

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

おおさからせいさくきかくぶき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

おおさかふせいさくきかくぶ き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
Divisão de relações internacionais e turismo do
Departamento de assuntos civis e culturais da Secretaria
de promoção da Província de Osaka
おおさかふらみんぶんかぶと しりりよくそうそ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
Divisão de relações internacionais e turismo do
Departamento de assuntos civis e culturais da Secretaria
de promoção da Província de Osaka

ひなんじょかいわしーと
避難所会話シート 日/ポ

1. ^{りかい で き げんご かくにん}理解の出来る言語の確認 / 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 naiintindihan?
(タ) ภาษาไหนที่ท่านเข้าใจ
(ベ) Bạn biết ngôn ngữ nào?



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

※日は^{にほんご}日本語、ポは^こポルトガル語

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 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

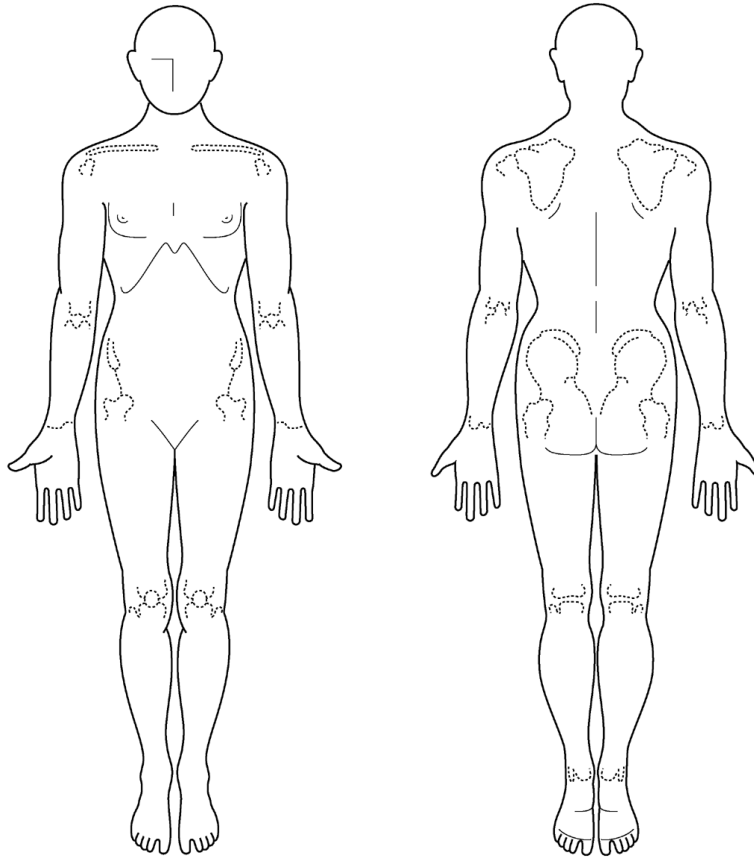
(ポ) ①Ontem ② dias atrás ③ semanas atrás

(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) ^{じびょう}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
(かんせつ) | ②高血圧
(こうけつあつ) | ③高脂血症
(こうしけっしやう) | ④神経痛
(しんけいつう) | ⑤リウマチ
(すつう) |
| ⑥肝臓病
(かんぞうびやう) | ⑦腎臓病
(しんぞうびやう) | ⑧心臓病
(しんぞうびやう) | ⑨糖尿病
(とうりやうびやう) | |
| ⑩気管支喘息
(きかんしぜんそく) | ⑪腰痛
(ようつう) | ⑫痛風
(つうふう) | | |

(ポ) Caso tenha doença crônica ,favor escolher abaixo

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

(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
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^{しきゅう}について知らせる。/

Avisar o fornecedor os itens que “você quero”

○ほしいものを支給^{しきゅう}する時間^{じかん}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^{た もの} ②水^{みず} ③着るもの^{きるもの} 上着^{うわぎ}/Tシャツ/ズボン/下着^{したぎ}/靴下^{くつした} ④毛布^{もうふ}⑤タオル
⑥薬^{くすり} ⑦生理用品^{せいりようひん} ⑧おむつ (子ども用^{こ ちゆう}) ⑨おむつ (大人用^{おとなよう}) ⑩粉ミルク^{こな}

(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

きょうくば^{きょうくば} ばあい^{ばあい} / (Caso hoje seja dia de fornecimento)

(日) (1) ほしいもの は、すぐ/ 今^{きょう}日^じ 時^{くば}ころ に配^{くば}ります。

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

あしたいこう^{あしたいこう}くば^{くば} ばあい^{ばあい} / (Entrega apartir de depois de amanhã)

(日) (1) ほしいもの は、(2) いつ^{くば} に配^{くば}る予定^{よてい}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、^{いま}支給^{しきゅう}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^{さんしやう})

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

(日) いつとどこかわかりません。

(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. ^{しょくじ}食事などの^{しきゅうぶつぴん}支給物品の^{じかん}時間を知らせる ____ /

Avisar os horários de entrega das refeições, etc.

(日) 1日^{いち} ____ ^{かい}回、 ____ (3) ____ を^{くば}配ります。

(ポ) ____ vezes por dia, entregamos ____ (3) ____

(3)

(日) ①^た食べ物 ②^{みず}水 ③^き着るもの ^{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^{くすり}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^{おとなよう}おむつ (大人用) ⑩^{こな}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^{はいふ}時間は、 ____ ^じ時、 ____ ^じ時、 ____ ^じ時です。

(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^{そふほ} ②父^{ふほ} ③父^{ちち} ④母^{はは} ⑤夫^{おっと} ⑥妻^{つま} ⑦子^こども ⑧孫^{まご}
⑨兄^{きょうだい}弟 ⑩姉^{しまい}妹 ⑪おじ ⑫おば

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

(日) 行政^{ぎょうせい}機関^{きかん}への安否^{あんぴ}確認^{かくにん}はできません。

母国^{ぼこく}の領事館^{りょうじかん}に対して生存^{たいせい}していることをお知らせ^しください。

何か^{なに}新^{あた}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^{かんたん}なあいさつ/Cumprimentos simples

にほんご/かくげんご 日本語 (各言語での読み方)	ポルトガル語 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	ジナード 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

(1) 数字 すうじ	
(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)
(ポ)	①zero ②um ③dois ④três ⑤quatro ⑥cinco ⑦seis ⑧sete ⑨oito ⑩nove ⑪dez ⑫cem ⑬mil ⑭dez mil
(2) いつ	
(日)	①おととい きのう ②昨日 きょう ③今日 あした ④明日 ⑤あさって あさ ⑥朝 ひる ⑦昼 よる ⑧夜 ⑨先週 せんしゅう ⑩今週 こんしゅう ⑪来週 らいしゅう ⑫先月 せんげつ ⑬今月 こんげつ ⑭来月 らいげつ ⑮去年 きょねん ⑯今年 ことし ⑰来年 らいねん ⑱1日 いち ⑲1週間 しゅうかん ⑳1か月 げつ
(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
(3) 時間 じかん	
(日)	①午前 ごぜん ②午後 ごご ③時 じ ④分 ぶん ⑤時半 じはん
(ポ)	①manhã ②Tarde ③horas ④minutos ⑤e meia ⑥Mês ⑦dia
(4) 曜日 ようび	
(日)	①月曜日 げつようび ②火曜日 かようび ③水曜日 すいようび ④木曜日 もくようび ⑤金曜日 きんようび ⑥土曜日 どようび ⑦日曜日 にちようび
(ポ)	①Segunda-feira ②Terça-feira ③Quarta-feira ④Quinta-feira ⑤Sexta-feira ⑥Sábado ⑦Domingo
(5) 方向 ほうこう	
(日)	①東 ひがし ②西 にし ③南 みなみ ④北 きた ⑤右 みぎ ⑥左 ひだり ⑦上 うへ ⑧下 した ⑨前 まえ ⑩後 うしろ
(ポ)	①Leste ②Oeste ③Sul ④Norte ⑤Direito ⑥Esquerdo ⑦Acima ⑧Abaixo ⑨Frente ⑩Atrás
(6) 形容詞 けいようし	
(日)	①大きい おお ②小さい ちい ③多い おお ④少ない すく ⑤早い はや ⑥遅い おそ ⑦高い たか ⑧低い ひく ⑨寒い さむ ⑩暑い あつ
(ポ)	①Grande ②Pequeno ③Muito ④Pouco ⑤Rápido ⑥Lento ⑦Alto ⑧Baixo ⑨Frio ⑩Calor