

にほんご / ちゅうごくご
日本語 / 中国語

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

おおさからせいさくきかくぶ き かんりしつしょうぼうぼうさいか
大阪府政策企画部危機管理室消 防 防災課
おおさからふみんぶんかぶ と し みりよくそうそうきよくこくさいこうりゅう かんこうか
大阪府府民文化部都市魅力創造局国際交 流 ・ 観光課

もくじ
～目次～

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

おおさかほうせいさくきかくぶ き かんりしつしやうぼうぼうさいか
大阪府政策企画部危機管理室消防防災課
おおさかほうせいさくきかくぶ き かんりしつしやうぼうぼうさいか
大阪府政策企画部危機管理室消防防災課
おおさかほうらみんぶんかぶ と しみりよくそうぞうきよくこくさいこうりゆう かんこうか
大阪府府民文化部都市魅力創造局国際交流・観光課
おおさかほうらみんぶんかぶ と しみりよくそうぞうきよくこくさいこうりゆう
大阪府府民文化部 都市魅力創造局国際交流・観光科

ひなんじょかいわしーと
避難所会話シート 日/中

1. りかい で き げんご かくにん
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 naiintindihan?
(タ) ภาษาไหนที่ท่านเข้าใจ
(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 ちようせんご 韓国・朝鮮語	(한국어・조선어)	フィリピン語	(Filipino)
たいご タイ語	(ภาษาไทย)	ベトナム語	(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. 体の健康状態について/关于身体情况

(日) あなたの体は大丈夫ですか。

(中) 您身体怎么样？

(日) 問題ありません。 / 問題あります。

(中) 没有问题。 / 不太好。

(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

(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？

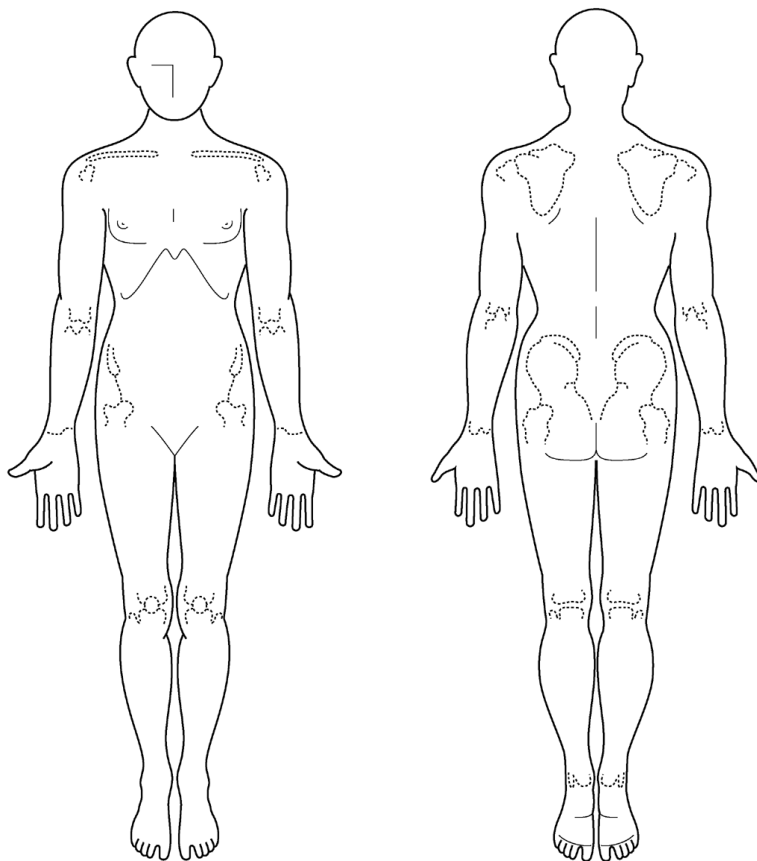
- (日) ①昨日 ②____日前 ③____週間前
(中) ①昨天 ②____天前 ③____星期前

(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^{しきゅう}について知らせる。/有关发放「必要物品」的通知^し

○ほしいものを支給^{しきゅう}する時間^{じかん}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 時 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ください

(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) いつとどこかわかりません。

(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

にほんご/かくげんご 日本語 (各言語での読み方)	ちゅうごくご/にほんご 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	ツアイ チェン 再 见

9. 参考資料 / 参考資料

(1) 数字	
(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)
(2) いつ	
(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
(3) 時間	
(日)	①午前 ②午後 ③時 ④分 ⑤時半 ⑥月
(中)	①上午 ②下午 ③点 ④分 ⑤点半 ⑥月 ⑦日
(4) 曜日	
(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
(5) 方向	
(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
(6) 形容詞	
(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