やさしくゆっくり話しながら（大きく口を動かしながら）
指さししてください



品川区災害用
コミュニケーションボード

しながわ防災キャラクター ジージョくん

Communication Board　沟通板　커뮤니케이션 보드

助けてほしいことはありますか？

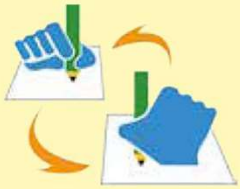
What do you need help with?　你需要帮助吗　도움이 필요하신가요?



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



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



書いてください
Please write.
请写一下
적어 주세요

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

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
手話 Sign Language	タガログ語 Tagalog	ポルトガル語 Português	その他 Others

名簿

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



住所 Address 地址 주소



電話番号 Telephone Number 电话号码 전화번호



生年月日
The date of your birth(Age)
出生年月日
생년월일



名前 Name 姓名 이름

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

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?

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

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

妊娠している
I'm pregnant.
我怀孕
임신 중입니다

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

5ページ　5ページ　5ページ

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

集団が苦手
I don't like crowds.
我有点怕人太多的地方
집단 생활이 불편합니다

その他
Other
其他
기타

○ はい/YES　× いいえ/NO　？ わかりません

証明書(しょうめいしょ)をもっていますか？

What ID do you have?　你的证明书呢　증명서를 가지고 있으신가요



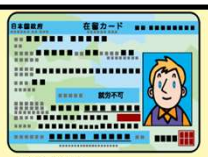
身体障害者(しんたいしょうがいしゃ)手帳(てちょう)
Certificate of Disability
残疾人手册
신체 장애인 수첩



療育手帳(りょういくてちょう)
Treatment and Education Handbook
疗育手册
요육수첩



精神障害者保健福祉手帳(せいしんしょうがいしゃほけんふくしてちょう)
Mental Illness Insurance Welfare Handbook
精神障碍者保健福祉手册
정신 장애인 보건복지 수첩



在留カード(ざいりゅう)
Zairyu Card　在留卡
재류 카드



パスポート
Passport　护照
여권



免許証(めんきょしょう)
Drivers License　驾驶证
운전 면허증



マイナンバーカード
My Number Card
个人编号卡
마이넘버카드

一緒(いっしょ)に住(す)んでいる家族(かぞく)をおしえてください

Who do you live with?　你家都有谁　같이 살고 있는 가족을 알려주세요



お父(とう)さん
Father 爸爸 아버지
夫(おっと)
Husband　丈夫　남편



お母(かあ)さん
Mother 妈妈 어머니
妻(つま)
Wife　妻子　아내



兄(あに)
Older Brother
哥哥
형

弟(おとうと)
Younger Brother
弟弟
남동생

姉(あね)
Older Sister
姐姐
언니

妹(いもうと)
Younger Sister
妹妹
여동생



おじいちゃん
Grandfather
爷爷/外公
할아버지



おばあちゃん
Grandmother
奶奶/姥姥
할머니

一緒(いっしょ)に住(す)んでいる人(ひと)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?

たすけが必要(ひつよう)な人(ひと)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

自宅（家）の状態

Your Home Situation　住宅情況　자택(집)의 상태



水が出ない
The water is not working.
自来水不出水
단수



電気がつかない
There is no electricity.
不能开灯
단전



破損している
My house is damaged.
房子损坏了
파손



浸水している
My house is flooded.
房子被淹了
침수

どこですごしますか？

Where will you stay?　去哪躲避　어디에서 지내고 계시나요?



避難所
Evacuation Center
避难所
피난소



自宅
My home
住宅
자택(집)



親戚や知人の家
Relatives' or friends' homes
亲戚或朋友的家
친척 혹은 지인의 집

帰宅困難者
帰れません
Can't return home.
回家困难
돌아갈 수 없습니다.

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?

OK

教えていいです
Okay
没问题
알려줘도 됩니다

NG

教えないでください
No
不行
알리지 말아 주세요

○ はい/YES　× いいえ/NO　？ わかりません

持病はありますか？

Do you have a chronic illness?　你有老毛病吗　지병이 있으신가요?

糖尿病 Diabetes 糖尿病 당뇨병	**人工透析** Artificial Dialysis 人口透析 인공투석	**高血圧** High Blood Pressure 高血压 고혈압	**心臓病** Heart Disease 心脏病 심장병
肝炎 Hepatitis 肝炎 간염	**脳卒中** Stroke 中风/卒中 뇌졸중	**がん** Cancer 癌 암	**生理中** Currently Menstruating 月经 생리중
精神疾患 Mental Illness 精神疾病 정신 질환	**てんかん** Epilepsy 癫痫 뇌전증 (간질)	**エイズ** AIDS/HIV 艾滋病 에이즈	**その他** Other 其他 기타

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



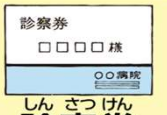
必要な薬はありますか?
Do you need medication?
有需要的药吗？
필요한 약이 있나요?



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

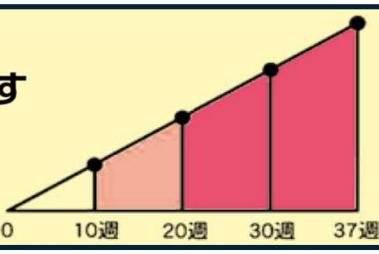


保険証
Health Insurance Card
保险证
보험증



診察券
Hospital Patient Card
就诊卡
진찰권

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?



熱(ねつ)がある
I have a fever.
发烧了
열이 납니다



いたい
I have pain.
疼
아픕니다



くるしい
I feel pangs.
难受
괴롭습니다



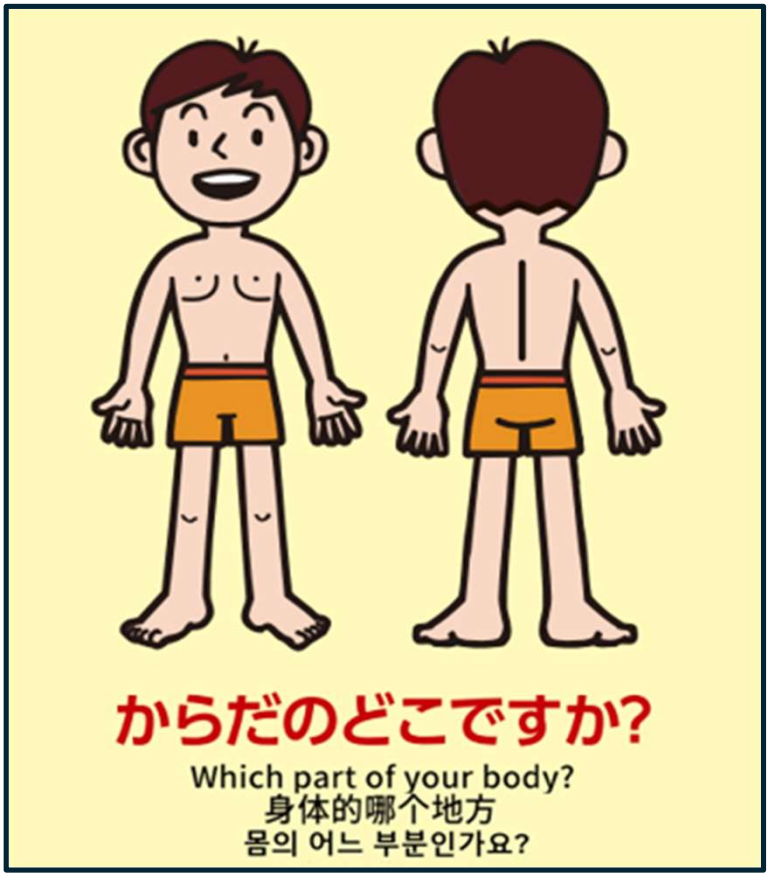
はいた
I vomited.
吐了
구토를 했습니다



気持(きも)ちが悪(わる)い
I feel sick.
想吐
컨디션이 좋지 않습니다



めまいがする
I feel dizzy.
头晕
어지럽습니다



からだのどこですか?
Which part of your body?
身体的哪个地方
몸의 어느 부분인가요?



血(ち)がでた
I'm bleeding.
出血了
출혈이 있습니다



しびれる
I feel numbness.
麻
저립니다

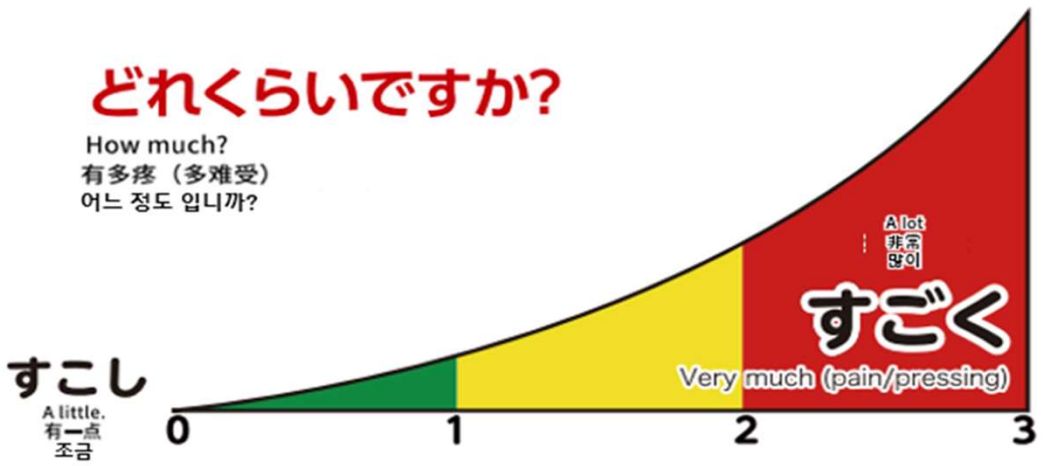


かゆい
I feel itchiness.
痒
가렵습니다

○ 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?



いつから?
From when?
从什么时候开始？
언제부터

30分前(ぷんまえ)から
From 30 minutes ago.
从30分钟之前
30분 전부터

1時間前(じかんまえ)から
From 1 hour ago.
从一个小时前
1시간 전부터

それより前(まえ)
From earlier.
从那之前
그 전 부터

いつまで?
Until when?
到什么时候？
언제까지

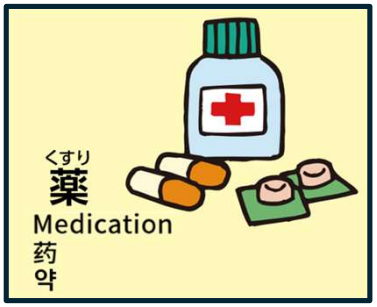
30分前(ぷんまえ)まで
Until 30 minutes ago.
到30分钟之前
30분 전까지

1時間前(じかんまえ)まで
Until 1 hour ago.
到一个小时之前
1시간 전까지

何(なに)が必要(ひつよう)ですか？

What do you need?
你需要什么
무엇이 필요하신가요









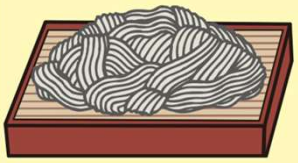
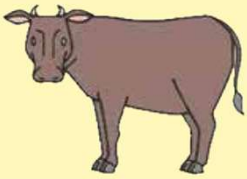
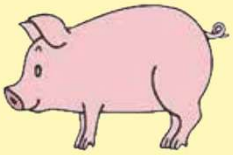
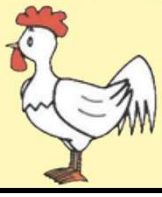
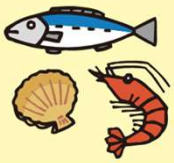


○ はい/YES　✕ いいえ/NO　？ わかりません

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?

卵 Egg 鸡蛋 계란 	**牛乳** Milk 牛奶 우유 	**小麦** Wheat 小麦 밀가루 
えび Shrimp 虾 새우 	**かに** Crab 螃蟹 게 	**そば** Soba 荞麦 메밀국수 
うし Beef 牛 소 	**ぶた** Pork 猪 돼지 	**とり** Chicken 鸡 닭 
お酒 Alcohol 酒 술 	**さかな** Fish 鱼 생선 	**ピーナッツ** Peanuts 花生 땅콩 

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

ご用件は何ですか？①

What do you need help with? 需要帮忙吗 용건은 무엇인가요?



相談したい
I'd like a consultation.
我想问一下
상담을 하고 싶습니다



男性
Male
男
남성



女性
Female
女
여성



書いてください
Please write
请写一下
적어 주세요



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



でんわしてください
Please call.
请打电话
전화를 해 주세요

でんわしたい
I want to call.
我想打电话
전화를 하고 싶습니다



なくした・落とした
I lost something.
我丢失了
잃어버렸습니다 / 떨어뜨렸습니다



暑い
Hot
热
덥습니다



寒い
Cold
冷
춥습니다

○ はい/YES ✕ いいえ/NO ？ わかりません

ご用件は何ですか？②

What do you need help with? 需要帮忙吗 용건은 무엇인가요?

知る Know 知道 알고 있습니다	行く Go 去 갑니다	する Do 做 합니다
災害の状況 The disaster situation 灾难状况 재해의 상황	 トイレ The toilet 厕所 화장실	 食べる Eat 吃 먹습니다
危険な場所 Dangerous areas 危险的地方 위험한 장소	 家 My house 家 집	 飲む Drink 喝 마십니다
○○が知りたい I want to know _____ 我想知道○○ ○○이(가) 알고 싶다	○○へ行きたい I want to go to _____ 我想去○○ ○○에 가고 싶습니다	○○がほしい・したい I want _____ 我要○○・我想做○○ ○○이(가) 필요합니다 / ○○을(를) 하고 싶습니다

○ はい/YES ✕ いいえ/NO ？ わかりません

ご用件(ようけん)は何(なん)ですか？③

What do you need help with?　需要帮忙吗　용건은 무엇인가요?



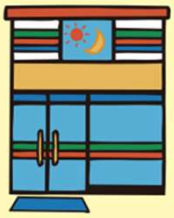
どこへ行(い)きたいですか?
Do you need to go somewhere?
你想去哪里
어디에 가고 싶으신가요?



一緒(いっしょ)に行(い)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



病院(びょういん)
Hospital
医院
병원



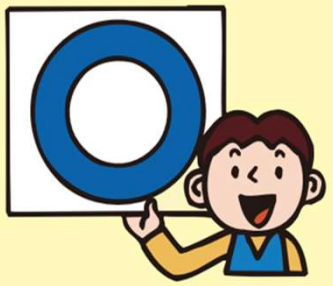
銀行(ぎんこう)
Bank
银行
은행



警察(けいさつ)
Police Station
警察
경찰서



駅(えき)
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

ご用件は何ですか？④

What do you need help with? 需要帮忙吗 용건은 무엇인가요?



携帯電話を充電したい
I want to charge my cell phone.
想给手机充电
휴대폰을 충전하고 싶습니다



車いすはありますか?
Do you have a wheelchair?
Có xe lăn không
휠체어는 있나요?



不安な気持ちです
I don't feel well.
我情绪不稳定
불안한 마음입니다

しーーん…

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

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



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.　我想请教你一下　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

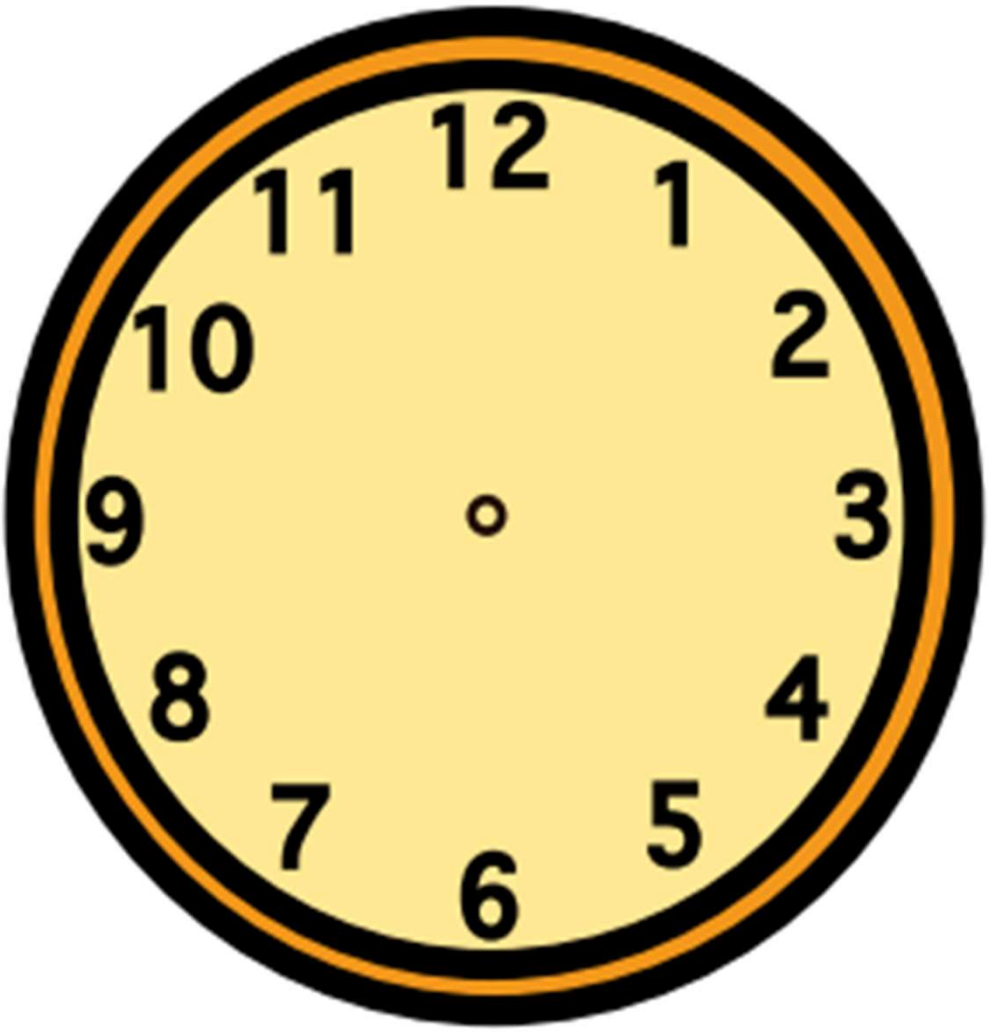
0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

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　ゃ ゅ ょ 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(りよう)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