

やさしくゆっくり話ながら（大きく口を動かしながら）
指さししてください



しながわ防災キャラクター
ジージョくん

しながわくさいがいよう
品川区災害用
コミュニケーションボード

Communication Board

沟通板

커뮤니케이션 보드

たす
助けてほしいことはありますか？

What do you need help with?

你需要帮助吗

도움이 필요하신가요?



みみ
耳がきこえません
I can't hear anything.
我耳朵听不见
귀(소리)가 들리지 않습니다



しゅわ
手話で
ねが
お願いします
Please use Sign Language.
请用手语
수화로 부탁드립니다



か
書いてください
Please write.
请写一下
적어 주세요

え
絵をみせて
ください
Please show me the illustrations.
请给我看一下插图
그림을 보여 주세요

げんご はな
どの言葉を話すことができますか？

What language do you speak?

你说什么语言

어떤 언어로 대화가 가능한가요?

英語 English	中国語 中文	韓国語 한국어	ベトナム語 Tiếng Việt
しゅわ 手話 Sign Language	タガログ語 Tagalog	ポルトガル語 Português	その他 Others

ひなんしゃめいぼ

避難者名簿をつくります

We need to make a list of evacuees.

做避难者名单

피난자 명부를 작성합니다



じゅうしょ Address
住所
地址 주소



でんわばんごう Telephone Number
電話番号
电话号码 전화번호



せいねんがっぴ
生年月日
The date of your birth(Age)
出生年月日
생년월일



なまえ Name
名前
姓名 이름



なまえ おし
あなたの名前を教えてください
What is your name?
你叫什么名字?
당신의 이름을 알려주세요

いっしょ す
一緒に住んでいる人はいますか?
Who do you live with?
有没有跟你一起住的人?
함께 살고 있는 분이 있으신가요?

3ページ →

気を付けてほしいことはありますか?

Do you require special care?

有什么地方要考虑的吗

주의해 주셨으면 하는 것이 있으신가요?

じびょう
持病がある
I have a chronic disease.
我有老毛病
지병이 있습니다

しょう
障がいがある
I have a disability.
我有残疾
장애가 있습니다

にんしん
妊娠している
I'm pregnant.
我怀孕
임신 중입니다

た
食べられないものがある
I have an allergy.
我有过敏
먹을 수 없는 음식이 있습니다



おと にが て
音が苦手
I'm sensitive to sound.
我有点怕声音
소리에 민감합니다

しゅうだん にが て
集団が苦手
I don't like crowds.
我有点怕人太多的地方
집단 생활이 불편합니다

た
その他
Other
其他
기타

○ はい/YES ✕ いいえ/NO ? わかりません

しょうめいしょ
証明書をもっていますか？

What ID do you have?

你的证明书呢

증명서를 가지고 있으신가요



いっしょ かぞく
一緒に住んでいる家族をおしえてください

Who do you live with?

你家都有谁

같이 살고 있는 가족을 알려주세요



いっしょ す ひと
一緒に住んでいる人はみんないますか？

Is any family member missing?
跟你一起住的人都在吗？
같이 살고 있는 사람은 모두 여기 있나요?

ひつよう ひと
たすけが必要な人はいますか？

Does anyone need help?
有没有人需要帮助的吗？
도움이 필요한 사람이 있나요?

○ はい/YES × いいえ/NO ? わかりません

じたく いえ
自宅（家）の状態

Your Home Situation

住宅情况

자택(집)의 상태



どこですごしますか？

Where will you stay?

去哪躲避

어디에서 지내고 계시나요?



その他

Other

其他

기타

ここにいない人から、あなたがどこにいるか聞かれたとき、

ここ（避難所）にいることをおしえてもいいですか？

Can we disclose your whereabouts and safety situation to other people?

怎么样确认是否平安

여기에 없는 사람이, 당신이 어디에 있는지 물었을 때,
여기(피난소)에 있다고 알려줘도 되나요?



○ はい/YES × いいえ/NO ? わかりません

じびょう
持病はありますか？

Do you have a chronic illness?

你有老毛病吗

지병이 있으신가요?

とうにょうびょう
糖尿病
Diabetes
糖尿病
당뇨병

じん こう とう せき
人工透析
Artificial Dialysis
人口透析
인공투석

こう けつ あつ
高血圧
High Blood Pressure
高血压
고혈압

しん ぞうびょう
心臓病
Heart Disease
心脏病
심장병

かん えん
肝炎
Hepatitis
肝炎
간염

のう そっちゅう
脳卒中
Stroke
中风/卒中
뇌졸중

がん
Cancer
癌
암

せい り ちゅう
生理中
Currently Menstruating
月经
생리중

せいしん しっ かん
精神疾患
Mental Illness
精神疾病
정신 질환

てんかん
Epilepsy
癲癇
뇌전증 (간질)

エイズ
AIDS/HIV
艾滋病
에이즈

その他
Other
其他
기타

て ちゅう
おくすり手帳
Prescribed Medication Handbook
医药手册
약 복용 수첩

ひつ よう くすり
必要な薬はありますか？
Do you need medication?
有需要的药吗？
필요한 약이 있나요?



びょういん
かかりつけの病院は？
Do you have regular hospital?
经常就诊的医院是哪个？
주치의가 있는 병원은



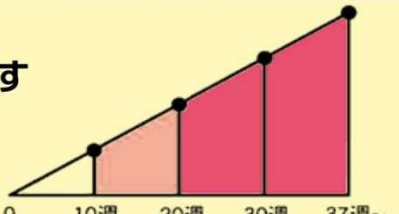
ほ けんしやう
保険証
Health Insurance Card
保险证
보험증



しん さつ けん
診察券
Hospital Patient Card
就诊卡
진찰권



にん しん
妊娠しています
I'm pregnant.
我怀孕
임신 중입니다



でんわしてください
Please call.
请打电话
전화를 해 주세요



○ はい/YES × いいえ/NO ? わかりません

どうしましたか？

What are your symptoms?

怎么了

무슨 일이신가요?



○ はい/YES × いいえ/NO ? わかりません

どれくらいですか？

How much?
有多疼（多难受）
어느 정도 입니까?

すこし

A little.
有一点
조금

0

1

2

3

すごく

Very much (pain/pressing)

A lot
非常
많이

いつから？

From when?
从什么时候开始？
언제부터

ぶん まえ
30分前から
From 30 minutes ago.
从30分钟之前
30분 전부터

じ かん まえ
1時間前から
From 1 hour ago.
从一个小时前
1시간 전부터

それより前
From earlier.
从那之前
그 전 부터

いつまで？

Until when?
到什么时候？
언제까지

ぶん まえ
30分前まで
Until 30 minutes ago.
到30分钟之前
30분 전까지

じ かん まえ
1時間前まで
Until 1 hour ago.
到一个小时之前
1시간 전까지

なに ひつよう
何が必要
ですか？

What do you need?
你需要什么
무엇이 필요하신가요

て あ
手当て
Medical treatment
治疗
처치

くすり
薬
Medication
药
약

やす
休みたい

I want to take a rest.
我想休息
휴식

びょういん
病院へいきます

You are carried to hospital.
我去医院
병원에 갑니다

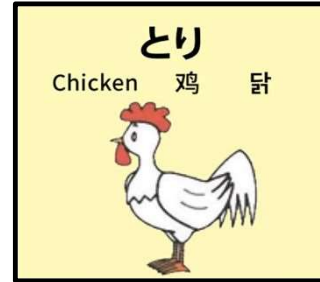
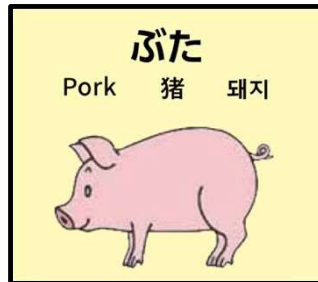
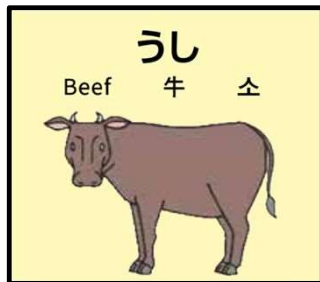
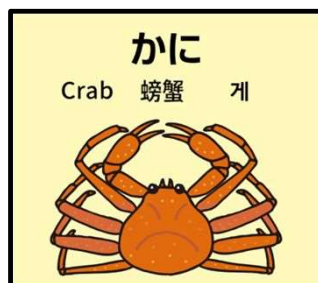
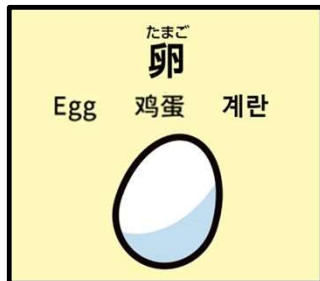
かかりつけの病院は？

Do you have regular hospital?
经常就诊的医院是哪个？
주치의가 있는 병원은

○ はい/YES × いいえ/NO ? わかりません

た
食べられないものはどれですか？

Is there something you can't eat? 哪个是不能吃的？
먹을 수 없는 음식은 어느 것인가요？



その他のたべもの Other foods 其他 그 외의 음식

○ はい/YES ✕ いいえ/NO ? わかりません

ようけん なん ご用件は何ですか？①

What do you need help with?

需要帮忙吗

용건은 무엇인가요?



○ はい/YES × いいえ/NO ? わかりません

ようけん なん
ご用件は何ですか？②

What do you need help with?

需要帮忙吗

용건은 무엇인가요?

し
知る

Know
知道
알고 있습니다

い
行く

Go
去
갑니다

する

Do
做
합니다



さいがい じょうきょう
災害の状況

The disaster situation
灾难状况
재해의 상황



トイレ

The toilet
厕所
화장실



た
食べる Eat
吃
먹습니다

きけん ばしよ
危険な場所

Dangerous areas
危险的地方
위험한 장소



いえ
家 My house
家
집



の
飲む Drink
喝
마십니다

〇〇が知りたい

I want to know 〇〇
我想知道〇〇
〇〇이(가) 알고 싶다

〇〇へ行きたい

I want to go to 〇〇
我想去〇〇
〇〇에 가고 싶습니다

〇〇がほしい・
したい

I want 〇〇
我要〇〇・我想做〇〇
〇〇이(가) 필요합니다 / 〇〇을(를) 하고 싶습니다

○ はい/YES ✕ いいえ/NO ? わかりません

ようけん なん
ご用件は何ですか？③

What do you need help with?

需要帮忙吗

용건은 무엇인가요?



い
どこへ行きたいですか？
Do you need to go somewhere?
你想去哪里
어디에 가고 싶으신가요?



いっしょ い
一緒に行く
Let's go together.
一起去
같이 갑니다



まってて
Please wait a moment.
等一下
기다려 주세요



コンビニ
Convenience store
方便店
편의점



びょういん
病院
Hospital
医院
병원



ぎんこう
銀行
Bank
银行
은행



けいさつ
警察
Police Station
警察
경찰서



えき
駅
Train Station
车站
역



はい・ある
Yes/I have 是・有
네 / 있습니다



いいえ・ない
No/I don't have 不是・没有
아니요 / 없습니다



わからない
(言葉の意味が分からない)
I don't understand.
请再说一遍
모르겠습니다
(答えを知らない)
I don't know.
我不懂
모르겠습니다

○ はい/YES × いいえ/NO ? わかりません

ようけん なん
ご用件は何ですか？④

What do you need help with?

需要帮忙吗

용건은 무엇인가요?



けいたい でん わ
携帯電話を
じゅう でん
充電したい

I want to charge my cell phone.

想给手机充电

휴대폰을 충전하고 싶습니다



くるま

車いすは
ありますか？

Do you have a wheelchair?

Có xe lăn không

휠체어는 있나요?



ふ あん きもち
不安な気持ちです

I don't feel well.

我情绪不稳定

불안한 마음입니다



しず い
静かなところに行きたい

I want to go somewhere quiet.

我想去安静的地方

조용한 곳으로 가고 싶습니다



うるさい

Loud

很吵

시끄럽습니다

ひとり

1人になりたい

I want to be by myself.

我想一个人待一会儿

혼자 있고 싶습니다



じゅにゅう

授乳したい

I need to breastfeed.

想给孩子喂奶

수유를 하고 싶습니다

○ はい/YES × いいえ/NO ? わかりません

おしえてください

Please tell me.

我想请教您一下

알려주세요

いつ?

When?

什么时候

언제

どこで?

Where?

在哪里

어디에

だれが?

Who?

是谁

누가

どうしましたか?

What are your symptoms?

怎么了

무슨 일이신가요?

○ はい/YES ✕ いいえ/NO ? わかりません

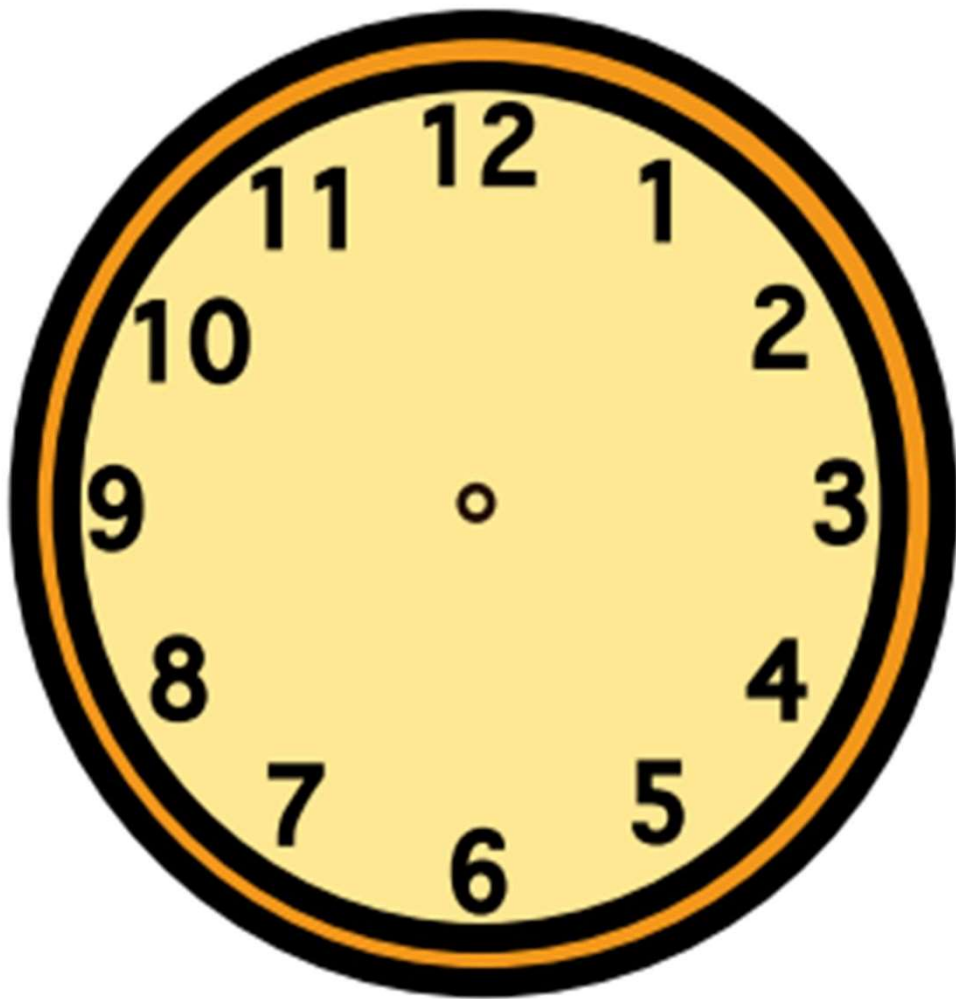
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

わ ら や ま は な た さ か あ
 り み ひ に ち し き い
 を る ゆ む ふ ぬ つ す く う
 れ め へ ね て せ け え
 ん ろ よ も ほ の と そ こ お

が ぎ ぐ げ ご ざ じ ず ぜ ぞ
 だ ぢ づ で ど や ゆ よ っ ー
 ば び ぶ べ ぼ ぱ ぴ ぷ ぺ ぽ

A B C D E F G H I J
 K L M N O P Q R S
 T U V W X Y Z .

○ はい/YES × いいえ/NO ? わかりません



□ □ : □ □ ~

○ はい/YES ✕ いいえ/NO ? わかりません

ホワイトボードとしてご利用ください

○ はい/YES × いいえ/NO ? わかりません

作成：品川区 防災まちづくり部 防災課
参考：公益財団法人 明治安田こころの健康財団、愛知県大府市