいわしーと  
避難所会話シート

かんこく ちょうせんご  
韓国・朝鮮語

もくじ  
～目次～

1. 理解の出来る言語の確認	1
2. 避難所について	2
3. 体の健康状態について	4
4. 「ほしいもの」の支給について知らせる	7
5. 食事などの支給物品の時間を知らせる	8
6. 通訳の派遣	9
7. 家族の安否確認	9
8. 簡単なあいさつ	10
9. 参考資料	11

ひなんじょかいわしーと  
避難所会話シート 日/韓

1. 理解の出来る言語の確認 / 이해 가능한 언어의 확인

- Q : (日) あなたがわかることばは、どれですか  
(英) Which language do you understand?  
(中) 您懂的语言是哪一种?  
(韓) 당신은 어느 나라 말을 이해합니까?  
(ス) ¿Qué idiomas entiende usted?  
(ポ) Qual é o idioma que você compreende?  
(フ) Alin sa mga ito ang inyong naiintindihan?  
(タ) ภาษาไหนที่' ท่านเข้าใจ  
(ベ) Bạn biết ngôn ngữ nào?



えいご 英語	( English )	スペイン語	( español )
ちゅうごくご 中国語	( 中文 )	ポルトガル語	( português )
かんこく ちょうせんご 韓国・朝鮮語	( 한국어・조선어 )	フィリピン語	( Filipino )
タイ語	( ภาษาไทย )	ベトナム語	( tiếng Việt )
にほんご 日本語			

※日は日本語、韓は韓国・朝鮮語

## 2. 避難所について (日)

ここは\_\_\_\_\_の避難所です。【所在地】\_\_\_\_\_

### 避難所の説明

・避難所は性別・国籍・在留資格に関係なく無料で使用し生活することが出来る。

・避難所には、食べ物、飲み物、寝るところ、毛布、生活に必要なもの、情報

(お知らせ)があります。(日本人も外国人も同じ物がもらえる)

・避難所には特別な食べ物はない。料理はできない。

→ ハラルフード(イスラム教徒が食べる肉類)はない。

・アレルギー対応食 有り/無し

・入浴施設の有り/無し

・洗濯施設の有り/無し

・水道の水は飲めます。/ 飲めません。

・このトイレは使えます。/ 使えません。

・医療救護所がある場合は、医者にみてもらえる。

→ お金はかからない。

### ○避難所生活の注意事項

・避難所にはルールや役割がある。

例) → トイレや食べ物をもらう時は順番に並んで待つ。

→ 大きな声を出さない。

→ 門限は\_\_\_\_\_時です。消灯時間は\_\_\_\_\_時です。

→ 携帯電話はマナーモードにしてください。/ 外で話してください。

→ 靴は\_\_\_\_\_で脱いでください。

・貴重品は自分で管理してください。

・エコノミークラス症候群に気をつけてください。

・けが人、高齢者、乳幼児、障がい者、妊婦が優先です。

・自分がされたくないことをしないよう、周りの方への心配りをしましょう。

・困っている人がいたら、積極的に助けましょう。

・早く日常生活に復帰できるように考えましょう。

## 2. 피난소에 대해서

여기는 \_\_\_\_\_의 피난소입니다. 【현재지】 \_\_\_\_\_

### 피난소 설명

- 피난소는 성별 · 국적 · 재류자격에 상관없이 무료로 사용하고 생활할 수 있다.
- 피난소에는 음식, 음료, 잠자리, 담요, 생활에 필요한 것, 정보(알림)가 있습니다.  
(일본인이나 외국인이나 같은 것을 받을 수 있다)
- 피난소에는 특별한 음식은 없다.요리는 불가능하다.  
→ 할랄 푸드(이슬람교도가 먹는 육류)는 없다.
- 알러지 대응음식 있음 / 없음
- 입욕시설 있음 / 없음
- 세탁시설 있음 / 없음
- 수도물은 마실 수 있다. / 마실 수 없다.
- 여기 화장실은 사용 가능하다. / 사용 불가능하다.
- 의료구호소가 있는 곳에서는 의사의 진찰을 받을 수 있다.  
→ 치료비는 필요 없다.

### ○피난소 생활의 주의사항

- 피난소에는 규칙과 역할이 있다.  
예)→ 화장실에서나 음식을 받을 때는 줄을 서서 차례를 기다린다.  
→ 큰소리로 말하지 않는다.  
→ 폐문 시간은 \_\_\_\_\_시 입니다. 소등 시간은 \_\_\_\_\_시 입니다.  
→ 휴대전화는 진동모드로 설정해 주십시오./ 한국어 · 조선어로 말해 주십시오.  
→ 신발은 \_\_\_\_\_에서 벗어 주십시오.
- 귀중품은 자신이 관리해 주십시오.
- 이코노미클래스증후군에 조심하십시오.
- 부상자, 고령자, 유아, 장애인, 임산부가 우선됩니다.
- 자신이 싫은 일을 남이 하게 하지 않도록 주위 사람들에게 신경을 씁시다.
- 도움이 필요한 사람이 있을 때는 적극적으로 도와 드리도록 합시다.
- 빨리 일상생활로 복귀할 수 있도록 생각해 나갑시다.

3. 体の健康状態について / 몸의 건강상태에 대해서

(日) あなたの体は大丈夫ですか。

(韓) 당신 몸은 괜찮으십니까.

(日) 問題ありません。 / 問題あります。

(韓) 문제 없습니다. / 문제 있습니다.

(日) 問題がある場合、体の症状を下の中から選んでください。

- |              |            |            |          |
|--------------|------------|------------|----------|
| ①熱がある        | ②背中がゾクゾクする | ③のどが痛い     | ④せきが出る   |
| ⑤頭が痛い        | ⑥胸が痛い      | ⑦心臓がドキドキする | ⑧息が切れる   |
| ⑨めまいがする      | ⑩お腹が痛い     | ⑪下痢をしている   | ⑫血圧が高い   |
| ⑬気持ち悪い       | ⑭吐きたい      | ⑮吐いた       | ⑯てんかんがある |
| ⑰妊娠している(何ヶ月) | ⑱けが        | ⑲やけど       | ⑳ねんざ     |
| ㉑しびれ         |            |            |          |
| ㉒発疹          |            |            |          |

(韓) 문제가 있을 경우 몸의 증상을 아래 항목 중에서 골라 주십시오.

- |           |              |            |           |
|-----------|--------------|------------|-----------|
| ①열이 있다    | ②등에 한기가 든다   | ③목이 아프다    | ④기침이 난다   |
| ⑤머리가 아프다  | ⑥가슴이 아프다     | ⑦심장이 두근거린다 |           |
| ⑧숨이 찬다    | ⑨현기증이 난다     | ⑩배가 아프다    | ⑪설사증상이 있다 |
| ⑫혈압이 높다   | ⑬속이 나쁘다      | ⑭토하고 싶다    | ⑮토했다      |
| ⑯간질을 일으킨다 | ⑰임신중이다 (몇개월) | ⑱부상        | ⑲화상       |
| ⑳염좌       | ㉑저림          | ㉒발진        |           |

(日) いつからですか。

(韓) 언제부터입니까.

- |         |            |             |
|---------|------------|-------------|
| (日) ①昨日 | ② _____ 日前 | ③ _____ 週間前 |
| (韓) ①어제 | ② _____ 일전 | ③ _____ 주일전 |

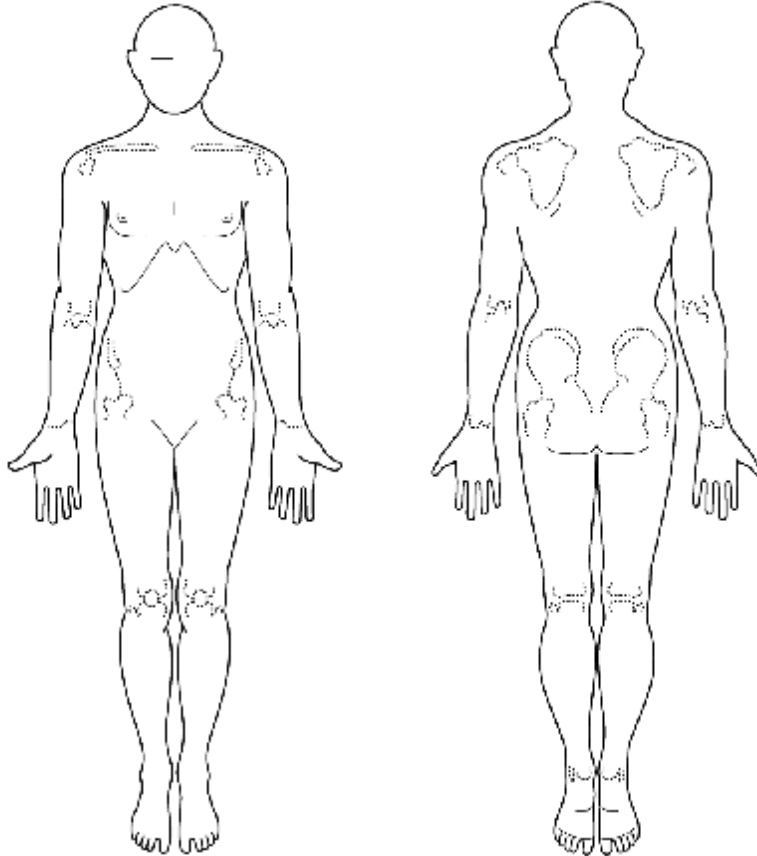


(日) 次の絵に問題がある場所を示してください。

(①頭 ②目 ③鼻 ④口 ⑤のど ⑥肩 ⑦手 ⑧足 ⑨おなか )

(韓) 아래의 그림에다 문제가 있는 부분을 표시해 주십시오.

( ①머리 ②눈 ③코 ④입 ⑤목 ⑥어깨 ⑦팔 ⑧다리 ⑨배 )



(日) 持病はありますか。

(韓) 지병이 있습니까.

(日) はい。 / いいえ。

(韓) 예. / 아니요.

(持病がある場合) / (지병이 있는 경우)

(日) 持病がある場合は、下の中から選んでください。

- |                  |        |       |             |
|------------------|--------|-------|-------------|
| ①胃腸病             | ②高血圧   | ③高脂血症 | ④神経痛 (頭痛など) |
| ⑤リウマチ (関節リウマチなど) | ⑥肝臓病   | ⑦腎臓病  | ⑧心臓病        |
| ⑨糖尿病             | ⑩気管支喘息 | ⑪腰痛   | ⑫痛風         |

(韓) 지병이 있는 경우는 하기의 항목 중에서 골라 주십시오.

- |      |      |       |            |                 |      |      |      |      |        |     |     |
|------|------|-------|------------|-----------------|------|------|------|------|--------|-----|-----|
| ①위장병 | ②고혈압 | ③고지혈증 | ④신경통(두통 등) | ⑤류머티즘(관절류머티즘 등) | ⑥간장병 | ⑦신장병 | ⑧심장병 | ⑨당뇨병 | ⑩기관지천식 | ⑪요통 | ⑫중풍 |
|------|------|-------|------------|-----------------|------|------|------|------|--------|-----|-----|

(日) 薬は飲んでいますか。

(韓) 약을 먹고 있습니까.

(日) はい。 / いいえ。

(韓) 예. / 아니요.

(日) (はい、の場合) その薬は、あと何回分残っていますか。

(韓) (예,의 경우) 그 약은 몇 회분의 분량이 남아 있습니까.

(日) \_\_\_\_\_ 回分残っています。

(韓) \_\_\_\_\_ 회분 남아 있습니다.



(救護所がある場合) / (구호소가 있는 경우)

(日) 医師がいます。応急処置ができます。救護所にご案内します。一緒に来て  
てください。

(韓) 의사가 있습니다.응급처치를 받을 수 있습니다.구호소로 안내해  
드리겠습니다.같이 오십시오.

(日) 救護所では、お金がなくてもみてもらえます。

(韓) 구호소에서는 돈이 없어도 진찰을 받을 수 있습니다.

4. 「ほしいもの」の支給について知らせる /

“필요한 것”의 지급에 대해 알린다.

○ほしいものを支給する時間を知らせる / 필요한 것을 지급할 시간을 알린다

(日)ほしいものはありますか。

(韓) 필요한 것이 있습니까。

(日) はい、あります。ほしいものは  (1)  です。 /

いいえ、ほしいものはありません。

(韓) 예, 있습니다. 필요한 것은  (1)  입니다. /

아니요, 필요한 것은 없습니다。

(1)ほしいもの 필요한 것

(日)

- ① た もの 食べ物    ② みず 水    ③ きるもの 着るもの    うわぎ 上着/Tシャツ/ズボン/したぎ 下着/くつした 靴下    ④ もうふ 毛布
- ⑤ たわら タオル    ⑥ くすり 薬    ⑦ せいりようひん 生理用品    ⑧ こ おむつ (子ども用)    ⑨ おとな おむつ (大人用)
- ⑩ こな 粉ミルク

(韓)

- ①음식물    ②물    ③의복    겉옷/티셔츠/바지/속옷/양말    ④담요    ⑤타월
- ⑥약    ⑦생리용품    ⑧기저귀(어린이용)    ⑨기저귀(성인용)    ⑩분유

(きょうくば ばあい) / (오늘 배부할 경우)

(日) (1) ほしいもの は、すぐ/ 今日 時ころ に配ります。

(韓) (1)필요한 것은 바로/오늘 시쯤에 배부하겠습니다。

(あしたいこうくば ばあい) / (내일 이후에 배부할 경우)

(日) (1) ほしいもの は、(2) いつ に 配る 予定です。

((2) いつ、については9から選んでください。)

(韓) (1)필요한 것은 (2)언제 에 배부할 예정입니다。

(日) それまでまっていてください

(韓) 그 때까지 기다려 주십시오。

○「ほしいもの」を今、支給出来ないことを知らせる /

“필요한 것” 을 지금 지급할 수 없음을 알린다

(日) \_\_ (1) \_\_ は、今ここにありません。(4の(1)を参照)

(韓) \_\_ (1) \_\_ 는 지금 여기에 없습니다. (시트4의(1)를 참조)

(日) いつとどくかわかりません。

(韓) 언제 도달될지 모릅니다.

(日) ここにとどいたらおしらせします。

(韓) 여기에 도달되면 알려드리겠습니다.

(日) \_\_ (1) \_\_ は、とどきません。

(韓) \_\_ (1) \_\_ 는 도달하지 않습니다.

5. 食事などの支給物品の時間を知らせる /

식사 등의 물품 지급 시간을 알린다

(日) 1日\_\_ 회、\_\_ (3) \_\_ を配ります。

(韓) 하루 \_\_ 번, \_\_ (3) \_\_ 를 배부합니다.

(3)

(日) ①食べ物 ②水 ③着るもの 上着/Tシャツ/ズボン/下着/靴下  
④毛布 ⑤タオル ⑥薬 ⑦生理用品 ⑧おむつ(子ども用)  
⑨おむつ(大人用) ⑩粉ミルク

(韓) ①음식물 ②물 ③의복 겉옷/티셔츠/바지/속옷/양말 ④담요 ⑤타월  
⑥약 ⑦생리용품 ⑧기저귀(어린이용) ⑨기저귀(성인용) ⑩분유

(日) 配布時間は、\_\_ 時、\_\_ 時、\_\_ 時です。

(韓) 배부시간은 \_\_ 시, \_\_ 시, \_\_ 시입니다.



## 6. 通訳の派遣 / 통역자의 파견

(通訳が来ることがわかっている場合) (통역자가 올 예정인 경우)

(日) 通訳は、      月      日      時ごろ、ここにきます。

(韓) 통역자는       월       일       시쯤 여기로 옵니다.

(日) それまでまってください。

(韓) 그 때까지 기다려 주십시오.

(通訳がいつ来るかわからない場合) (통역자가 언제 올지 모르는 경우)

(日) 通訳は、いつ来られるかわかりません。来られる日がわかったら連絡します。

(韓) 통역자가 언제 올 수 있을 지 모릅니다. 올 수 있는 날이 확인되면 연락 드리겠습니다.

(日) 通訳は来られません。

(韓) 통역자는 오지 못 합니다.

## 7. 家族の安否確認 / 가족의 안부확인

(日) 家族で一緒に来ていない人はいますか。

(韓) 가족 중 같이 못 온 사람이 있습니까.

(日) はい、います。 / いいえ、みんな一緒です。 / いいえ、家族はいません

(韓) 예, 있습니다. / 아니요, 다 같이 있습니다. / 아니요, 가족이 없습니다.

(日) 家族で一緒にいない人は誰ですか。名前を書いてください。

(韓) 가족 중 없는 사람이 누구입니까. 이름을 써 주십시오.

(日) 一緒に来ていない人は (5) 誰 です。

(韓) 같이 못 온 사람은 (5) 누구 입니다.

(5) 誰 / 누구

(日) ① 祖父母 ② 父母 ③ 父 ④ 母 ⑤ 夫 ⑥ 妻 ⑦ 子ども ⑧ 孫  
 ⑨ 兄弟 ⑩ 姉妹 ⑪ おじ ⑫ おば

(韓) ① 조부모 ② 부모 ③ 아버지 ④ 어머니 ⑤ 남편 ⑥ 아내 ⑦ 아이 ⑧ 손자  
 ⑨ 형제 ⑩ 자매 ⑪ 백부, 숙부, 외숙부 ⑫ 백모, 숙모, 외숙모

(日) 行政機関への安否確認はできません。

母国の領事館に対して生存していることをお知らせください。

何か新しいことがわかったら知らせます

(韓) 행정기관에 안부확인은 할 수 없습니다.

모국의 영사관에 자신의 생존을 알려 주십시오.

뭔가 새로운 정보가 들어왔을 때는 알려 드리겠습니다.

## 8. 簡単なあいさつ / 간단한 인사

日本語 (各言語での読み方)	韓国・朝鮮語 (日本語での読み方)
おはようございます	안녕하세요
こんにちは	안녕하세요
こんばんは	안녕하세요
ありがとうございます	감사합니다
どういたしまして	별말씀을 다 하세요
すみません	죄송합니다
さようなら	안녕히 가세요, 안녕히 계세요

9. 参考資料 / 참고자료

<b>(1) 数字</b>
(日) ①0(零) ②1(一) ③2(二) ④3(三) ⑤4(四) ⑥5(五) ⑦6(六) ⑧7(七) ⑨8(八) ⑩9(九) ⑪10(十) ⑫100(百) ⑬1000(千) ⑭10000(万) (韓) ①영 ②일 ③이 ④삼 ⑤사 ⑥오 ⑦육 ⑧칠 ⑨(팔) ⑩구 ⑪십 ⑫백 ⑬천 ⑭만
<b>(2) いつ</b>
(日) ①おととい ②昨日 ③今日 ④明日 ⑤あさって ⑥朝 ⑦昼 ⑧夜 ⑨先週 ⑩今週 ⑪来週 ⑫先月 ⑬今月 ⑭来月 ⑮去年 ⑯今年 ⑰来年 ⑱1日 ⑲1週間 ⑳1か月 (韓) ①그저께 ②어제 ③오늘 ④내일 ⑤모레 ⑥아침 ⑦낮 ⑧밤 ⑨지난 주 ⑩이번 주 ⑪다음 주 ⑫지난 달 ⑬이번 달 ⑭다음 달 ⑮작년 ⑯올해 ⑰내년 ⑱하루 ⑲일주일 ⑳한달
<b>(3) 時間</b>
(日) ①午前 ②午後 ③時 ④分 ⑤時半 ⑥月 (韓) ①오전 ②오후 ③시 분 ④시 반 ⑤월 일
<b>(4) 曜日</b>
(日) ①月曜日 ②火曜日 ③水曜日 ④木曜日 ⑤金曜日 ⑥土曜日 ⑦日曜日 (韓) ①월요일 ②화요일 ③수요일 ④목요일 ⑤금요일 ⑥토요일 ⑦일요일
<b>(5) 方向</b>
(日) ①東 ②西 ③南 ④北 ⑤右 ⑥左 ⑦上 ⑧下 ⑨前 ⑩後 (韓) ①동 ②서 ③남 ④북 ⑤오른쪽 ⑥왼쪽 ⑦위 ⑧아래 ⑨앞 ⑩뒤
<b>(6) 形容詞</b>
(日) ①大きい ②小さい ③多い ④少ない ⑤早い ⑥遅い ⑦高い ⑧低い ⑨寒い ⑩暑い (韓) ①크다 ②작다 ③많다 ④적다 ⑤이르다 ⑥늦다 ⑦높다 ⑧낮다 ⑨춥다 ⑩덥다

にほんご ほるとがるご  
日本語/ポルトガル語

ひなんじょかいわしーと  
避難所会話シート

ほるとがるご  
ポルトガル語



もくじ  
～目次～

1.	<sup>りかい</sup> <sup>でき</sup> <sup>げんご</sup> <sup>かくにん</sup> 理解の出来る言語の確認	1
2.	<sup>ひなんじょ</sup> 避難所について	2
3.	<sup>からだ</sup> <sup>けんこうじょうたい</sup> 体の健康状態について	4
4.	<sup>しきゅう</sup> <sup>し</sup> 「ほしいもの」の支給について知らせる	7
5.	<sup>しょくじ</sup> <sup>しきゅうぶつびん</sup> <sup>じかん</sup> <sup>し</sup> 食事などの支給物品の時間を知らせる	8
6.	<sup>つうやく</sup> <sup>はけん</sup> 通訳の派遣	9
7.	<sup>かぞく</sup> <sup>あんびかくにん</sup> 家族の安否確認	9
8.	<sup>かんたん</sup> 簡単なあいさつ	10
9.	<sup>さんこうしりょう</sup> 参考資料	11

ひなんじょかいわしーと  
避難所会話シート 日/ポ

1. <sup>りかい</sup>理解の出来る<sup>げんご</sup>言語の<sup>かくにん</sup>確認 / *Confirmação do idioma que compreende*

- Q : (日) あなたがわかることばは、どれですか  
(英) Which language do you understand?  
(中) 您懂的语言是哪一种?  
(韓) 당신은 어느 나라 말을 이해합니까?  
(ス) ¿Qué idiomas entiende usted?  
(ポ) Qual é o idioma que você compreende?  
(フ) Alin sa mga ito ang inyong naaintindihan?  
(タ) ภาษาไหนที่' ท่านเข้าใจ  
(ベ) Bạn biết ngôn ngữ nào?



えいご 英語	( English )	スペイン語 <sup>ご</sup>	( español )
ちゅうごくご 中国語	( 中文 )	ポルトガル語 <sup>ご</sup>	( português )
かんこく かんこく ちょうせんご 韓国・朝鮮語	( 한국어・조선어 )	フィリピン語 <sup>ご</sup>	( Filipino )
たいご <sup>ご</sup>	( ภาษาไทย )	ベトナム語 <sup>ご</sup>	( tiếng Việt )
にほんご 日本語			

※日は<sup>にほんご</sup>日本語、ポは<sup>ポルトガルご</sup>ポルトガル語

## 2. 避難所について (日)

ここは\_\_\_\_\_の避難所です。【所在地】\_\_\_\_\_

### 避難所の説明

・避難所は性別・国籍・在留資格に関係なく無料で使用し生活することが出来る。

・避難所には、食べ物、飲み物、寝るところ、毛布、生活に必要なもの、情報(お知らせ)があります。(日本人も外国人も同じ物がもらえる)

・避難所には特別な食べ物はない。料理はできない。

→ ハラルフード(イスラム教徒が食べる肉類)はない。

・アレルギー対応食 有り/無し

・入浴施設の 有り/無し

・洗濯施設の 有り/無し

・水道の水は 飲めます。/ 飲めません。

・このトイレは 使えます。/ 使えません。

・医療救護所がある場合は、医者にみてもらえる。

→ お金はかからない。

### ○避難所生活の注意事項

・避難所にはルールや役割がある。

例) → トイレや食べ物をもろう時は順番に並んで待つ。

→ 大きな声を出さない。

→ 門限は\_\_\_\_\_時です。消灯時間は\_\_\_\_\_時です。

→ 携帯電話はマナーモードにしてください。/外で話してください。

→ 靴は\_\_\_\_\_で脱いでください。

・貴重品は自分で管理してください。

・エコノミークラス症候群に気をつけてください。

・けが人、高齢者、乳幼児、障がい者、妊婦が優先です。

・自分がされたくないことをしないよう、周りの方への心配りをしましょう。

・困っているひとがいたら、積極的に助けましょう。

・早く日常生活に復帰できるように考えましょう。

## 2. Sobre o local de abrigo (ホ)

Aqui é o abrigo \_\_\_\_\_ . \_\_\_\_\_ <Local atual> \_\_\_\_\_

### Explicação sobre o abrigo/

- Independente do sexo, nacionalidade, qualificação de visto todos podem usar o abrigo gratuitamente para viver .
- No abrigo, tem alimentos, bebidas, local para dormir, cobertor, coisas necessárias para vida diária e informações.  
(Japoneses e estrangeiros recebem as mesmas coisas )
- No abrigo não tem alimentos especiais. Não se pode cozinhar.  
→ Não tem Haral (carne com que se alimentam os muçulmanos)
- Comida para pessoas alérgicas Tem/Não tem
- Instalação para tomar banho Tem/Não tem
- Instalação sanitária – para lavar Tem/Não tem
- A água da torneira é água Potável/ Não potável
- O banheiro daqui Pode usar/ Não pode usar
- Quando tem o posto de primeiros socorros, o doutor pode atender.  
→ Não é necessário pagar.

### ○ Advertências para viver nos abrigos.

- No abrigo existem regulamentos e cargos.

Exemplo) → Tem que ficar na fila para o banheiro ou para receber comidas.

→ Não falar alto

→ Hora de fechar a porta \_\_\_\_\_ horas.

→ Toque de recolher \_\_\_\_\_ horas.

→ Colocar o celular no modo de silêncio / falar em português.

→ Descalçar os zapatos em \_\_\_\_\_ \_

- Cada um deve cuidar dos seus objetos de valor
- Tomar cuidado para não ter trombose venosa ( conhecida como síndrome da classe econômica).
- Pessoas feridas, idosas, bebês, crianças, pessoas com deficiências e mulher grávida são prioridade.
- Não fazer o que não deseja fazer e ter consideração com as pessoas que te rodeiam.
- Se alguém estiver com problemas, ajudar com boa vontade.
- Vamos pensar como retornar o mais rápido possível para a vida normal.

### 3. 体の健康状態について/Situação da saúde

(日) あなたの体は大丈夫ですか。

(ポ) **Você está bem de saúde?**

(日) 問題ありません。 / 問題あります。

(ポ) **Não tenho problema / Tenho problema**

(日) 問題がある場合、体の症状を下の中から選んでください。

- |                |             |             |           |
|----------------|-------------|-------------|-----------|
| ① 熱がある         | ② 背中がゾクゾクする | ③ のどが痛い     | ④ せきが出る   |
| ⑤ 頭が痛い         | ⑥ 胸が痛い      | ⑦ 心臓がドキドキする | ⑧ 息が切れる   |
| ⑨ めまいがする       | ⑩ お腹が痛い     | ⑪ 下痢をしている   | ⑫ 血圧が高い   |
| ⑬ 気持ち悪い        | ⑭ 吐きたい      | ⑮ 吐いた       | ⑯ てんかんがある |
| ⑰ 妊娠している (何ヶ月) | ⑱ けが        | ⑲ やけど       | ⑳ ねんざ     |
| ㉑ しびれ          | ㉒ 発疹        |             |           |

(ポ) **Caso tenha problema, favor escolher abaixo.**

- |                     |                                |                   |
|---------------------|--------------------------------|-------------------|
| ① Tem febre         | ② Tem arrepios nas costas      | ③ Dor na garganta |
| ④ Tem tosse         | ⑤ Dor de cabeça                | ⑥ Dor no peito    |
| ⑦ Coração acelerado | ⑧ Falta de ar                  | ⑨ Tem tontura     |
| ⑩ Dor na barriga    | ⑪ Tem diarreia                 | ⑫ Pressão alta    |
| ⑬ Não se sente bem  | ⑭ Quer vomitar                 | ⑮ Já vomitou      |
| ⑯ Tem epilepsia     | ⑰ Está grávida (quantos meses) | ⑱ Ferida          |
| ⑲ Queimadura        | ⑳ Entorse                      | ㉑ Formigamento    |
| ㉒ Erupção           |                                |                   |

(日) いつからですか。

(ポ) **Desde quando?**

(日) ① 昨日                      ② \_\_\_\_\_ 日前                      ③ \_\_\_\_\_ 週間前

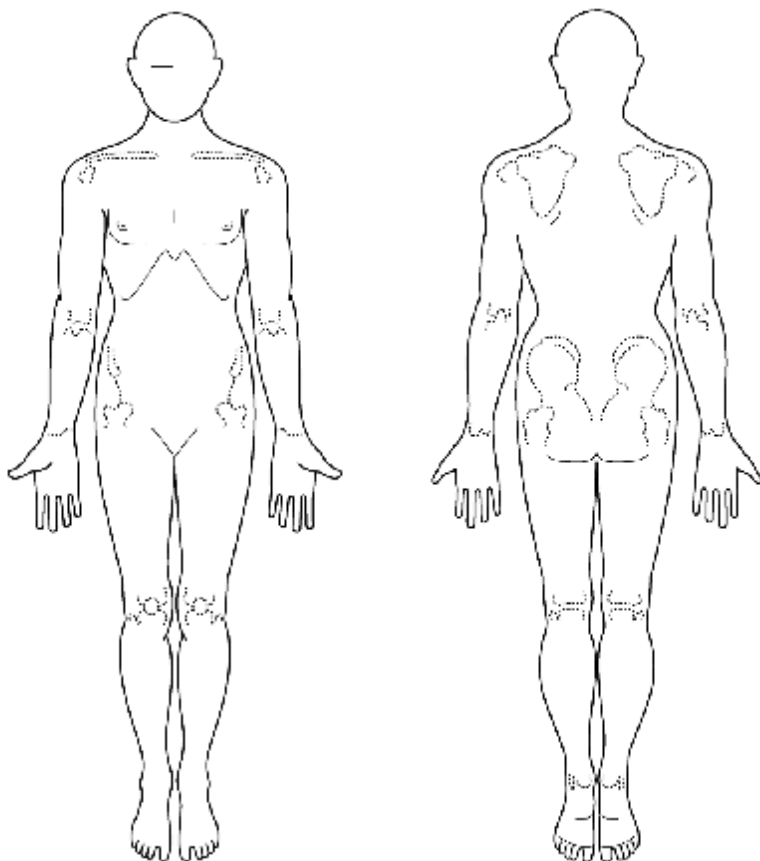
(ポ) ① Ontem                      ② dias atrás                      ③ semanas atrás

(日) 次の絵に問題がある場所を示してください。

(①頭 ②目 ③鼻 ④口 ⑤のど ⑥肩 ⑦手 ⑧足 ⑨おなか )

(ポ) Favor indicar as partes que você tem problema

(①Cabeça ②Olho ③Nariz ④Boca ⑤Garganta ⑥Ombro ⑦mão ⑧Pé  
⑨Barriga )



(日) 持病はありますか。

(ポ) Você tem doença crônica ?

(日) はい。 / いいえ。

(ポ) Sim / Não

(持病がある場合) / (Caso tenha doença crônica)

(日) 持病がある場合は、下の中から選んでください。

- |                   |         |        |              |
|-------------------|---------|--------|--------------|
| ① 胃腸病             | ② 高血圧   | ③ 高脂血症 | ④ 神経痛 (頭痛など) |
| ⑤ リウマチ (関節リウマチなど) | ⑥ 肝臓病   | ⑦ 腎臓病  | ⑧ 心臓病        |
| ⑨ 糖尿病             | ⑩ 気管支喘息 | ⑪ 腰痛   | ⑫ 痛風         |

(ポ) Caso tenha doença crônica ,favor escolher abaixo

- |                                 |   |                   |
|---------------------------------|---|-------------------|
| ① Desordem gastrointestinal     | ② Pressão alta                                  | ③ Hyperlipemia    |
| ④ Nevralgia (dor de cabeça,etc) | ⑤ Reumatismo (reumatismo nas articulações,etc.) |                   |
| ⑥ Doença do fígado              | ⑦ Doença dos rins                               | ⑧ Doença cardíaca |
| ⑨ Diabetes                      |   |                   |
| ⑩ Asma brônquica                | ⑪ Dor lombar                                    | ⑫ Gota            |

(日) 薬は飲んでいますか。

(ポ) Está tomando remédios?

(日) はい。 / いいえ。

(ポ) Sim / Não

(日) (はい、の場合) その薬は、あと何回分残っていますか。

(ポ) (Caso “sim”) este remédio está sobrando para quantas vezes ainda?

(日) \_\_\_\_\_ 回分残っています。

(ポ) Tenho mais \_\_\_\_\_ vezes



(救護所がある場合) / (Caso tenha posto de atendimento médico)

(日) 医師がいます。応急処置ができます。救護所にご案内します。一緒に来てください。

(ポ) Tem médico. É possível fazer os primeiros socorros. Indico o local.  
Venha comigo.

(日) 救護所では、お金がなくてもみてもらえます。

(ポ) No posto de primeiros socorros não necessita pagar para ser atendido.

4. 「ほしいもの」の支給<sup>しきゅう</sup>について知らせる /

**Avisar o fornecedor os ítems que “você quero”**

○ほしいものを支給<sup>しきゅう</sup>する時間<sup>じかん</sup>を知らせる /

**Avisar o horário do fornecimento das coisas que precisa**

(日) ほしいものはありますか。

(ポ) **Você precisa de alguma coisa?**

(日) はい、あります。ほしいものは     (1)     です。 /

いいえ、ほしいものはありません。

(ポ) **Sim, eu preciso     (1)     / Não, não preciso de nada**

(1) ほしいもの/ **Ítems que precisa**

(日)

- ① 食べ物<sup>たべもの</sup> ② 水<sup>みず</sup> ③ 着るもの<sup>きるもの</sup> 上着<sup>うわぎ</sup>/Tシャツ/ズボン/下着<sup>したぎ</sup>/靴下<sup>くつした</sup> ④ 毛布<sup>もうふ</sup> ⑤ タオル  
⑥ 薬<sup>くすり</sup> ⑦ 生理用品<sup>せいりようひん</sup> ⑧ おむつ (子ども用)<sup>こどもよう</sup> ⑨ おむつ (大人用)<sup>おとなよう</sup> ⑩ 粉ミルク<sup>こな</sup>

(ポ)

- ① Alimento ② Água ③ Vestimenta jaqueta/camiseta/calça/Roupa interior/meias  
④ Cobertor ⑤ Toalhas ⑥ Remédios ⑦ Itens sanitários ⑧ Fraldas (para crianças)  
⑨ Fraldas (para adultos) ⑩ Leite em pó

<sup>きょうくば</sup> <sup>ばあい</sup>  
(今日配<sup>きょうくば</sup>る場合) / (Caso hoje seja dia de fornecimento)

(日) (1) ほしいもの は、すぐ/ 今日 時ころ に配<sup>くば</sup>ります。

(ポ) (1) **Coisas que você precisa, entregamos imediatamente / Hoje : horas.**

<sup>あしたいこうくば</sup> <sup>ばあい</sup>  
(明日以降配<sup>あしたいこうくば</sup>る場合) / (Entrega apartir de depois de amanhã)

(日) (1) ほしいもの は、(2) いつ に配<sup>くば</sup>る予定<sup>よてい</sup>です。

((2) いつ、については9から選んでください。)

(ポ) **(1) As coisas que você precisa, pretendemos entregar (2) quando**

**( (2) Favor escolher nas opções do 9 para indicar “quando” quer receber)**

(日) それまでまっています

(ポ) **Favor esperar até esse momento.**



○「ほしいもの」を今、支給出来ないことを知らせる /

Avisar quando NÃO puder entregar as coisas que “precisa” no momento

(日) \_\_\_(1)\_\_\_ は、今ここにありません。(4の(1)を参照)

(ポ) Não temos no momento \_\_\_(1)\_\_\_ (Veja (1) da folha 4)

(日) いつとどくかわかりません。

(ポ) Não sei quando chegará.

(日) ここにとどいたらおしらせします。

(ポ) Avisaremos quando chegar

(日) \_\_\_(1)\_\_\_ は、とどきません。

(ポ) \_\_\_(1)\_\_\_ não vai chegar.

5. 食事などの支給物品の時間を知らせる /

Avisar os horários de entrega das refeições,etc.

(日) 1日 \_\_\_回、 \_\_\_ を配ります。

(ポ) \_\_\_ vezes por dia, entregamos \_\_\_

(3)

(日) ①食べ物 ②水 ③着るもの 上着/Tシャツ/ズボン/下着/靴下

④毛布⑤タオル ⑥薬 ⑦生理用品 ⑧おむつ (子ども用)

⑨おむつ (大人用) ⑩粉ミルク

(ポ) ①Alimento ②Água

③ Vestimenta Jaqueta/Camiseta Calça/Roupa interior/Meias

④ Cobertor ⑤ Toalhas ⑥ Remédios ⑦ Ítems sanitários

⑧ Fraldas (para crianças) ⑨ Fraldas (para adultos)

⑩ Leite em pó

(日) 配布時間は、 \_\_\_時、 \_\_\_時、 \_\_\_時です。

(ポ) Os horários de entrega são \_\_\_ horas, \_\_\_ horas, \_\_\_ horas,



**6. 通訳の派遣 / Envio de tradutores**

(通訳が来ることがわかっている場合) / (Caso seja possível vir um tradutor(a))

(日) 通訳は、      月       日       時ごろ、ここに来ます。

(ポ) O tradutor vem aproximadamente        mês        dia        hora

(日) それまでまってください。

(ポ) Até então favor esperar..

(通訳がいつ来るかわからない場合) /

(Caso não esteja previsto a vinda de um tradutor)

(日) 通訳は、いつ来られるかわかりません。来られる日がわかったら連絡します。

(ポ) Não sabemos quando o tradutor pode vir, avisaremos quando soubermos a data que o tradutor virá..

(日) 通訳は来られません。

(ポ) O tradutor não pode vir.

**7. 家族の安否確認 / Confirmação da segurança da família.**

(日) 家族で一緒に来ていない人はいますか。

(ポ) Você tem algum membro da família que não veio com você?

(日) はい、います。 / いいえ、みんな一緒です。 / いいえ、家族はいません。

(ポ) Sim, tem / Não, todos estão aqui / Não, não tenho família.

(日) 家族で一緒にいない人は誰ですか。名前を書いてください。

(ポ) Quem é o familiar que não está com você? Escreva o nome dele(a)

\_\_\_\_\_

(日) 一緒に来ていない人は (5) 誰 です。

(ポ) Quem não está comigo é (5)

(5) 誰 / Quem

(日) ①祖父母 ②父母 ③父 ④母 ⑤夫 ⑥妻 ⑦子ども ⑧孫  
⑨兄弟 ⑩姉妹 ⑪おじ ⑫おば

(ポ) ①Avós ②Pais ③Pai ④Mãe ⑤Marido ⑥Esposa ⑦Criança  
⑧ Netos ⑨Irmãos ⑩Irmãs ⑪Tios ⑫Tias

(日) 行政機関への安否確認はできません。

母国の領事館に対して生存していることをお知らせください。

何か新しいことがわかったら知らせます。

(ポ) As entidades administrativas não podem confirmar a **segurança**.

**Favor avisar ao seu consulado que você está vivo.**

**Se houver qualquer coisa nova, avisaremos.**

## 8. 簡単なあいさつ / Cumprimentos simples

日本語 (各言語での読み方)	ポルトガル語 (日本語での読み方)
Ohayo gozaimasu おはようございます	ボンジーア Bom dia
Konnichiwa こんにちは	ボンジーア Bom dia
Konbanwa こんばんは	ボアノイチ Boa noite
Arigatou ありがとう	オブリガード Obrigado
Doutashimashite どういたしまして	ジナーダ De nada
Sumimasen すみません	デスクーピ Desculpe
Sayounara さようなら	チャオ Tchau

9. 参考資料 / Materiais referenciais

<b>(1) 数字</b>
<p>(日) ①0(零) ②1(一) ③2(二) ④3(三) ⑤4(四) ⑥5(五) ⑦6(六) ⑧7(七) ⑨8(八) ⑩9(九) ⑪10(十) ⑫100(百) ⑬1000(千) ⑭10000(万)</p> <p>(ポ) ①zero ②um ③dois ④três ⑤quatro ⑥cinco ⑦seis ⑧sete ⑨oito ⑩nove ⑪dez ⑫cem ⑬mil ⑭dez mil</p>
<b>(2) いつ</b>
<p>(日) ①おととい ②昨日 ③今日 ④明日 ⑤あさって ⑥朝 ⑦昼 ⑧夜 ⑨先週 ⑩今週 ⑪来週 ⑫先月 ⑬今月 ⑭来月 ⑮去年 ⑯今年 ⑰来年 ⑱1日 ⑲1週間 ⑳1か月</p> <p>(ポ) ①Anteontem ②Ontem ③Hoje ④Amanhã ⑤Depois de amanhã ⑥Manhã ⑦Tarde ⑧Noite ⑨Semana passada ⑩Essa semana ⑪Semana que vem ⑫Mês passado ⑬Esse mês ⑭Mês que vem ⑮Ano passado ⑯Esse ano ⑰Ano que vem ⑱Um dia ⑲Uma semana ⑳Um mês</p>
<b>(3) 時間</b>
<p>(日) ①午前 ②午後 ③時分 ④時半 ⑤月</p> <p>(ポ) ①manhã ②Tarde ③horas minutos ④e meia ⑤Mês dia</p>
<b>(4) 曜日</b>
<p>(日) ①月曜日 ②火曜日 ③水曜日 ④木曜日 ⑤金曜日 ⑥土曜日 ⑦日曜日</p> <p>(ポ) ①Segunda-feira ②Terça-feira ③Quarta-feira ④Quinta-feira ⑤Sexta-feira ⑥Sábado ⑦Domingo</p>
<b>(5) 方向</b>
<p>(日) ①東 ②西 ③南 ④北 ⑤右 ⑥左 ⑦上 ⑧下 ⑨前 ⑩後</p> <p>(ポ) ①Leste ②Oeste ③Sul ④Norte ⑤Direito ⑥Esquerdo ⑦Acima ⑧Abaixo ⑨Frente ⑩Atrás</p>
<b>(6) 形容詞</b>
<p>(日) ①大きい ②小さい ③多い ④少ない ⑤早い ⑥遅い ⑦高い ⑧低い ⑨寒い ⑩暑い</p> <p>(ポ) ①Grande ②Pequeno ③Muito ④Pouco ⑤Rápido ⑥Lento ⑦Alto ⑧Baixo ⑨Frio ⑩Calor</p>

ひなんじょかいわしーと  
避難所会話シート

すぺいんご  
スペイン語

もくじ  
～目次～

1.	<sup>りかい</sup> <sup>でき</sup> <sup>げんご</sup> <sup>かくにん</sup> 理解の出来る言語の確認	1
2.	<sup>ひなんじょ</sup> 避難所について	2
3.	<sup>からだ</sup> <sup>けんこうじょうたい</sup> 体の健康状態について	4
4.	<sup>しきゅう</sup> <sup>し</sup> 「ほしいもの」の支給について知らせる	7
5.	<sup>しょくじ</sup> <sup>しきゅうぶつびん</sup> <sup>じかん</sup> <sup>し</sup> 食事などの支給物品の時間を知らせる	8
6.	<sup>つうやく</sup> <sup>はけん</sup> 通訳の派遣	9
7.	<sup>かぞく</sup> <sup>あんびかくにん</sup> 家族の安否確認	9
8.	<sup>かんたん</sup> 簡単なあいさつ	10
9.	<sup>さんこうしりょう</sup> 参考資料	11

避難所会話シート 日/ス

1. 理解の出来る言語の確認 / Confirmación del idioma que pueda entender.

- Q : (日) あなたがわかることばは、どれですか  
(英) Which language do you understand?  
(中) 您懂的语言是哪一种?  
(韓) 당신은 어느 나라 말을 이해합니까?  
(ス) ¿Qué idiomas entiende usted?  
(ポ) Qual é o idioma que você compreende?  
(フ) Alin sa mga ito ang inyong naaintindihan?  
(タ) ภาษาไหนที่' ท่านเข้าใจ  
(ベ) Bạn biết ngôn ngữ nào?



英語 ( English )	スペイン語 ( español )
中国語 ( 中文 )	ポルトガル語 ( português )
韓国・朝鮮語 ( 한국어・조선어 )	フィリピン語 ( Filipino )
タイ語 ( ภาษาไทย )	ベトナム語 ( tiếng Việt )
日本語	

※日は日本語、スはスペイン語

## 2. 避難所について (日)

ここは\_\_\_\_\_の避難所です。【所在地】\_\_\_\_\_

### 避難所の説明

避難所は性別・国籍・在留資格に関係なく無料で使用し生活することが出来る。

避難所には、食べ物、飲み物、寝るところ、毛布、生活に必要なもの、情報

(お知らせ)があります。(日本人も外国人も同じ物がもらえる)

避難所には特別な食べ物はない。料理はできない。

→ ハラルフード(イスラム教徒が食べる肉類)はない。

アレルギー対応食 有り/無し

入浴施設の有り/無し

洗濯施設の有り/無し

水道の水は 飲めます。/ 飲めません。

このトイレは 使えます。/ 使えません。

医療救護所がある場合は、医者にみてもらえる。

→ お金はかからない。

### ○避難所生活の注意事項

避難所にはルールや役割がある。

例) → トイレや食べ物をもらう時は順番に並んで待つ。

→ 大きな声を出さない。

→ 門限は\_\_\_\_\_時です。消灯時間は\_\_\_\_\_時です。

→ 携帯電話はマナーモードにしてください。/外で話してください。

→ 靴は\_\_\_\_\_で脱いでください。

貴重品は自分で管理してください。

エコノミークラス症候群に気をつけてください。

けが人、高齢者、乳幼児、障がい者、妊婦が優先です。

自分がされたくないことをしないよう、周りの方への心配りをしましょう。

困っている人がいたら、積極的に助けましょう。

早く日常生活に復帰できるように考えましょう。



## 2. Sobre el refugio (ス)

Aquí es el refugio de \_\_\_\_\_. 【lugar actual】\_\_\_\_\_

### Explicación del refugio

- El refugio se puede utilizar de forma gratuita y vivir independiente del sexo, nacionalidad , estatus de residencia.
- En el refugio, hay alimentos ,bebidas, local donde dormir, manta, artículos necesarios para vivir, informaciones (aviso)  
(Los extranjeros también pueden recibir las mismas cosas que los japoneses)
- En el refugio no hay comida especial. No se puede cocinar.
  - No hay alimento halal.( carne con que se alimentan los musulmanes)
- alimentos para alérgicos hay / no hay
- instalación de baño hay / no hay
- instalación de lavadero hay / no hay
- agua del grifo se puede beber / no se puede beber
- baño se puede usar / no se puede beber
- Si hay un puesto de socorro, se puede consultar al médico.
  - no hay que pagar.

### ○Indicaciones para vivir en el refugio.

- En el refugio hay reglas y cada uno tiene su papel.
  - ej) → cuando vaya al baño o cuando reciben comidas hay que esperar por orden.
    - No hablar en voz alta.
    - Vuelva hasta las \_\_\_\_\_. Apagamos las luces a las \_\_\_\_\_
    - Teléfono móvil en modo silencio, por favor. / Hablar fuera.
    - Quítese los zapatos en\_\_\_\_\_
- Guardar los artículos preciosos por sí mismo(a).
- Tenga cuidado con la trombosis venosa (síndrome de la clase económica)
- Son prioridad los heridos, ancianos, niños, discapacitados, embarazadas.
- Ponga atención a su alrededor para no molestar.
- En caso de que haya persona apurada, ayude activamente.
- Piense que hacer para poder volver a la vida cotidiana lo antes posible.

3. <sup>からだ けんこうじょうたい</sup>体の健康状態について/Sobre su estado de salud.

(日) あなたの<sup>からだ だいじょうぶ</sup>体は大丈夫ですか。

(ス) ¿Se encuentra bien?

(日) <sup>もんだい</sup>問題ありません。 / <sup>もんだい</sup>問題あります。

(ス) Si, estoy bien. / No me encuentro bien.

(日) <sup>もんだい</sup>問題がある場合、<sup>ばあい</sup>体の<sup>からだ</sup>症<sup>しょうじょう</sup>状<sup>した</sup>を下<sup>なか</sup>の中<sup>えら</sup>から選<sup>えら</sup>んでください。

- ①<sup>ねつ</sup>熱がある ②<sup>せなか</sup>背中がゾクゾクする ③<sup>いた</sup>のどが痛い ④<sup>で</sup>せきが出る  
⑤<sup>あたま</sup>頭が痛い ⑥<sup>むね</sup>胸が痛い ⑦<sup>しんぞう</sup>心臓がドキドキする ⑧<sup>いき</sup>息が切れる  
⑨<sup>めまい</sup>めまいがする ⑩<sup>なか</sup>お腹が痛い ⑪<sup>げり</sup>下痢をしている ⑫<sup>けつあつ</sup>血圧が高い  
⑬<sup>きも</sup>気持ち悪い ⑭<sup>は</sup>吐きたい ⑮<sup>は</sup>吐いた ⑯<sup>てんかん</sup>てんかんがある  
⑰<sup>にんしん</sup>妊娠している(何ヶ月) ⑱<sup>ななかげつ</sup>けが ⑲<sup>やけど</sup>やけど ⑳<sup>ねんざ</sup>ねんざ ㉑<sup>しびれ</sup>しびれ  
㉒<sup>ほっしん</sup>発疹

(ス) Si tiene algún problema, elija abajo los síntomas del cuerpo .

- ①fiebre ②escalofrío en la espalda ③dolor de garganta ④tengo tos  
⑤dolor de cabeza ⑥dolor en el pecho ⑦palpitaciones  
⑧Respiro con dificultad ⑨vértigo ⑩dolor de barriga ⑪diarrea  
⑫hipertensión ⑬me siento mal ⑭náusea ⑮vomité ⑯epilépsia  
⑰estoy embarazada(       mes ) ⑱herida ⑲quemadura  
⑳torcedura ㉑entumecimiento ㉒erupción

(日) いつからですか。

(ス) ¿Desde cuándo ?

(日) ①<sup>きのう</sup>昨日

②\_\_\_\_\_ <sup>にちまえ</sup>日前

③\_\_\_\_\_ <sup>しゅうかんまえ</sup>週間前

(ス) ①Ayer

②\_\_\_\_\_ día(s) antes

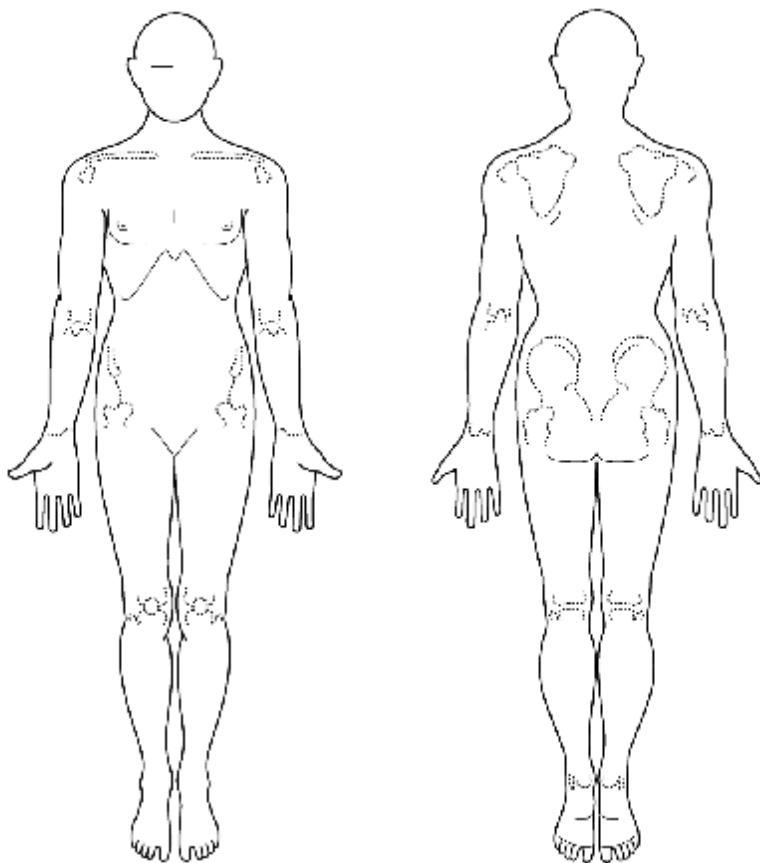
③\_\_\_\_\_ semana(s) antes

(日) 次の絵に問題がある場所を示してください。

(①頭 ②目 ③鼻 ④口 ⑤のど ⑥肩 ⑦手 ⑧足 ⑨おなか )

(ス) Señala la parte que tenga problema en el siguiente dibujo.

(①cabeza ②ojo ③naríz ④ boca ⑤ garganta ⑥ hombro ⑦ mano ⑧pie ⑨vientre )



(日) 持病はありますか。

(ス) ¿Tiene alguna enfermedad crónica?

(日) はい。 / いいえ。

(ス) Sí / No

(持病がある場合) / (En caso de que tenga alguna enfermedad crónica )

(日) 持病がある場合は、下の中から選んでください。

- |                  |        |       |             |
|------------------|--------|-------|-------------|
| ①胃腸病             | ②高血圧   | ③高脂血症 | ④神経痛 (頭痛など) |
| ⑤リウマチ (関節リウマチなど) | ⑥肝臓病   | ⑦腎臓病  | ⑧心臓病        |
| ⑨糖尿病             | ⑩気管支喘息 | ⑪腰痛   | ⑫痛風         |

(ス) Si tiene alguna enfermedad crónica , elija desde abajo.

- |                               |  |                      |
|-------------------------------|--|----------------------|
| ①enfermedad gastrointestinal  | ②hipertensión                          | ③hiperlipidemia      |
| ④neuralgia (cefalalgia etc..) | ⑤reumatismo (artritis reumatoide etc.) |                      |
| ⑥enfermedades hepática        | ⑦enfermedad de renal                   | ⑧enfermedad cardiaca |
| ⑨diabetes                     | ⑩asma bronquial                        | ⑪dolor lumbar ⑫gota  |

(日) 薬は飲んでいますか。

(ス) ¿Toma alguna medicina?

(日) はい。 / いいえ。

(ス) Sí. / No.

(日) (はい、の場合) その薬は、あと何回分残っていますか。

(ス) ( En caso de Sí) ¿Para cuantas veces queda esa medicina?

(日) \_\_\_\_\_回分残っています。

(ス) Sobra para \_\_\_\_\_ veces.



(救護所がある場合) / ( Si hay un puesto de socorro)

(日) 医師がいます。応急処置ができます。救護所にご案内します。一緒に来て  
ください。

(ス) Allí tiene un médico. Podemos darle los primeros auxilios.

Le acompaño hasta el puesto de socorro. Venga conmigo.

(日) 救護所では、お金がなくてもみてもらえます。

(ス) En el puesto de socorro, puede consultar al médico sin dinero.

4. 「ほしいもの」の支給について知らせる /

**Avisar sobre la distribución de “lo que quiere”.**

○ほしいものを支給する時間を知らせる /

**Avisar la hora de distribución de la que quiere.**

(日) ほしいものはありますか。

(ス) ¿Necesita algo?

(日) はい、あります。ほしいものは     (1)     です。 /

いいえ、ほしいものはありません。

(ス) Si, necesito     (1)    . / No, no necesito nada.

(1) ほしいもの / lo que quiere

(日) ①食べ物 ②水 ③着るもの 上着/Tシャツ/ズボン/下着/靴下

④毛布 ⑤タオル ⑥薬 ⑦生理用品 ⑧おむつ (子ども用)

⑨おむつ (大人用) ⑩粉ミルク

(ス) ①alimento ②agua

③ropa chaqueta/camiseta/pantalones/ropa interior/ calcetines

④manta ⑤toalla ⑥medicina ⑦artículos de higiene personal

⑧pañal(de niño) ⑨pañal (de adulto) ⑩leche en polvo

(きょうくば ばあい) / ( cuando distribuye hoy)

(日) (1) ほしいもの は、すぐ/ 今日 時ころ に配ります

(ス) (1) lo que quiere Lo distribuimos en seguida / hoy alrededor de las     .

(あしたいこうくば ばあい) / ( cuando se distribuye después de mañana )

(日) (1) ほしいもの は、(2) いつ に配る予定です。

((2) いつ、については9から選んでください。)

(ス) (1) lo que quiere Se lo distribuiye (2) (cuando)     .

((2) cuando, elegir en 9)

(日) それまでまっていてください

(ス) Espere hasta entonces.

○「ほしいもの」を今、支給出来ないことを知らせる /

**Avisar la incapacidad de distribuir lo que quiere ahora.**

(日) \_\_\_ (1) \_\_\_ は、今ここにありません。(4の(1)を参照)

(ス) Aquí no tenemos \_\_\_ (1) \_\_\_ lo que quiere ahora. (mirar el (1) de la hoja 4)

(日) いつとどくかわかりません。

(ス) No sé cuando llega.

(日) ここにとどいたらお知らせします。

(ス) Cuando llegue aquí le avisaré.

(日) \_\_\_ (1) \_\_\_ は、とどきません。

(ス) No llega \_\_\_ (1) \_\_\_.

5. 食事などの支給物品の時間を知らせる /

**Avisar la hora de distribución de los alimentos etc..**

(日) 1日 \_\_\_ 回、 \_\_\_ (3) \_\_\_ を配ります。

(ス) Distribuimos \_\_\_ (3) \_\_\_, \_\_\_\_\_ veces al día.

(3)

(日) ①食べ物 ②水 ③着るもの 上着/Tシャツ/ズボン/下着/靴下

④毛布 ⑤タオル ⑥薬 ⑦生理用品 ⑧おむつ(子ども用)

⑨おむつ(大人用) ⑩粉ミルク

(ス) ①alimento ②agua

③ropa chaqueta/camiseta/pantalones/ropa interior/ calcetines

④manta ⑤toalla ⑥medicina ⑦artículos de higiene personal

⑧pañal(de niño) ⑨pañal (de adulto) ⑩leche en polvo

(日) 配布時間は、 \_\_\_ 時、 \_\_\_ 時、 \_\_\_ 時です。

(ス) Las horas de distrubición son las \_\_\_\_\_, \_\_\_\_\_ y \_\_\_\_\_.



**6. 通訳の派遣 / Envío de intérprete.**

(通訳が来ることがわかっている場合) (caso sepa que viene un intérprete)

(日) 通訳は、    月    日    時ごろ、ここに来ます。

(ス) Viene aquí un intérprete alrededor de las           , del día            de           .

(日) それまでまってください。

(ス) Espere hasta entonces.

(通訳がいつ来るかわからない場合) (Caso no sepa cuando viene el intérprete)

(日) 通訳は、いつ来られるかわかりません。来られる日がわかったら連絡します。

(ス) No sabemos cuando puede venir un intérprete. Cuando sepamos la fecha exacta , le avisamos.

(日) 通訳は来られません。

(ス) No puede venir un intérprete.

**7. 家族の安否確認 / Confirmar la seguridad de la familia.**

(日) 家族で一緒に来ていない人はいますか。

(ス) ¿Falta alguien de su familia aca ?

(日) はい、います。 / いいえ、みんな一緒です。 / いいえ、家族はいません。

(ス) Sí.falta / No, estamos todos juntos. / No, no tengo familia.

(日) 家族で一緒にいない人は誰ですか。名前を書いてください。

(ス) ¿Quién no le acompaña de su familia? Escriba el nombre de esa persona.

\_\_\_\_\_

(日) 一緒に来ていない人は (5) 誰 です。

(ス) Quién no ha venido es \_\_\_\_\_.

(5) 誰 / Quién

(日) ①祖父母 ②父母 ③父 ④母 ⑤夫 ⑥妻 ⑦子ども ⑧孫  
⑨兄弟 ⑩姉妹 ⑪おじ ⑫おば

(ス) ①abuelos ②padres ③padre ④madre ⑤esposo ⑥esposa  
⑦ niño ⑧ nieto ⑨hermano ⑩hermana ⑪tío ⑫tía

(日) 行政機関への安否確認はできません。

母国の領事館に対して生存していることをお知らせください。

何か新しいことがわかったら知らせます

(ス) No se puede confirmar la seguridad de su familia en las agencias gubernamentales. Avise su existencia al consulado de su país. Cuando sepa algo nuevo , le comunicaremos.

## 8. 簡単なあいさつ/ saludos

日本語 (各言語での読み方)	スペイン語 (日本語での読み方)
ojayogozaimasu おはようございます	ブエノス ディアス Buenos días
konnichiwa こんにちは	オラ Hola
konbanwa こんばんは	ブエナス タルデス Buenas tardes (夕方) ブエナス ノチェス Buenas noches (夜)
arigatou ありがとう	グラシアス Gracias
douitashimashite どういたしまして	デ ナーダ De nada
sumimasen すみません	ロ シエント Lo siento
sayounara さようなら	アディオス Adíos.



9. <sup>さんこうしりょう</sup>参考資料 / **datos de referencia**

<b>(1) 数字</b> <small>すうじ</small>
(日) ①0(零) ②1(一) ③2(二) ④3(三) ⑤4(四) ⑥5(五) ⑦6(六) ⑧7(七) ⑨8(八) ⑩9(九) ⑪10(十) ⑫100(百) ⑬1000(千) ⑭10000(万)
(ス) ①zero ②uno ③dos ④tres ⑤cuatro ⑥cinco ⑦seis ⑧siete ⑨ocho ⑩nueve ⑪diez ⑫cien ⑬mil ⑭diez mil
<b>(2) いつ</b>
(日) ①おととい ② <sup>きのう</sup> 昨日 ③ <sup>きょう</sup> 今日 ④ <sup>あした</sup> 明日 ⑤あさって ⑥ <sup>あさ</sup> 朝 ⑦ <sup>ひる</sup> 昼 ⑧ <sup>よる</sup> 夜 ⑨ <sup>せんしゅう</sup> 先週 ⑩ <sup>こんしゅう</sup> 今週 ⑪ <sup>らいしゅう</sup> 来週 ⑫ <sup>せんげつ</sup> 先月 ⑬ <sup>こんげつ</sup> 今月 ⑭ <sup>らいげつ</sup> 来月 ⑮ <sup>きょねん</sup> 去年 ⑯ <sup>ことし</sup> 今年 ⑰ <sup>らいねん</sup> 来年 ⑱ <sup>いち</sup> 1日 ⑲ <sup>しゅうかん</sup> 1週間 ⑳ <sup>げつ</sup> 1か月
(ス) ①anteayer ②ayer ③hoy ④mañana ⑤pasado mañana ⑥mañana ⑦día ⑧noche ⑨semana pasada ⑩esta semana ⑪próxima semana ⑫mes pasado ⑬este mes ⑭próximo mes ⑮año pasado ⑯este año ⑰próximo año ⑱un día ⑲una semana ⑳un mes
<b>(3) 時間</b> <small>じかん</small>
(日) ① <sup>ごぜん</sup> 午前 ② <sup>ごご</sup> 午後 ③ <sup>し</sup> 時 <sup>ぶん</sup> 分 ④ <sup>じはん</sup> 時半 ⑤ <sup>がつ</sup> 月
(ス) ①mañana ②tarde ③_____ (hora) y _____ (minutos) ④_____ y media ⑤_____ (dia) del _____ mes)
<b>(4) 曜日</b> <small>ようび</small>
(日) ① <sup>げつようび</sup> 月曜日 ② <sup>かようび</sup> 火曜日 ③ <sup>すいようび</sup> 水曜日 ④ <sup>もくようび</sup> 木曜日 ⑤ <sup>きんようび</sup> 金曜日 ⑥ <sup>どようび</sup> 土曜日 ⑦ <sup>にちようび</sup> 日曜日
(ス) ①lunes ②martes ③miércoles ④jueves ⑤viernes ⑥sábado ⑦domingo
<b>(5) 方向</b> <small>ほうこう</small>
(日) ① <sup>ひがし</sup> 東 ② <sup>にし</sup> 西 ③ <sup>みなみ</sup> 南 ④ <sup>きた</sup> 北 ⑤ <sup>みぎ</sup> 右 ⑥ <sup>ひだり</sup> 左 ⑦ <sup>うへ</sup> 上 ⑧ <sup>した</sup> 下 ⑨ <sup>まえ</sup> 前 ⑩ <sup>うしろ</sup> 後
(ス) ①este ②oeste ③sur ④norte ⑤derecho(a) ⑥izquierdo(a) ⑦ arriba ⑧abajo ⑨delante ⑩detrás
<b>(6) 形容詞</b> <small>けいようし</small>
(日) ① <sup>おお</sup> 大きい ② <sup>ちい</sup> 小さい ③ <sup>おほ</sup> 多い ④ <sup>すく</sup> 少ない ⑤ <sup>はや</sup> 早い ⑥ <sup>おそ</sup> 遅い ⑦ <sup>たか</sup> 高い ⑧ <sup>ひく</sup> 低い ⑨ <sup>さむ</sup> 寒い ⑩ <sup>あつ</sup> 暑い
(ス) ①grande ②pequeño(a) ③mucho(a) ④poco(a) ⑤temprano(a) ⑥tarde ⑦alto(a) ⑧bajo(a) ⑨frío(a) ⑩calor

ひなんじょかいわしーと  
避難所会話シート

ふうりぴんご  
フィリピン語

もくじ  
～目次～

1. <sup>りかい</sup> 理解の <sup>でき</sup> 出来る <sup>げんご</sup> 言語の <sup>かくにん</sup> 確認	1
2. <sup>ひなんじょ</sup> 避難所について	2
3. <sup>からだ</sup> 体の <sup>けんこうじょうたい</sup> 健康状態について	4
4. 「ほしいもの」の <sup>しきゅう</sup> 支給について <sup>し</sup> 知らせる	7
5. <sup>しょくじ</sup> 食事などの <sup>しきゅうぶつびん</sup> 支給物品の <sup>じかん</sup> 時間を <sup>し</sup> 知らせる	8
6. <sup>つうやく</sup> 通訳の <sup>はけん</sup> 派遣	9
7. <sup>かぞく</sup> 家族の <sup>あんびかくにん</sup> 安否確認	9
8. <sup>かんたん</sup> 簡単なあいさつ	10
9. <sup>さんこうしりょう</sup> 参考資料	11

避難所会話シート 日/フ

1. 理解の出来る言語の確認 / Pagsisiyasat ng wikang alam ninyo.

- Q : (日) あなたがわかることばは、どれですか  
(英) Which language do you understand?  
(中) 您懂的语言是哪一种?  
(韓) 당신은 어느 나라 말을 이해합니까?  
(ス) ¿Qué idiomas entiende usted?  
(ポ) Qual é o idioma que você compreende?  
(フ) Alin sa mga ito ang inyong naiintindihan?  
(タ) ภาษาไหนที่' ท่านเข้าใจ  
(ベ) Bạn biết ngôn ngữ nào?



英語 ( English )	スペイン語 ( español )
中国語 ( 中文 )	ポルトガル語 ( português )
韓国・朝鮮語 ( 한국어・조선어 )	フィリピン語 ( Filipino )
タイ語 ( ภาษาไทย )	ベトナム語 ( tiếng Việt )
日本語	

※日は日本語、フはフィリピン語

## 2. 避難所について (日)

ここは\_\_\_\_\_の避難所です。【所在地】\_\_\_\_\_

### 避難所の説明

• 避難所は性別・国籍・在留資格に関係なく無料で使用し生活することが出来る。

• 避難所には、食べ物、飲み物、寝るところ、毛布、生活に必要なもの、情報

(お知らせ)があります。(日本人も外国人も同じ物がもらえる)

• 避難所には特別な食べ物はない。料理はできない。

→ ハラルフード(イスラム教徒が食べる肉類)はない。

• アレルギー対応食 有り/無し

• 入浴施設の有り/無し

• 洗濯施設の有り/無し

• 水道の水は 飲めます。/ 飲めません。

• ここのトイレは 使えます。/ 使えません。

• 医療救護所がある場合は、医者にみてもらえる。

→ お金はかからない。

### ○避難所生活の注意事項

• 避難所にはルールや役割がある。

例) → トイレや食べ物をもらう時は順番に並んで待つ。

→ 大きな声を出さない。

→ 門限は\_\_\_\_\_時です。消灯時間は\_\_\_\_\_時です。

→ 携帯電話はマナーモードにしてください。/外で話してください。

→ 靴は\_\_\_\_\_で脱いでください。

• 貴重品は自分で管理してください。

• エコノミークラス症候群に気をつけてください。

• けが人、高齢者、乳幼児、障がい者、妊婦が優先です。

• 自分がされたくないことをしないよう、周りの方への心配りをしましょう。

• 困っている人がいたら、積極的に助けましょう。

• 早く日常生活に復帰できるように考えましょう。

## 2 Tungkol sa Evacuation (フ)

Ang lugar na ito ay ang \_\_\_\_\_ evacuation center sa \_\_\_\_\_

Paliwanag tungkol sa evacuation center

- Maging lalaki ka man o babae, saang bansa ka man galing, o anuman ang bias mo, , puwedeng makagamit at manirahan dito sa evacuation center na ito..
- May pagkain, inumin, tulugan, kumot, pangangailangan sa kabuhayan at impormasyon dito.( Hapones at dayuhan ay parehong gamit ang matatanggap).
- Sa evacuation ay walang espesyal na pagkain. Hindi ka rin makakapag luto.
  - ⇒ Wala ring pagkaing Halal (karneng kinakain sa relihiyong islam).
- Allergy sa pagkain Meron / Wala
- Paliguan Kailangan / Hindi kailangan
- Labahan (lugar) Kailangan / Hindi kailangan
- Tubig gripo Naiinom / Hindi naiinom
- Ang CR dito ay Nagagamit/ Hindi nagagamit
- Kapag mayroong first aid station, puwedeng magpa-check-up sa doktor na walang bayad.
  - ⇒ Libre ito

○ Paalala sa pag-tira sa evacuation center

- Sa evacuation may sinusunod na alituntunan at kaniya-kaniyang gampanin (role).

Hal.) ⇒ Pagpila kapag gagamit ng CR o kukuha ng pagkain.

⇒ Huwag mag-ingay.

⇒ Curfew \_\_\_\_\_. Oras ng pagpatay ng ilaw ay \_\_\_\_\_.

⇒ I-silent mode ang cellphone. / Kailangan lumabas pag may kausap sa telepono.

⇒ Hubarin ang sapatos sa \_\_\_\_\_ .

- Ingatan ang sariling mahahalagang bagay.
- Mag-ingat na magkaroon ng economy class syndrome.
- Paunahin ang mga may sugat, matanda, bata, may kapansanan at nagdadalantao.
- Huwag mong gawin sa iba ang ayaw mong gawin ng iba sa iyo.
- Tumulong kapag may nangangailangan ng tulong.
- Isiping makabalik kaagad sa normal na pamumuhay.

3. <sup>からだ けんこうじょうたい</sup>体の健康状態について / Kondisyon ng Katawan Ninyo

(日) あなたの<sup>からだ だいじょうぶ</sup>体は大丈夫ですか。

(フ) May nararamdaman ka ba?

(日) <sup>もんだい</sup>問題ありません。 / <sup>もんだい</sup>問題あります。

(フ) Oo / Wala

(日) <sup>もんだい</sup>問題がある場合、<sup>ばあい</sup>体の<sup>からだ</sup>症<sup>しょうじょう</sup>状<sup>した</sup>を下<sup>なか</sup>の中から<sup>えら</sup>選んでください。

- ①<sup>ねつ</sup>熱がある ②<sup>せなか</sup>背中がゾクゾクする ③<sup>いた</sup>のどが痛い ④<sup>で</sup>せきが出る  
⑤<sup>あたま いた</sup>頭が痛い ⑥<sup>むね いた</sup>胸が痛い ⑦<sup>しんぞう</sup>心臓がドキドキする ⑧<sup>いき き</sup>息が切れる  
⑨<sup>めまい</sup>めまいがする ⑩<sup>なか いた</sup>お腹が痛い ⑪<sup>げり</sup>下痢をしている ⑫<sup>けつあつ たか</sup>血圧が高い  
⑬<sup>きも わる</sup>気持ち悪い ⑭<sup>は</sup>吐きたい ⑮<sup>は</sup>吐いた ⑯<sup>は</sup>てんかんがある  
⑰<sup>にんしん</sup>妊娠している(何ヶ月) ⑱<sup>なんかげつ</sup>けが ⑲<sup>やけど</sup>やけど ⑳<sup>ねんざ</sup>ねんざ ㉑<sup>しびれ</sup>しびれ  
㉒<sup>ほっしん</sup>発疹

(フ) Kung meron, pakipili kung ano ang nararamdaman ninyo.

- ①May lagnat ②Masakit ang likod ③Masakit ang lalamunan  
④Inuubo ⑤Masakit ang ulo ⑥Masakit ang dibdib  
⑦Malakas tibok ng puso ⑧Hindi makahinga ⑨Nahihilo  
⑩Masakit ang tiyan ⑪Nagtatae ⑫High blood  
⑬Masama ang pakiramdam ⑭Nasusuka ⑮Sumuka na  
⑯Epilepsy ⑰Nagdadalantao (ilan bwan) ⑱May sugat  
⑲Napaso ⑳Namamanhid ㉑Pilay ㉒Namamantal

(日) いつからですか。

(フ) Kailan ito nagsimula?

(日) ①<sup>きのう</sup>昨日 ②\_\_\_\_\_ <sup>にちまえ</sup>日前 ③\_\_\_\_\_ <sup>しゅうかんまえ</sup>週間前

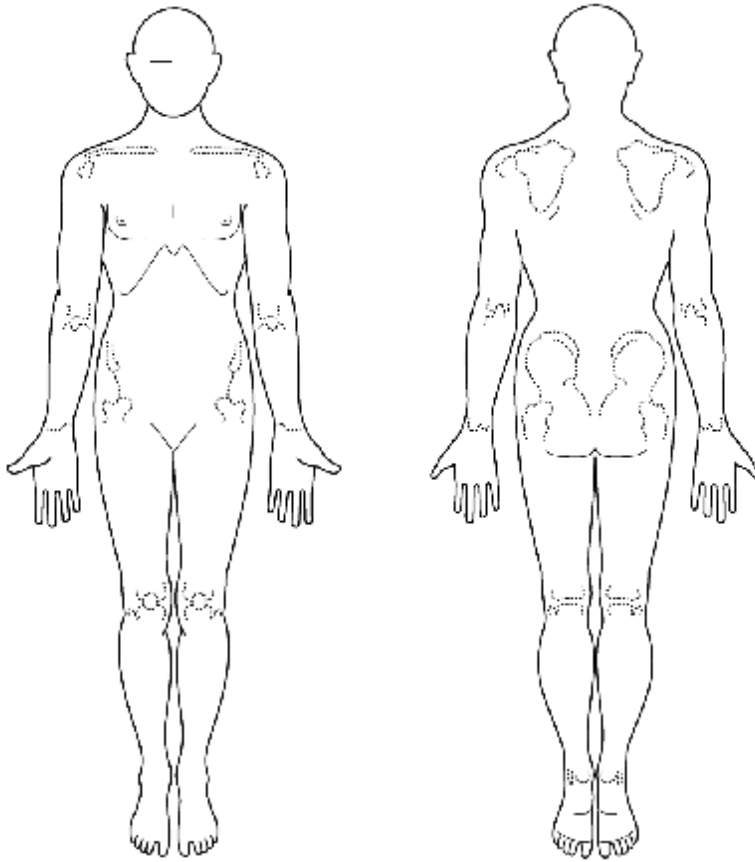
(フ) ①Kahapon ②\_\_\_\_\_ araw na nakalipas  
③\_\_\_\_\_ linggo na nakalipas

(日) 次の絵に問題がある場所を示してください。

(①頭<sup>あたま</sup> ②目<sup>め</sup> ③鼻<sup>はな</sup> ④口<sup>くち</sup> ⑤のど ⑥肩<sup>かた</sup> ⑦手<sup>て</sup> ⑧足<sup>あし</sup> ⑨おなか )

(フ) Itruo ang bahanging katawan na may problema.

(①Ulo ②Mata ③Ilong ④Bibig ⑤Lalamunan ⑥Balikat ⑦Kamay  
⑧Paa ⑨Tiyán)



(日) 持病<sup>じびょう</sup>はありますか。

(フ) May malubhang karamdaman ka ba?

(日) はい。 / いいえ。

(フ) Mayroon / Wala



(持病がある場合) / (Kapag mayroon)

(日) 持病がある場合は、下の中から選んでください。

- |                  |        |       |             |
|------------------|--------|-------|-------------|
| ①胃腸病             | ②高血圧   | ③高脂血症 | ④神経痛 (頭痛など) |
| ⑤リウマチ (関節リウマチなど) | ⑥肝臓病   | ⑦腎臓病  | ⑧心臓病        |
| ⑨糖尿病             | ⑩気管支喘息 | ⑪腰痛   | ⑫痛風         |

(フ) Sa mga sumagot ng “ Meron” , piliin sa ibaba ang sumusunod.

- |                                     |                      |           |                |
|-------------------------------------|----------------------|-----------|----------------|
| ①Gastroenteric [digestive] disorder | ②High blood pressure |           |                |
| ③Hyperlipemia                       | ④Sakit sa ulo        | ⑤Rayuma   | ⑥Sakit sa atay |
| ⑦Sakit sa bato                      | ⑧Sakit sa puso       | ⑨Diabetes | ⑩Asma          |
| ⑪Sakit sa balakang                  | ⑫Gout                |           |                |

(日) 薬は飲んでいますか。

(フ) Umiinom ka ba ng gamot?

(日) はい。 / いいえ。

(フ) Oo / Hindi

(日) (はい、の場合) その薬は、あと何回分残っていますか。

(フ) Sa mga sumagot ng oo, gaano karaming gamot pa ang natitira?

(日) \_\_\_\_\_ 回分残っています。

(フ) \_\_\_\_\_ (ilang) inumin ang natitira.

(救護所がある場合) / ( Pag mayroong First aid station)

(日) 医師がいます。応急処置ができます。救護所にご案内します。一緒に来て  
ください。

(フ) May doktor. Puwedeng magbigay ng emergency treatment.  
Dadalhin kita sa First aid station. Sumama ka sa akin.

(日) 救護所では、お金がなくてもみてもらえます。

(フ) Sa First aid station, maaring kang magpa-check- up ng walang bayad.

4. 「ほしいもの」の支給について知らせる /

Tungkol sa mga bagay na iyong kinakailangan.

○ほしいものを支給する時間を知らせる /

Pagpapaalam ng oras ng pagbibigay ng kinakailangan.

(日) ほしいものはありますか。

(フ) Mayroon ka bang kailangan?

(日) はい、あります。ほしいものは     (1)     です。 /

いいえ、ほしいものはありません。

(フ) Oo, meron. Ang kailangan ko ay \_\_\_\_\_ /

Wala akong kailangan.

(1) ほしいもの/Mga Kinakailangan

(日)

①食べ物 ②水 ③着るもの 上着/Tシャツ/ズボン/下着/靴下 ④毛布

⑤タオル ⑥薬 ⑦生理用品 ⑧おむつ (子ども用) ⑨おむつ (大人用)

⑩粉ミルク

(フ)

①Kailangang kagamitanPagkain ②Tubig

③Damit Jacket/T-shirt/Pantalon/Underwear/Medyas

④Kumot ⑤Tuwalya ⑥Gamot ⑦Sanitary Napkin

⑧Lampin (Pambata) ⑨Lampin (Pangmatanda)

⑩Powdered milk

(きょうくば ばあい) / ( Kung nais ipadala ngayon )

(日) (1) ほしいもの は、すぐ/ 今日 時ころ に配ります

(フ) Ipapadala ang \_\_\_\_\_ sa araw / oras ng \_\_\_\_\_

(あしたいこうくば ばあい) / ( Kung nais ipadala mula kinabukasan )

(日) (1) ほしいもの は、(2) いつ に配る予定です。

((2) いつ、については9から選んでください。)

(フ) Ipapadala ang \_\_\_\_\_ sa kailan dadating \_\_\_\_\_

(Pumili mula sa 9 para sa (2) Kailan.)

(日) それまでまっていてください

(フ) Pakihintay hanggang hanggang sa araw na iyon.

○「ほしいもの」を今、支給出来ないことを知らせる /

Ang pagsabi na di maipapadala ngayon ang kinakailangan.

(日) \_\_\_(1)\_\_\_は、今ここにありません。(4の(1)を参照)

(フ) Wala dito ang \_\_\_(1)\_\_\_ (Tignan ang 4 (1))

(日) いつとどくかわかりません。

(フ) Hindi alam kung kalian darating.

(日) ここにとどいたらおしらせします。

(フ) Aming ipagbibigay alam namin kapag dumating na ito.

(日) \_\_\_(1)\_\_\_は、とどきません。

(フ) Hindi pa darating ang \_\_\_\_\_ .

5. 食事などの支給物品の時間を知らせる /

Tungkol sa oras ng pag papadala ng pag kain at iba pa.

(日) 1日\_\_\_回、\_\_\_(3)\_\_\_を配ります。

(フ) Sa isang araw \_\_\_beses magbibigay ng \_\_\_(3)\_\_\_

(3)

(日)

- ①食べ物 ②水 ③着るもの 上着/Tシャツ/ズボン/下着/靴下 ④毛布  
⑤タオル ⑥薬 ⑦生理用品 ⑧おむつ(子ども用) ⑨おむつ(大人用)  
⑩粉ミルク

(フ)

- ①Kailangang kagamitan Pagkain ②Tubig  
③Damit Jacket/T-shirt/Pantalon/Underwear/Medyas  
④Kumot ⑤Tuwalya ⑥Gamot ⑦Sanitary Napkin  
⑧Lampin (Pambata) ⑨Lampin (Pangmatanda)  
⑩Powdered milk

(日) 配布時間は、\_\_\_時、\_\_\_時、\_\_\_時です。

(フ) Ang oras ng pag bibigay ay \_\_\_\_\_



6. 通訳の派遣 / Impormasyon ukol sa interpreter

(通訳が来ることがわかっている場合)

( Kung alam na may darating na interpreter )

(日) 通訳は、     月      日      時ごろ、ここにきます。

(フ) Ang interpreter ay pupunta sa araw / oras \_\_\_\_\_

(日) それまでまってください。

(フ) Pakihintay hanggang sa nasabing araw / oras.

(通訳がいつ来るかわからない場合) /

( Kung hindi alam kung kailan darating ang interpreter)

(日) 通訳は、いつ来られるかわかりません。来られる日がわかったら連絡します。

(フ) Hindi ko alam kung kailan darating ang interpreter. Ipagbibigay alam naming kapag nalaman naming kung kailan siya makakarating.

(日) 通訳は来られません。

(フ) Hindi makakarating ang interpreter.

7. 家族の安否確認 / Tungkol sa kalagayan ng inyong pamilya

(日) 家族で一緒に来ていない人はいますか。

(フ) May kapamilya ba kayong hindi ninyo kasama?

(日) はい、います。 / いいえ、みんな一緒です。 / いいえ、家族はいません。

(フ) Oo, meron. / Wala, lahat kami ay magkakasama. /  
Wala, wala akong kamag-anak.

(日) 家族で一緒にいない人は誰ですか。名前を書いてください。

(フ) Sa mga sumagot ng “ Oo” sino ang hindi ninyo kasama?  
Pakisulat ang kaniyang pangalan.

(日) 一緒に来ていない人は (5) 誰 です。

(フ) Siya ay aking (5) Sino \_\_\_\_\_

(3) 誰/Sino
(日) ①祖父 ②父 ③父 ④母 ⑤夫 ⑥妻 ⑦子ども ⑧孫 ⑨兄弟 ⑩姉妹 ⑪おじ ⑫おば
(フ) ①Lolo / Lola ②Magulang ③Ama ④Ina ⑤Asawa ⑥Asawa ⑦Anak ⑧Apo ⑨Kapatid ⑩Kapatid ⑪Tito ⑫Tita

(日) 行政機関への安否確認はできません。  
母国の領事館に対して生存していることをお知らせください。  
何か新しいことがわかったら知らせます。

(フ) Walang impormasyon ang awtoridad tungkol sa kalagayan nila.  
Ipagbigay alam sa inyong konsulado na buhay kayo.  
Ipaalam naming kung may dumating na bagong balita.

8. 簡単なあいさつ/ Madaling salitang pagbati

日本語 (各言語での読み方)	フィリピン語 (日本語での読み方)
ohayogozaimasu おはようございます	マガンダン・ウマガ Magandang umaga
konnichiwa こんにちは	マガンダン・アールウ Magandang araw.
konbanwa こんばんは	マガンダン・ガビ Magandang gabi.
arigato ありがとう	サラマツト Salamat
doitashimashite どういたしまして	ワラン・アヌマン Walang anuman.
sumimasen すみません	エクスキューズ・ミー Excuse me.
sayonara さようなら	パアラム Paalam.

9. 参考資料 / Reperens

<b>(1) 数字 /Numero</b>
<p>(日) ①0(零) ②1(一) ③2(二) ④3(三) ⑤4(四) ⑥5(五) ⑦6(六) ⑧7(七) ⑨8(八) ⑩9(九) ⑪10(十) ⑫100(百) ⑬1000(千) ⑭10000(万)</p> <p>(フ) ①Zero ②One ③Two ④Three ⑤Four ⑥Five ⑦Six ⑧ Seven ⑨Eight ⑩Nine ⑪Ten ⑫Hundred ⑬Thousand ⑭Ten Thousand</p>
<b>(2) いつ/Kailan</b>
<p>(日) ①おととい ②昨日 ③今日 ④明日 ⑤あさって ⑥朝 ⑦昼 ⑧夜 ⑨先週 ⑩今週 ⑪来週 ⑫先月 ⑬今月 ⑭来月 ⑮去年 ⑯今年 ⑰来年 ⑱1日 ⑲1週間 ⑳1か月</p> <p>(フ) ①Isang araw ②Kahapon ③Ngayon ④Bukas ⑤Susunod na araw ⑥Umaga ⑦Tanghali ⑧Gabi ⑨Nakaraang lingo ⑩Itong linggo ⑪Susunod na lingo ⑫Nakaraang buwan ⑬Itong bwan ⑭Susunod na buwan ⑮Nakaraang taon ⑯Ngayong taon ⑰Susunod na taon ⑱Isang araw ⑲Isang lingo ⑳lang buwa</p>
<b>(3) 時間/Oras</b>
<p>(日) ①午前 ②午後 ③時 分 ④時半 ⑤月</p> <p>(フ) ①am / umaga ②pm / hapon ③ _____ oras / minute ④Kalahating oras ⑤Araw</p>
<b>(4) 曜日 /Araw ng Linggo</b>
<p>(日) ①月曜日 ②火曜日 ③水曜日 ④木曜日 ⑤金曜日 ⑥土曜日 ⑦日曜日</p> <p>(フ) ①Lunes ②Martes ③Miyerkules ④Huwebes ⑤Biyernes ⑥Sabado ⑦Linggo</p>
<b>(5) 方向/Direksyon</b>
<p>(日) ①東 ②西 ③南 ④北 ⑤右 ⑥左 ⑦上 ⑧下 ⑨前 ⑩後</p> <p>(フ) ①Silangan ②Kanluran ③Timog ④Hilaga ⑤Kaliwa ⑥Kanan ⑦Taas ⑧Baba ⑨Harap ⑩Likod</p>
<b>(6) 形容詞/Pang-uri</b>
<p>(日) ①大きい ②小さい ③多い ④少ない ⑤早い ⑥遅い ⑦高い ⑧低い ⑨寒い ⑩暑い</p> <p>(フ) ①Malaki ②Maliit ③Marami ④Konti ⑤Mabilis/Maaga ⑥Mabagal/late ⑦Mataas ⑧Mababa ⑨Malamig ⑩Mainit</p>

ひなんじょかいわしーと  
避難所会話シート

たいご  
タイ語

もくじ  
～目次～

1. 理解の出来る言語の確認	1
2. 避難所について	2
3. 体の健康状態について	4
4. 「ほしいもの」の支給について知らせる	7
5. 食事などの支給物品の時間を知らせる	9
6. 通訳の派遣	9
7. 家族の安否確認	10
8. 簡単なあいさつ	11
9. 参考資料	12



ひなんじょかいわ  
避難所会話シート 日/夕

1. <sup>りかい</sup>理解の出来る<sup>でき</sup>言語<sup>げんご</sup>の確認<sup>かくにん</sup>/ ตรวจสอบเพื่อ<sup>อ</sup>ยืนยัน<sup>ย</sup>ภาษาที่<sup>ที่</sup> สามารถ<sup>สามารถ</sup>เข้าใจ<sup>เข้าใจ</sup>ได้

- Q : (日) あなたがわかることばは、どれですか  
(英) Which language do you understand?  
(中) 您懂的语言是哪一种?  
(韓) 당신은 어느 나라 말을 이해합니까?  
(ス) ¿Qué idiomas entiende usted?  
(ポ) Qual é o idioma que você compreende?  
(フ) Alin sa mga ito ang inyong naiintindihan?  
(夕) ภาษาไหนที่ ท่านเข้าใจ  
(ベ) Bạn biết ngôn ngữ nào?



えいご 英語	( English )	スペイン語 <sup>ご</sup>	( español )
ちゅうごくご 中国語	( 中文 )	ポルトガル語 <sup>ご</sup>	( português )
かんこく 韓国・朝鮮語 <sup>ご</sup>	( 한국어・조선어 )	フィリピン語 <sup>ご</sup>	( Filipino )
たいご <sup>ご</sup>	( ภาษาไทย )	ベトナム語 <sup>ご</sup>	( tiếng Việt )
にほんご 日本語			

※<sup>にち</sup>日は日本語、<sup>ご</sup>夕はタイ語

## 2. 避難所について (日)

ここは\_\_\_\_\_の避難所です。【所在地】\_\_\_\_\_

### 避難所の説明

・避難所は性別・国籍・在留資格に関係なく無料で使用し生活することができます。

・避難所には、食べ物、飲み物、寝るところ、毛布、生活に必要なもの、情報(お知らせ)があります。(日本人も外国人も同じ物がもらえる)

・避難所には特別な食べ物はない。料理はできない。

→ ハラルフード(イスラム教徒が食べる肉類)はない。

・アレルギー対応食 有り/無し

・入浴施設の 有り/無し

・洗濯施設の 有り/無し

・水道の水は 飲めます。/ 飲めません。

・このトイレは 使えます。/ 使えません。

・医療救護所がある場合は、医者にみてもらえる。

→ お金はかからない。

### ○避難所生活の注意事項

・避難所にはルールや役割がある。

例) → トイレや食べ物をもらう時は順番に並んで待つ。

→ 大きな声を出さない。

→ 門限は\_\_\_\_\_時です。消灯時間は\_\_\_\_\_時です。

→ 携帯電話はマナーモードにしてください。/外で話してください。

→ 靴は\_\_\_\_\_で脱いでください。

・貴重品は自分で管理してください。

・エコノミークラス症候群に気をつけてください。

・けが人、高齢者、乳幼児、障がい者、妊婦が優先です。

・自分がされたくないことをしないよう、周りの方への心配りをしましょう。

・困っている人がいたら、積極的に助けましょう。

・早く日常生活に復帰できるように考えましょう。

## 2 สถานที่ หลบภัย (夕)

ที่ นี้ คือสถานที่หลบภัยของ\_\_\_\_\_

【ตำแหน่งที่ ตั้งปัจจุบัน\_\_\_\_\_】

คำอธิบายเกี่ยวกับสถานที่ หลบภัย

- z สถานที่ หลบภัยเป็นสถานที่ ที่ ทุกคนสามารถเข้ามาใช้ และพักอาศัยฟรี โดยไม่จำกัดเพศ สัญชาติ และประเภทของวิชา
- z สถานที่ หลบภัยมีอาหาร เครื่องดื่ม ที่ นอน ผ้าห่ม และสิ่ง ที่ จำเป็นสำหรับการใช้ ชีวิต ตลอดจนข้อมูลข่าวสาร (ประกาศแจ้ง) (ทุกคนจะได้รับสิ่ง ขอร้องเดียวกันไม่ว่าจะเป็นชาวญี่ปุ่น หรือชาวต่างชาติ)
- z สถานที่ หลบภัยไม่มีอาหารที่ จัดให้ เป็นกรณีพิเศษ และไม่สามารถทำอาหารทานได้  
→ ไม่มีอาหารฮาลาล (อาหารประเภทเนื้อ ที่ คนมุสลิมทาน)
- z อาหารสำหรับผู้เป็นโรคภูมิแพ้ มี ไม่มี
- z ห้องอาบน้ำ มี ไม่มี
- z ห้องซักผ้า มี / ไม่มี
- z น้ำประปา ดื่มได้ดื่มไม่ได้
- z ห้องส้วมที่ นี้ ใช้ได้ใช้ไม่ได้
- z ถ้ามีสถานปฐมพยาบาลก็จะสามารถได้รับการรักษาพยาบาลจากแพทย์ได้  
→ ไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย

○ ข้อควรระวังเมื่อใช้ ชีวิตอยู่ในสถานที่หลบภัย

- z ที่ สถานที่ หลบภัยมีกฎระเบียบข้อบังคับและบทบาหน้าที่ เช่น → เวลาจะเข้าห้องน้ำและรับประทานอาหารจะต้องเข้าแถวอย่างเป็นระเบียบ  
→ ห้ามส่งเสียงดัง  
→ ปิดประตูใหญ่เวลา\_\_\_\_\_น. ปิดไฟเพื่อ เข้านอนเวลา\_\_\_\_\_น.  
→ ต้องปิดเสียงโทรศัพท์มือถือโดยกดปุ่มแมนเนอร์ (ปุ่มเงียบ) / เมื่อจะพูดโทรศัพท์ ก็จะต้องออกไปพูดข้างนอก  
→ ต้องถอดรองเท้าที่\_\_\_\_\_
- z ต้องเก็บรักษาของมีค่าด้วยตนเอง
- z ขอให้ ระวังระวังดูแลตนเองไม่ให้เกิดอาการภาวะเส้นเลือดดำที่ ขาดุดตัน (Economy Class syndrome)
- z ผู้ที่ จะได้รับสิทธิพิเศษก่อนผู้อื่น นคือ ผู้ที่ได้รับบาดเจ็บ ผู้สูงอายุ เด็กทารกและเด็กเล็ก ผู้พิการ และสตรีมีครรภ์
- z ไม่ทำในสิ่ง ที่ ตนเองก็ไม่อยากให้ ผู้อื่น มากระทำใส่ในลักษณะเดียวกัน และขอให้ เอาใจเขามาใส่ใจเราโดยคำนึงถึงความรู้สึกของบุคคลรอบข้าง
- z เมื่อพบเห็นใครประสบความเดือดร้อน ขอให้ พยายามช่วยเหลืออย่างเต็มที่
- z ขอให้ คิดในแง่ที่ จะสามารถทำให้ การใช้ ชีวิตของตนเองกลับคืนสู่สภาวะปกติได้ในเร็ววัน

3. 体の健康状態について/ สุขภาพของร่างกาย

- (日) あなたの体は大丈夫ですか。  
(夕) สภาพร่างกายเป็นอย่างไรบ้าง

- (日) 問題ありません。 / 問題あります。  
(夕) ไม่มีปัญหา / มีปัญหา

- (日) 問題がある場合、体の症状を下の中から選んでください。

- ①熱がある ②背中がゾクゾクする ③のどが痛い ④せきが出る  
⑤頭が痛い ⑥胸が痛い ⑦心臓がドキドキする ⑧息が切れる  
⑨めまいがする ⑩お腹が痛い ⑪下痢をしている ⑫血圧が高い  
⑬気持ち悪い ⑭吐きたい ⑮吐いた ⑯てんかんがある  
⑰妊娠している (何ヶ月) ⑱けが ⑲やけど ⑳ねんざ ㉑しびれ  
㉒発疹

- (夕) กรณีที่ มีปัญหา กรุณาเลือกอาการที่ ตรงกับสภาพร่างกายของท่าน

- ① มีไข้ ② หนาวเยือกที่ แผ่นหลัง ③ เจ็บคอ ④ มีอาการไอ  
⑤ ปวดศีรษะ ⑥ เจ็บหน้าอก ⑦ หัวใจเต้นแรง ⑧ หายใจหอบ  
⑨ หน้ามืดวิงเวียน ⑩ ปวดท้อง ⑪ ท้องเสีย ⑫ ความดันโลหิตสูง  
⑬ ไม่สบายผะอืดผะอม ⑭ คลื่นไส้ จะอาเจียน ⑮ อาเจียน  
⑯ มีอาการลมชัก ⑰ มีครรภ์ ( \_\_\_\_\_ เดือน) ⑱ บาดเจ็บ  
⑲ แผลพุพองจากการลวก ⑳ เคล็ด ขัดยอก แผลง ㉑ มีอาการชา  
㉒ เป็นฝี

- (日) いつからですか。

- (夕) เริ่มมีอาการตั้งแต่วันที่อะไร

- (日) ① 昨日 ② \_\_\_\_\_ 日前 ③ \_\_\_\_\_ 週間前

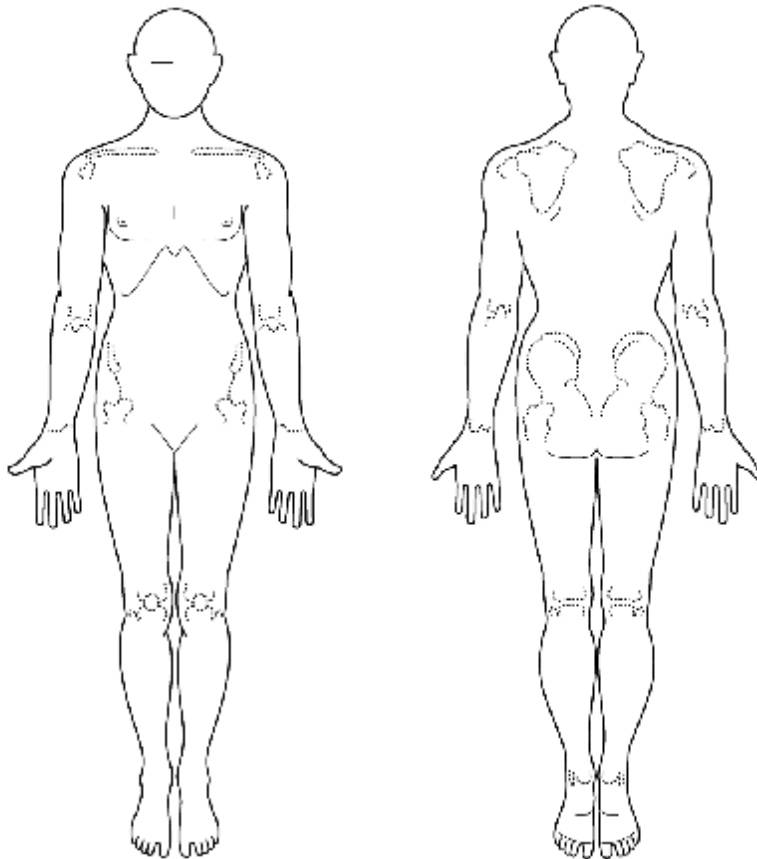
- (夕) ① เริ่ม อวาน ② ตั้งแต่วันที่ \_\_\_\_\_ วันก่อน ③ ตั้งแต่วันที่ \_\_\_\_\_ อาทิตย์ ก่อน

(日) 次の絵に問題がある場所を示してください。

(① 頭 ② 目 ③ 鼻 ④ 口 ⑤ のど ⑥ 肩 ⑦ 手 ⑧ 足 ⑨ おなか )

(夕) กรุณาชี้ให้เห็นตำแหน่งของร่างกายที่มีปัญหาโดยเขียนวงกลมที่บริเวณนั้น

(① ศีรษะ ② ตา ③ จมูก ④ ปาก ⑤ คอ ⑥ ฝ่าไหล่ ⑦ มือ แขน ⑧ ขา ⑨ ท้อง)



(日) 持病はありますか。

(夕) มีโรคประจำตัวหรือไม่

(日) はい。 / いいえ。

(夕) มี / ไม่มี

(持病がある場合) / (กรณีที่ มีโรคประจำตัว)

(日) 持病がある場合は、下の中から選んでください。

- |                   |         |        |              |
|-------------------|---------|--------|--------------|
| ① 胃腸病             | ② 高血圧   | ③ 高脂血症 | ④ 神経痛 (頭痛など) |
| ⑤ リウマチ (関節リウマチなど) | ⑥ 肝臓病   | ⑦ 腎臓病  | ⑧ 心臓病        |
| ⑨ 糖尿病             | ⑩ 気管支喘息 | ⑪ 腰痛   | ⑫ 痛風         |

(タ) ถ้ามีโรคประจำตัว กรุณาเลือกจากรายการข้างล่างนี้

- |  |  |                      |                 |
|--|--|----------------------|-----------------|
| ① โรคเก้ ยวกับกระเพาะและลำไส้                | ② โรคความดันโลหิตสูง                   | ③ โรคไขมันในเลือดสูง |                 |
| ④ โรคเก้ ยวกับเส้นประสาท (เช่น ปวดศีรษะ ฯลฯ) | ⑤ โรครูมาติซั่ม (โรคไขข้อรูมาตอย์ ฯลฯ) | ⑥ โรคตับ             | ⑦ โรคไต         |
| ⑧ โรคหัวใจ                                   | ⑨ โรคเบาหวาน                           | ⑩ โรคหอบหืด          | โรคทางเดินหายใจ |
| ⑪ โรคปวดเอว                                  | ⑫ โรคเก๊าท์                            |                      |                 |

(日) 薬は飲んでいますか。

(タ) ขณะนี้ ทานยาอยู่หรือไม่

(日) はい。 / いいえ。

(タ) ทาน / ไม่ได้ ทาน

(日) (はい、の場合) その薬は、あと何回分残っていますか。

(タ) (กรณีที่ ทานยา) ยังเหลือยาที่ ทานได้ อีกกี่ ครั้ง

(日) \_\_\_\_\_ 回分残っています。

(タ) เหลืออีก \_\_\_\_\_ ครั้ง



(救護所がある場合) / (กรณีที่ มีสถานปฐมพยาบาล)

(日) 医師がいます。応急処置ができます。救護所にご案内します。一緒に来て  
てください。

(タ) มีแพทย์ สามารถที่ จะรับการปฐมพยาบาลได้ จะพาไปที่ สถานปฐมพยาบาล  
กรุณาตามเจ้าหน้าที่ มาทางนี้

(日) 救護所では、お金がなくてもみてもらえます。

(タ) ที่ สถานปฐมพยาบาล ถึงแม้ จะไม่มีเงิน ก็สามารถเข้ารับการตรวจรักษาได้

4. 「ほしいもの」の支給について知らせる /

**แจ้งให้ทราบเกี่ยวกับกาแจกสิ่งของที่ ต้องการ**

○ หอしいものを支給する時間を知らせる /

**แจ้งเวลาที่ จะทำการแจกสิ่งของที่ ต้องการ**

(日) หอしいものはありますか。

(タ) มีสิ่งของอะไรที่ ต้องการหรือไม่

(日) はい、あります。ほしいものは (1) です。 /

いいえ、ほしいものはありません。

(タ) มีสิ่งที่ ต้องการคือ (1) / ไม่มี ไม่ต้องการอะไร

(1) หอしいもの/ สิ่งของที่ ต้องการ

(日)

- ① 食べ物 ② 水 ③ 着るもの 上着/Tシャツ/ズボン/下着/靴下 ④ 毛布  
⑤ タオル ⑥ 薬 ⑦ 生理用品 ⑧ おむつ (子ども用) ⑨ おむつ (大人用)  
⑩ 粉ミルク

(タ)

- ① อาหาร ② น้ำ ③ เครื่องนุ่งห่ม เสื้อ ก้นหนา/เสื้อ ยืดกางเกง/ ชุดชั้น ในถุงเท้า  
④ ผ้าห่ม ⑤ ผ้าขนหนู ⑥ ยา ⑦ ผ้าอนามัย ⑧ ผ้าอ้อม (สำหรับเด็ก)  
⑨ ผ้าอ้อม (สำหรับผู้ใหญ่) ⑩ นมผง

(今日配る場合) / (กรณีที่ จะแจกวันนี้)

(日) (1) หอしいものは、すぐ/ 今日 時ころ に配ります。

(4の(1)を参照)

(タ) จะนำสิ่ง(1) ที่ ต้องการมาแจกให้ทันทีมาแจกให้ วันนี้ เวลา  
(ประมาณ \_\_\_\_\_ น. (กรุณาดูชื่อ ของ (1) ในชื่อ ๗ ที่ (1) )

(明日以降配る場合) / (กรณีที่ จะแจกตั้งแต่วันพรุ่งนี้)

(日) (1) หอしいものは、(2) いつ に配る予定です。

((2) いつ、については9から選んでください。)

(タ) สิ่งที่ ต้องการ(๑) มีกำหนดจะแจก (2) เมื่อไหร่  
(สำหรับหัวข้อ(2) “เมื่อไหร่” น กรุณาเลือกจาก 9 (2) )

(日) それまでまっていてください

(タ) กรุณาออกไปก่อนจนกว่าจะถึงกำหนด

○「ほしいもの」を今、支給出来ないことを知らせる /  
แจ้งให้ทราบว่า สิ่งของที่ ต้องการยังแจกให้ไม่ได้ ตอนนี้

(日) (1) は、今ここにありません。

(夕) ไม่มี (1) ที่นี้

(日) いつとどくかわかりません。

(夕) ไม่ทราบว่าของจะมาถึงเมื่อไร

(日) ここにとどいたらお知らせします。

(夕) เมื่อของมาถึงที่นี่ จะมาแจ้งให้ทราบ

(日) (1) は、とどきません。

(夕) จะไม่มีการนำของ (1) มาส่งให้

5. 食事などの支給物品の時間を知らせる /

แจ้งให้ทราบถึงกำหนด เวลาการแจกสิ่ง ของ เช่น อาหาร เป็นต้น

(日) 1日 (1) 回、(2) を配ります。

(夕) แจก (3) วันละ (4) ครั้ง

(3)

(日)

- ① 食べ物 ② 水 ③ 着るもの 上着/Tシャツ/ズボン/下着/靴下 ④ 毛布
- ⑤ タオル ⑥ 薬 ⑦ 生理用品 ⑧ おむつ(子ども用) ⑨ おむつ(大人用)
- ⑩ 粉ミルク

(夕)

- ① อาหาร ② น้ำ
- ③ เครื่องนุ่งห่มสี อี๊ดกางเกง/ ชุดชั้นในถุงเท้า
- ④ ผ้าห่ม ⑤ ผ้าขนหนู ⑥ ยา ⑦ ผ้าอนามัย ⑧ ผ้าอ้อม (สำหรับเด็ก)
- ⑨ ผ้าอ้อม (สำหรับผู้ใหญ่) ⑩ นมผง

(日) 配布時間は、(1) 時、(2) 時、(3) 時です。

(夕) กำหนดเวลาแจกสิ่ง ของ (4) น. (5) น. (6) น.





## 6. 通訳の派遣 / การจัดส่งล่าม

(通訳が来ることがわかっている場合) (กรณีที่'ทราบว่าจะมาแน่นอน)

(日) 通訳は、      月      日      時ごろ、ここにきます。

(タ) ล่ามจะมาที่'นี้' ในวันที่'      ' เดือน'      ' เวลา'      ' น.

(日) それまで待ってください。

(タ) กรุณารอไปก่อนจนกว่าจะถึงกำหนด

(通訳がいつ来るかわからない場合) (กรณีที่'ไม่ทราบว่าล่ามจะมาหรือไม่)

(日) 通訳は、いつ来られるかわかりません。来られる日がわかったら連絡します。

(タ) ไม่ทราบว่าล่ามจะมาได้ เมื่อไร

ถ้าทราบแน่ชัดว่าล่ามจะมาเมื่อไรจะติดต่อ แจ้งมา

(日) 通訳は来られません。

(タ) ล่ามมาไม่ได้

## 7. 家族の安否確認 / ตรวจสอบเพื่อยืนยันความปลอดภัยของสมาชิกในครอบครัว

(日) 家族で一緒に来ていない人はいますか。

(タ) มีคนในครอบครัวที่'ขาดหายไปบ้างหรือไม่

(日) はい、います。 / いいえ、みんな一緒です。 / いいえ、家族はいません。

(タ) มีคนขาดหายไป / ไม่มี ทุกคนอยู่กันครบ / ตัวคนเดียว ไม่มีครอบครัว

(日) 家族で一緒にいない人は誰ですか。名前を書いてください。

(タ) มีใครบ้างในครอบครัวที่'ขาดหายไป' ถ้ามีกรุณาเขียนชื่อ

(日) 一緒に来ていない人は (5) 誰 です。

(タ) คนที่ ขาดหายไปคือ (5) ใคร

(5) 誰 ใคร

(日) ① 祖父母 ② 父母 ③ 父 ④ 母 ⑤ 夫 ⑥ 妻 ⑦ 子ども ⑧ 孫

⑨ 兄弟 ⑩ 姉妹 ⑪ おじ ⑫ おば

(タ) ① ปู่ ย่า (父方の祖父母) ตายาย (母方の祖父母) ② พ่อแม่ ③ พ่อ ④ แม่

⑤ สามี ⑥ ภรรยา ⑦ ลูก ⑧ หลาน ⑨ พี่' น้องผู้ชาย ⑩ พี่' น้องผู้หญิง

⑪ ลุง (伯父) อาชาย (父方の叔父) นายชาย (母方の叔父)

⑫ ป้า (伯母) อาหญิง (父方の叔母) นายหญิง (母方の叔母)

(日) 行政機関への安否確認はできません。

母国の領事館に対して生存していることをお知らせください。

何か新しいことがわかったら知らせます。

(タ) ไม่สามารถสอบถามกับทางราชการเพื่อ ยืนยันความปลอดภัย

กรุณาแจ้งให้ ทางสถานกงสุลของประเทศของท่านทราบว่ายังมีชีวิตอยู่

ถ้าได้ ข่าวอะไรใหม่ๆ มาก็นแจ้งให้ ทราบ

## 8. 簡単なあいさつ/ การทักทายแบบง่ายๆ

日本語 (各言語での読み方)	タイ語 (日本語での読み方)
โออะโยโกะไซมัส おはようございます	アルンサワツ อรุณสวัสดิ์
คอนนิชิวะ こんにちは	サワツディ สวัสดิ์ตอนกลางวัน
คอมบังวะ こんばんは	サワツディ สวัสดิ์ตอนกลางคืน
อะริกาโตะ ありがとう	คัพคุน ขอบคุณ
โดอิตะชิ มะชิ เทะ どういたしまして	マイ پنライ ไม่เป็นไร
ซี มิมาเซ็น すみません	คอร์ทอ๊ต ขอโทษ
ซาโยนาระ さようなら	ラーค่อน ลาก่อน

9. 参考資料 / ข้อมูลอ้างอิง

<b>(1) 数字</b>
<p>(日) ①0 (零) ②1 (一) ③2 (二) ④3 (三) ⑤4 (四) ⑥5 (五) ⑦6 (六) ⑧7 (七) ⑨8 (八) ⑩9 (九) ⑪10 (十) ⑫100 (百) ⑬1000 (千) ⑭10000 (万)</p> <p>(タ) ①ศูนย์ ②หนึ่ง ③สอง ④สาม ⑤สี่ ⑥ห้า ⑦หก ⑧เจ็ด ⑨แปด ⑩เก้า ⑪สิบ ⑫หนึ่งร้อย ⑬หนึ่งพัน ⑭หนึ่งหมื่น</p>
<b>(2) いつ</b>
<p>(日) ①おととい ②昨日 ③今日 ④明日 ⑤あさって ⑥朝 ⑦昼 ⑧夜 ⑨先週 ⑩今週 ⑪来週 ⑫先月 ⑬今月 ⑭来月 ⑮去年 ⑯今年 ⑰来年 ⑱1日 ⑲1週間 ⑳1か月</p> <p>(タ) ①เมื่อวานขึ้น ②เมื่อวาน ③วันนี้ ④พรุ่งนี้ ⑤มะรืนนี้ ⑥ตอนเช้า ⑦ตอนกลางวัน ⑧ตอนกลางคืน ⑨อาทิตย์ที่แล้ว ⑩อาทิตย์นี้ ⑪อาทิตย์หน้า ⑫เดือนที่แล้ว ⑬เดือนนี้ ⑭เดือนหน้า ⑮ปีที่แล้ว ⑯ปีนี้ ⑰ปีหน้า ⑱1วัน ⑲1อาทิตย์ ⑳1เดือน</p>
<b>(3) 時間</b>
<p>(日) ①午前 ②午後 ③時 ④分 ⑤時半 ⑥月 ⑦日</p> <p>(タ) ①ช่วงเช้า (AM) ②ช่วงบ่าย (PM) ③_____นาฬิกา _____นาฬิกา ④_____โมงครึ่ง ⑤วันที่ _____ เดือน _____</p>
<b>(4) 曜日</b>
<p>(日) ①月曜日 ②火曜日 ③水曜日 ④木曜日 ⑤金曜日 ⑥土曜日 ⑦日曜日</p> <p>(タ) ①วันจันทร์ ②วันอังคาร ③วันพุธ ④วันพฤหัสบดี ⑤วันศุกร์ ⑥วันเสาร์ ⑦วันอาทิตย์</p>
<b>(5) 方向</b>
<p>(日) ①東 ②西 ③南 ④北 ⑤右 ⑥左 ⑦上 ⑧下 ⑨前 ⑩後</p> <p>(タ) ①ตะวันออก ②ตะวันตก ③ใต้ ④เหนือ ⑤ขวา ⑥ซ้าย ⑦บน ⑧ล่าง ⑨หน้า ⑩หลัง</p>
<b>(6) 形容詞</b>
<p>(日) ①大きい ②小さい ③多い ④少ない ⑤早い ⑥遅い ⑦高い ⑧低い ⑨寒い ⑩暑い</p> <p>(タ) ①ใหญ่ ②เล็ก ③มาก ④น้อย ⑤เร็ว ⑥ช้า ⑦สูง ⑧ต่ำ ⑨หนาว ⑩ร้อน</p>

ひなんじょかいわしーと  
避難所会話シート

ベトナム語  
ベトナム語

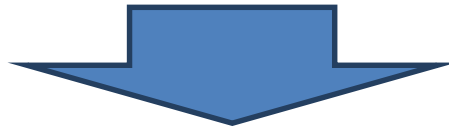
もくじ  
～目次～

1.	<sup>りかい</sup> <sup>でき</sup> <sup>げんご</sup> <sup>かくにん</sup> 理解の出来る言語の確認	1
2.	<sup>ひなんじょ</sup> 避難所について	2
3.	<sup>からだ</sup> <sup>けんこうじょうたい</sup> 体の健康状態について	4
4.	「ほしいもの」の <sup>しきゅう</sup> 支給について <sup>し</sup> 知らせる	7
5.	<sup>しょくじ</sup> <sup>しきゅうぶつびん</sup> <sup>じかん</sup> <sup>し</sup> 食事などの支給物品の時間を知らせる	8
6.	<sup>つうやく</sup> <sup>はけん</sup> 通訳の派遣	9
7.	<sup>かぞく</sup> <sup>あんびかくにん</sup> 家族の安否確認	9
8.	<sup>かんたん</sup> 簡単なあいさつ	10
9.	<sup>さんこうしりょう</sup> 参考資料	11

ひなんじょかいわしーと  
避難所会話シート 日/ベ

1. 理解の出来る言語の確認 / Xác nhận ngôn ngữ mà quý vị hiểu biết

- Q : (日) あなたがわかることばは、どれですか  
(英) Which language do you understand?  
(中) 您懂的语言是哪一种?  
(韓) 당신은 어느 나라 말을 이해합니까?  
(ス) ¿Qué idiomas entiende usted?  
(ポ) Qual é o idioma que você compreende?  
(フ) Alin sa mga ito ang inyong naiintindihan?  
(タ) ภาษาไหนที่' ท่านเข้าใจ  
(ベ) Bạn biết ngôn ngữ nào?



英語 ちゅうごくご	( English )	スペイン語	( español )
中国語	( 中文 )	ポルトガル語	( português )
かんこく ちょうせんご 韓国・朝鮮語	( 한국어・조선어 )	フィリピン語	( Filipino )
タイ語 にほんご	( ภาษาไทย )	ベトナム語	( tiếng Việt )
日本語			

※日は日本語、ベはベトナム語

## 2. 避難所について (日)

ここは\_\_\_\_\_の避難所です。【所在地】\_\_\_\_\_

### 避難所の説明

・避難所は性別・国籍・在留資格に関係なく無料で使用し生活することが出来る。

・避難所には、食べ物、飲み物、寝るところ、毛布、生活に必要なもの、情報

(お知らせ)があります。(日本人も外国人も同じ物がもらえる)

・避難所には特別な食べ物はない。料理はできない。

→ ハラルフード(イスラム教徒が食べる肉類)はない。

・アレルギー対応食 有り/無し

・入浴施設の有り/無し

・洗濯施設の有り/無し

・水道の水は飲めます。/ 飲めません。

・このトイレは使えます。/ 使えません。

・医療救護所がある場合は、医者にみてもらえる。

→ お金はかからない。

### ○避難所生活の注意事項

・避難所にはルールや役割がある。

例) → トイレや食べ物をもらう時は順番に並んで待つ。

→ 大きな声を出さない。

→ 門限は\_\_\_\_\_時です。消灯時間は\_\_\_\_\_時です。

→ 携帯電話はマナーモードにしてください。/ 外で話してください。

→ 靴は\_\_\_\_\_で脱いでください。

・貴重品は自分で管理してください。

・エコノミークラス症候群に気をつけてください。

・けが人、高齢者、乳幼児、障がい者、妊婦が優先です。

・自分がされたくないことをしないよう、周りの方への心配りをしましょう。

・困っている人がいたら、積極的に助けましょう。

・早く日常生活に復帰できるように考えましょう。

## 2. Về nơi lánh nạn (ベ)

Đây là nơi lánh nạn tên\_\_\_\_\_ 【Chúng ta đang ở địa điểm】 \_\_\_\_\_

Hướng dẫn về nơi lánh nạn

- Bất cứ ai, không phân biệt về giới tính, quốc tịch, tư cách cư trú cũng có thể sử dụng và ở lại được nơi lánh nạn miễn phí.
- Nơi lánh nạn có đồ ăn, đồ uống, nơi ngủ, chăn, các đồ dụng cần thiết trong sinh hoạt và thông báo.

(Cả người Nhật lẫn người nước ngoài đều được cung cấp một cách công bằng)

- Nơi lánh nạn không có đồ ăn đặc biệt. Không được nấu nướng.
  - Không có đồ ăn Halal (loại thịt dành cho người theo hồi giáo)
- Đồ ăn đặc biệt cho người bị dị ứng có/ không có
- Phòng tắm: có/ không có
- Máy giặt: có/ không có
- Nước máy ở đây uống được/không được.
- Toilet ở đây sử dụng được/ không được.
- Nếu có trạm cứu hộ y tế, có thể khám bác sĩ được.
  - Không tốn tiền

○Những điều cần lưu ý trong thời gian ở nơi lánh nạn

- Ở nơi lánh nạn có qui luật và vai trò
  - VD → Khi đi toilet hay nhận đồ ăn, mỗi người phải xếp hàng và đợi.
  - Không được nói lớn tiếng.
  - Giờ đóng cửa là\_\_\_\_\_giờ. Giờ tắt đèn là\_\_\_\_\_giờ.
  - Khi dùng điện thoại di động phải chuyển sang chế độ im lặng/xin nói chuyện bằng tiếng Việt.
  - Xin cởi giày ở\_\_\_\_\_.
- Về đồ quý, mỗi người tự bảo quản.
- Xin cẩn thận chú ý triệu chứng như : ngồi lâu trong máy bay hạng phổ thông làm cho máu không tuần hoàn được gây mệt mỏi chóng mặt , không đi được.
- Chúng ta phải ưu tiên cho người bị thương, người già, trẻ em, người tàn tật và người mang thai.
- Chúng ta phải quan tâm đến những người xung quanh và không nên làm những gì người ta không muốn cũng như bản thân mình.
- Nếu thấy ai đang gặp khó khăn, chúng ta tích cực giúp đỡ người đó.
- Chúng ta hãy suy nghĩ để nhanh chóng trở lại cuộc sống bình thường.



3. 体の健康状態について/Về tình trạng sức khỏe

(日) あなたの体は大丈夫ですか。

(ベ) Sức khỏe của quý vị có vấn đề gì không?

(日) 問題ありません。 / 問題あります。

(ベ) Không có vấn đề gì. / Có vấn đề.

(日) 問題がある場合、体の症状を下の中から選んでください。

- |              |            |            |          |
|--------------|------------|------------|----------|
| ①熱がある        | ②背中がゾクゾクする | ③のどが痛い     | ④せきが出る   |
| ⑤頭が痛い        | ⑥胸が痛い      | ⑦心臓がドキドキする | ⑧息が切れる   |
| ⑨めまいがする      | ⑩お腹が痛い     | ⑪下痢をしている   | ⑫血圧が高い   |
| ⑬気持ち悪い       | ⑭吐きたい      | ⑮吐いた       | ⑯てんかんがある |
| ⑰妊娠している(何ヶ月) | ⑱けが        | ⑲やけど       | ⑳ねんざ     |
| ㉑しびれ         | ㉒発疹        |            |          |

(ベ) Nếu có vấn đề, quý vị lựa chọn triệu chứng đó ở dưới đây.

- |                         |                     |             |            |             |            |
|-------------------------|---------------------|-------------|------------|-------------|------------|
| ① bị sốt                | ② sau lưng rét lạnh | ③ đau họng  | ④ bị ho    | ⑤ đau đầu   | ⑥ đau ngực |
| ⑦ tim đập nhanh         | ⑧ khó thở           | ⑨ chóng mặt | ⑩ đau bụng | ⑪ tiêu chảy |            |
| ⑫ huyết áp cao          | ⑬ khó chịu          | ⑭ buồn nôn  | ⑮ đã ói    | ⑯ động kinh |            |
| ⑰ mang thai(mấy tháng?) | ⑱ bị thương         | ⑲ bị phỏng  | ⑳ bong gân |             |            |
| ㉑ tê liệt               | ㉒ phát ban          |             |            |             |            |

(日) いつからですか。

(ベ) Từ khi nào?

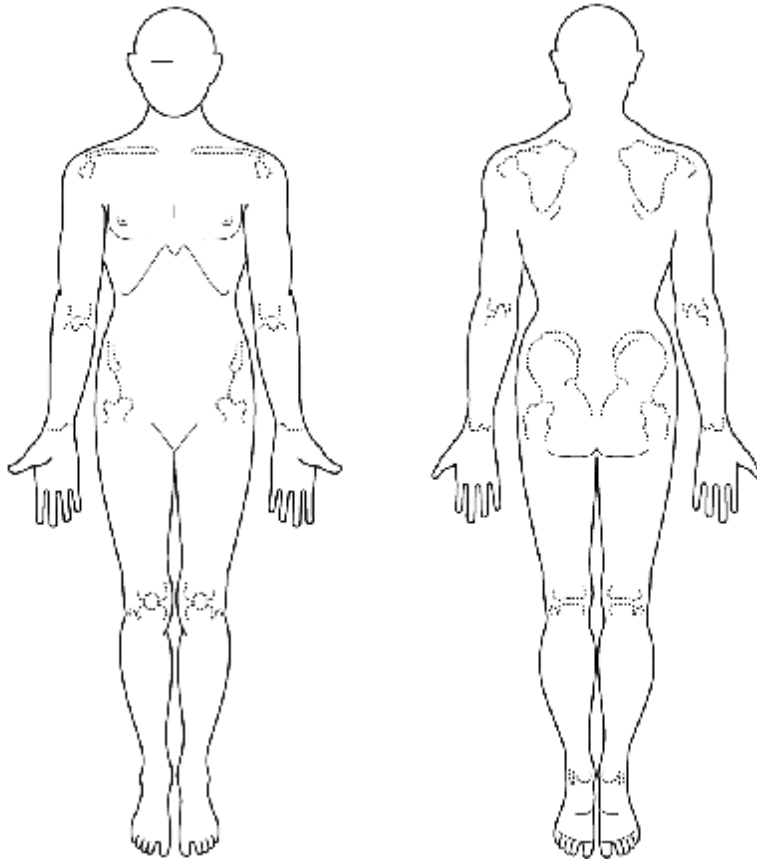
- |               |                    |                    |
|---------------|--------------------|--------------------|
| (日) ①昨日       | ② _____ 日前         | ③ _____ 週間前        |
| (ベ) ① hôm qua | ② _____ ngày trước | ③ _____ tuần trước |

(日) 次の絵に問題がある場所を示してください。

(①頭 ②目 ③鼻 ④口 ⑤のど ⑥肩 ⑦手 ⑧足 ⑨おなか )

(ベ) Quý vị đang có vấn đề ở chỗ nào? Xin chỉ chỗ đó ở hình dưới đây.

(①đầu ② mắt ③ mũi ④ miệng ⑤ họng ⑥ vai ⑦ tay ⑧chân ⑨bụng)



(日) 持病はありますか。

(ベ) Quý vị đang bị bệnh gì không?

(日) はい。 / いいえ。

(ベ) Có / Không

(持病がある場合) / (Trường hợp đang bị bệnh)

(日) 持病がある場合は、下の中から選んでください。

- |                  |        |       |             |
|------------------|--------|-------|-------------|
| ①胃腸病             | ②高血圧   | ③高脂血症 | ④神経痛 (頭痛など) |
| ⑤リウマチ (関節リウマチなど) | ⑥肝臓病   | ⑦腎臓病  | ⑧心臓病        |
| ⑨糖尿病             | ⑩気管支喘息 | ⑪腰痛   | ⑫痛風         |

(ベ) Trường hợp đang bị bệnh, xin lựa chọn bệnh đó ở dưới đây.

- |              |               |                   |                                 |                                    |           |             |           |                  |              |           |                    |
|--------------|---------------|-------------------|---------------------------------|------------------------------------|-----------|-------------|-----------|------------------|--------------|-----------|--------------------|
| ①bệnh bao tử | ②huyết áp cao | ③chứng mỡ máu cao | ④đau thần kinh (vd như đau đầu) | ⑤bệnh thấp (vd như bệnh thấp khớp) | ⑥bệnh gan | ⑦ bệnh thận | ⑧bệnh tim | ⑨bệnh tiểu đường | ⑩ bệnh suyễn | ⑪đau lưng | ⑫ bệnh thống phong |
|--------------|---------------|-------------------|---------------------------------|------------------------------------|-----------|-------------|-----------|------------------|--------------|-----------|--------------------|

(日) 薬は飲んでいますか。

(ベ) Quý vị đang uống thuốc gì không?

(日) はい。 / いいえ。

(ベ) Có / Không

(日) (はい、の場合) その薬は、あと何回分残っていますか。

(ベ) (Nếu có) thuốc đó còn cho mấy lần?

(日) \_\_\_\_\_回分残っています。

(ベ) Còn \_\_\_\_\_ lần.



(救護所がある場合) / (Trường hợp có trạm cứu hộ)

(日) 医師がいます。応急処置ができます。救護所にご案内します。一緒に来てください。

(ベ) Có bác sĩ. Có thể cấp cứu được. Xin dẫn quý vị đến trạm cứu hộ.

(日) 救護所では、お金がなくてもみてもらえます。

(ベ) Ở trạm cứu hộ, quý vị được khám sức khỏe không tốn tiền

4. 「ほしいもの」の支給<sup>しきゅう</sup>について知らせる /

**Thông báo việc cung cấp những đồ cần thiết.**

○ほしいものを支給<sup>しきゅう</sup>する時間<sup>じかん</sup>を知らせる / Báo giờ cung cấp đồ cần thiết

(日) ほしいものはありますか。

(ベ) Quý vị có cần đồ gì không?

(日) はい、あります。ほしいものは     (1)     です。 /

いいえ、ほしいものはありません。

(ベ) Vâng, có. Tôi cần     (1)     .

Không, tôi không cần gì.

(1) ほしいもの/ đồ cần thiết

(日)

- ①食<sup>た</sup>べ物<sup>もの</sup> ②水<sup>みず</sup> ③着<sup>き</sup>るもの 上<sup>うわぎ</sup>着<sup>ぎ</sup>/Tシャツ/ズボン/下<sup>したぎ</sup>着<sup>ぎ</sup>/靴<sup>くつした</sup>下<sup>した</sup> ④毛<sup>もう</sup>布<sup>ふ</sup>  
⑤タ<sup>た</sup>オル ⑥薬<sup>くすり</sup> ⑦生<sup>せい</sup>理<sup>り</sup>用<sup>よう</sup>品<sup>ひん</sup> ⑧おむつ (子<sup>こ</sup>ども用<sup>よう</sup>) ⑨おむつ (大<sup>おとな</sup>人<sup>よう</sup>用<sup>よう</sup>)  
⑩粉<sup>こな</sup>ミル<sup>く</sup>ク

(ベ)

- ①thức ăn ② nước ③ đồ mặc : áo/áo phông/quần/đồ lót/tất ④chăn ⑤khăn lau  
⑥thuốc ⑦băng vệ sinh ⑧ tã lót (dành cho trẻ em) ⑨ tã lót (dành cho người lớn)  
⑩ sữa bột

(今日<sup>きょう</sup>配<sup>ばい</sup>る場合) / (Trường hợp cung cấp ngày hôm nay)

(日) (1) ほしいものは、    すぐ     / 今日<sup>きょう</sup> 時<sup>じ</sup>ころ     に配<sup>くば</sup>ります。

(ベ) (1) Đồ cần thiết của quý vị     sẽ được cung cấp ngay/lúc khoảng     giờ hôm nay

(明日<sup>あした</sup>以降<sup>こう</sup>配<sup>ばい</sup>る場合) / (Trường hợp cung cấp sau ngày mai)

(日) (1) ほしいものは、(2)     いつ     に配<sup>くば</sup>る予定<sup>よてい</sup>です。

((2) いつ、については9から選<sup>えら</sup>んでください。)

(ベ) (1) Đồ cần thiết của quý vị sẽ được cung cấp vào (2)     lúc nào     .

((2) Xin chọn giờ nhận đồ từ mục 9)

(日) それまでまっています

(ベ) Xin vui lòng chờ đợi đến lúc đó

○「ほしいもの」を今、支給出来ないことを知らせる /

**Cho biết đồ cần thiết đó hiện nay không thể cung cấp được**

(日) (1) は、今ここにありません。

(ベ) (1) hiện tại không có ở đây.

(日) いつとどくかわかりません。

(ベ) Chúng tôi chưa biết khi nào cái đó đến đây.

(日) ここにとどいたらお知らせします。

(ベ) Sau khi cái đó được gửi tới đây, chúng tôi báo cho quý vị biết.

(日) (1) は、とどきません。(4の(1)を参照)

(ベ) (1) không đến đây, (Tham khảo sơ đồ (1) ở trang 4)

5. **食事などの支給物品の時間を知らせる /**

**Thông báo giờ cung cấp các đồ vật như bữa ăn**

(日) 1日\_\_\_\_回、\_\_\_\_(3) を配ります。

(ベ) Mỗi ngày\_\_\_\_ lần, chúng tôi sẽ phát\_\_\_\_\_

(3)

(日) ①食べ物 ②水 ③着るもの 上着/Tシャツ/ズボン/下着/靴下

④毛布 ⑤タオル ⑥薬 ⑦生理用品 ⑧おむつ(子ども用)

⑨おむつ(大人用) ⑩粉ミルク

(ベ) ①thức ăn ②nước ③ đồ mặc : áo/ áo phông/ quần/ đồ lót/tất ④chăn

⑤ khăn lau ⑥thuốc ⑦băng vệ sinh ⑧tã lót (dành cho trẻ em)

⑨tã lót (dành cho người lớn) ⑩sữa bột

(日) 配布時間は、\_\_\_\_時、\_\_\_\_時、\_\_\_\_時です。

(ベ) Giờ phân phát là\_\_\_\_ giờ,\_\_\_\_ giờ và\_\_\_\_ giờ.



## 6. 通訳の派遣 / Dịch vụ thông dịch

(通訳が来ることがわかっている場合) / Khi người ta biết rằng người dịch sẽ đến.

(日) 通訳は、    月     日     時ごろ、ここに来ます。

(ベ) Người thông dịch sẽ đến đây vào tháng      ngày     , lúc      giờ.

(日) それまでまってください。

(ベ) Xin vui lòng chờ đợi đến lúc đó.

(通訳がいつ来るかわからない場合) /

Khi người ta không biết chừng nào người dịch đến.

(日) 通訳は、いつ来られるかわかりません。来られる日がわかったら連絡します。

(ベ) Không biết chừng nào người thông dịch sẽ đến. Khi nào biết, chúng tôi sẽ liên lạc với quý vị.

(日) 通訳は来られません。

(ベ) Người thông dịch không đến được.

## 7. 家族の安否確認 / Xác nhận sự an toàn của gia đình

(日) 家族で一緒に来ていない人はいますか。

(ベ) Trong gia đình có ai đã không đến cùng với quý vị không?

(日) はい、います。 / いいえ、みんな一緒です。 / いいえ、家族はいません。

(ベ) Vâng, có. / Không, tất cả trong gia đình đều ở với tôi. / Tôi không có gia đình.

(日) 家族で一緒にいない人は誰ですか。名前を書いてください。

(ベ) Trong gia đình người nào không ở với quý vị bây giờ, xin ghi tên của người đó vào đây.

(日) 一緒に来ていない人は (5) 誰 です。

(ベ) Người không đến đây với tôi là (5) ai .

(5) 誰/ai
(日) ①祖父母 ②父母 ③父 ④母 ⑤夫 ⑥妻 ⑦子ども ⑧孫 ⑨兄弟 ⑩姉妹 ⑪おじ ⑫おば
(ベ) ①ông bà ②cha mẹ ③ cha ④mẹ ⑤chồng ⑥vợ ⑦con ⑧cháu ⑨anh em trai ⑩chị em gái ⑪bác trai, chú, cậu ⑫bác gái, cô, dì

(日) 行政機関への安否確認はできません。  
母国の領事館に対して生存していることをお知らせください。  
何か新しいことがわかったら知らせます

(ベ) Không thể hỏi đến các cơ quan hành chính về sự an toàn cá nhân.

Xin vui lòng thông báo sự an toàn của bản thân với Tổng lãnh sự quán của nước quý vị.

Nếu có tin mới, chúng tôi sẽ thông báo cho quý vị sau.

## 8. 簡単なあいさつ / Chào hỏi đơn giản

日本語 (各言語での読み方)	ベトナム語 (日本語での読み方)
ohayou gozaimasu おはようございます	チャオ ブオイ サン Chào buổi sáng.
konnichiwa こんにちは	チャオ ブオイ チュア Chào buổi trưa
konbanwa こんばんは	チャオ ブオイ トイ Chào buổi tối.
arigatou ありがとう	カム オン Cảm ơn.
dou itashimashite どういたしまして	ホン コー ジー Không có gì.
sumimasen すみません	シン ローイ Xin lỗi.
sayounara さようなら	チャオ タム ビエ Chào tạm biệt.

9. 参考資料 / Tư liệu tham khảo

<b>(1) 数字</b>
<p>(日) ①0(零) ②1(一) ③2(二) ④3(三) ⑤4(四) ⑥5(五) ⑦6(六) ⑧7(七) ⑨8(八) ⑩9(九) ⑪10(十) ⑫100(百) ⑬1000(千) ⑭10000(万)</p> <p>(ベ) ①số không ②một ③hai ④ba ⑤bốn ⑥năm ⑦sáu ⑧bảy ⑨tám ⑩chín ⑪mười ⑫một trăm ⑬một nghìn ⑭mười nghìn</p>
<b>(2) いつ</b>
<p>(日) ①おととい ②昨日 ③今日 ④明日 ⑤あさって ⑥朝 ⑦昼 ⑧夜 ⑨先週 ⑩今週 ⑪来週 ⑫先月 ⑬今月 ⑭来月 ⑮去年 ⑯今年 ⑰来年 ⑱1日 ⑲1週間 ⑳1か月</p> <p>(ベ) ①hôm kia ②hôm qua ③hôm nay ④ngày mai ⑤ngày kia ⑥sáng ⑦trưa ⑧tối ⑨tuần trước ⑩tuần này ⑪tuần sau ⑫tháng trước ⑬tháng này ⑭tháng sau ⑮năm ngoái ⑯năm nay ⑰năm sau ⑱một ngày ⑲1 tuần ⑳1 tháng</p>
<b>(3) 時間</b>
<p>(日) ①午前 ②午後 ③時 ④分 ⑤時半 ⑥月</p> <p>(ベ) ①buổi sáng ②buổi chiều ③giờ phút ④giờ rưỡi ⑤Tháng ngày</p>
<b>(4) 曜日</b>
<p>(日) ①月曜日 ②火曜日 ③水曜日 ④木曜日 ⑤金曜日 ⑥土曜日 ⑦日曜日</p> <p>(ベ) ①thứ Hai ②thứ Ba ③thứ Tư ④thứ Năm ⑤thứ Sáu ⑥thứ Bảy ⑦ Chủ nhật</p>
<b>(5) 方向</b>
<p>(日) ①東 ②西 ③南 ④北 ⑤右 ⑥左 ⑦上 ⑧下 ⑨前 ⑩後</p> <p>(ベ) ①Đông ②Tây ③Nam ④Bắc ⑤bên phải ⑥bên trái ⑦trên ⑧dưới ⑨đằng trước ⑩đằng sau</p>
<b>(6) 形容詞</b>
<p>(日) ①大きい ②小さい ③多い ④少ない ⑤早い ⑥遅い ⑦高い ⑧低い ⑨寒い ⑩暑い</p> <p>(ベ) ①To lớn ②nhỏ bé ③nhiều ④ít ⑤sớm ⑥muộn ⑦cao ⑧thấp ⑨lạnh ⑩nóng</p>