

災害時ポケットガイド

Disaster Pocket Guide

災害信息卡 재해시 포켓 가이드

Руководство на случай стихийных бедствий

Hướng dẫn khi xảy ra thảm họa

うらに ひつような情報を かきましょう。もしもにそなえて、いつも もちあるきましょう。

Hold on to this guide at all times to be prepared for any disaster. You can also write necessary notes on the back.

请在背面写上必要的信息。请随身携带以防万一。

뒷면에 필요한 정보를 작성하여 만일의 상황에 대비해 항상 휴대합니다.

На обороте запишите необходимую информацию. Будьте готовы к чрезвычайным ситуациям и всегда носите эту инструкцию с собой.

Hãy viết thông tin cần thiết vào mặt sau. Hãy luôn mang theo cuốn Hướng dẫn này bên người để phòng bị.

発行:札幌市 Issued by the City of Sapporo
 (公財)札幌国際プラザ Sapporo International Communication Plaza Foundation

地震が起きたら

In the event of an earthquake
 发生地震时 지진이 발생하면
 Если произошло землетрясение
 Khi xảy ra động đất

あわてないで、身を守りましょう。Stay calm and take measures to protect yourself. 不要惊慌,先确保自己的人身安全。 당황하지 말고 신변의 안전을 확보합니다。 He поддавайтесь панике и примите меры безопасности. Không hốt hoảng, hãy bảo vệ cho bản thân.

ドア、窓を 開ける。 Open windows and Doors. 打开门窗。 문, 창문을 연다. Откройте окна и двери. Mở cửa ra vào, cửa sổ.

火を 消す。 Turn off heat sources. 关掉火源。 불을 끈다. Погасите огонь. Tắt các nguồn phát lửa.

家がこわれて 使えないとき、食べ物や情報が ひつようなときは、避難所に行きましょう。 If the house is too badly damaged to live in or you need food or information, go to the evacuation site. 家毁坏不能使用时, 需要食物和信息时, 请前往避难所。 가족이 피해를 입어 사용할 수 없거나, 식품과 정보가 필요할 때는 피난소로 갑시다。 Когда ваш дом разрушен и полностью пришёл в негодность, когда вам нужна еда и информация, укройтесь в защитном сооружении. Khi nhà của bạn bị hư hại không thể ở được nữa và khi bạn cần thực phẩm và thông tin, hãy đến nơi lánh nạn.

正しい情報を テレビやラジオで 知りましょう。 Obtain accurate information from TV or radio. 请通过电视机或广播了解准确的信息。 올바른 정보를 텔레비전이나 라디오로 입수합니다。 Давайте будем получать информацию только из достоверных источников таких как радио и телевидение。 Hãy tìm hiểu thông tin chính xác qua truyền hình và radio.

こわれた ガラス片で ケガをすることがあります。 家の中でも、スリッパや くつを はきましょう。 Wear slippers or shoes even inside the house to protect your feet from broken glass.

有可能因玻璃碎片而导致受伤。 在家里也请穿好拖鞋或鞋子。 깨진 유리 조각을 밟아 다칠 수 있습니다。 집 안에서도 슬리퍼나 신발을 신으십시오。 Осколками стекла можно пораниться. Поэтому давайте, даже дома, будем надевать тапочки или обувь。 Bạn có thể bị thương do các mảnh vỡ thủy tinh. Hãy mang giày hoặc dép mềm dù đang ở trong nhà。

家がこわれて 使えないとき、食べ物や情報が ひつようなときは、避難所に行きましょう。 If the house is too badly damaged to live in or you need food or information, go to the evacuation site. 家毁坏不能使用时, 需要食物和信息时, 请前往避难所。 가족이 피해를 입어 사용할 수 없거나, 식품과 정보가 필요할 때는 피난소로 갑시다。 Когда ваш дом разрушен и полностью пришёл в негодность, когда вам нужна еда и информация, укройтесь в защитном сооружении. Khi nhà của bạn bị hư hại không thể ở được nữa và khi bạn cần thực phẩm và thông tin, hãy đến nơi lánh nạn。

避難するときの注意

When you evacuate 避難时的注意事项 피난 시 주의사항
 Внимание, при эвакуации Những lưu ý khi lánh nạn

- ガスの元栓をしめ、ブレーカーを 落としましょう。 Shut off the main gas valve and turn off the electricity breaker. 请关紧煤气总开关, 拉下电闸。 가스 밸브를 잡고 누전차단기를 내립니다。 Перекройте основной газовый кран и отключите электричество на щитке в доме。 Hãy đóng van gas, kéo cầu dao xuống。
- エレベーターは 使わない。 Do not use an elevator. 不要乘坐电梯。 엘리베이터는 사용하지 않는다。 Не пользуйтесь лифтом。 Không sử dụng thang máy。
- 車を 使わない。 Do not use a car. 不要开车。 차를 사용하지 않는다。 Не пользуйтесь автомобилем。 Không sử dụng xe ô tô。
- パスポートや薬など、大事なものを 持って行きましょう。 Be sure to take essential items, such as your passport and medicine. 请带上护照和药品等重要物品前往避难所。 여권과 약 등 중요한 물건을 챙기십시오。 Возьмите с собой паспорт, лекарства и другие нужные вещи。 Khi đi lánh nạn hãy mang theo những món đồ quan trọng như hộ chiếu, thuốc men, v.v...
- ガラスやコンクリートが こわれて、落ちて くるかも しません。 Beware of falling glass and collapsing brick walls. 玻璃或混凝土可能会遭破坏而掉下来。 유리나 콘크리트가 부서져 낙할 우려가 있습니다。 Может биться и падать стекло и бетон。 Kính và tường bê tông có thể sụp đổ, rơi xuống。
- 川・海に 近づかない。 Stay away from rivers and the sea. 不要靠近河边和海边。 강, 바다에 가까이 가지 않는다。 Не приближайтесь к рекам и морскому побережью。 Không đến gần sông, biển。

避難所 / 避難場所

Types of evacuation sites 避难场所 피난소/피난장소
 Защитные сооружения и эвакуационные площадки Nơi lánh nạn/Địa điểm lánh nạn

1 指定避難所

Designated evacuation sites
 指定避难所 지정 피난소
 Назначенные защитные сооружения
 Nơi lánh nạn được chỉ định

家がこわれたときなどに、泊まることができます。 食べ物や水が もらえます。いろいろな情報が あります。 たいいてい近くの小・中学校です。 These sites provide accommodation to those unable to stay in their homes for reasons such as structural damage. The sites provide food, water and various information. You will find them at elementary or junior high schools in your neighborhood. 家毁坏等时候, 可以临时居住。 可获得食物和水。 还有各种信息。 一般为附近的中小学和初中。 가족이 피해를 입은 경우 등에 피난소에서 생활할 수 있습니다。 식품과 물이 제공됩니다。 여러가지 정보를 얻을 수 있습니다。 대개 인근의 초등학교입니다。 В них можно переночевать, если ваш дом разрушен. Там вы получите еду и воду. Там же вы получите всевозможную информацию. Обычно это здания младшей или средней школ, находящихся поблизости。 Bạn có thể ở lại đây trong lúc nhà của mình bị hư hại, v.v.. Bạn sẽ được nhận thực phẩm và nước uống. Cung cấp nhiều thông tin đa dạng。 Thông thường, nơi lánh nạn sẽ là trường tiểu học hoặc trường trung học ở gần đó。

2 指定緊急避難場所・一時避難場所

Designated emergency evacuation sites / Temporary evacuation sites
 指定緊急避难场所, 临时避难场所 지정 긴급피난장소/일시피난장소
 Назначенные площадки эвакуации при чрезвычайных ситуациях и временные эвакуационные площадки
 Địa điểm lánh nạn khẩn cấp và địa điểm lánh nạn tạm thời được chỉ định

洪水や火事などから、一時的に、にげるところです。 災害のしゅるいによって、場所が ちがいます。 小・中学校、公園などが あります。 These sites provide temporary shelter from hazards such as floods and fires. Places designated as these sites differ depending on the type of disaster, and include elementary and junior high schools and parks. 是洪水或火灾时可临时逃生的地方。 灾害种类不同, 则场所不同。 避难场所有小学, 初中及公园等。 홍수나 화재 등이 발생했을 때 일시적으로 피난하는 곳입니다。 재해의 종류에 따라 피난 장소가 다릅니다。 초등학교, 공원 등이 있습니다。 Это места, в которых можно временно переждать наводнение или пожар. В зависимости от разновидности бедствия, место меняется. Такими местами являются, например, парки и здания младших и средних школ。 Đây là nơi để tránh lũ lụt, hỏa hoạn, v.v.. mang tính tạm thời。 Tùy thuộc vào loại thảm họa mà địa điểm sẽ khác nhau。 Sẽ có những nơi lánh nạn là trường tiểu học, trường trung học, công viên, v.v..

災害多言語支援センター

Multilingual Disaster Support Center
 災害多语种支援中心 재해 다언어 지원센터
 Центр многоязыковой поддержки при стихийных бедствиях
 Trung tâm hỗ trợ đa ngôn ngữ khi xảy ra thảm họa

札幌で 大きな災害があると、札幌国際プラザは 「災害多言語支援センター」になります。

When a major disaster hits Sapporo, the Sapporo International Communication Plaza serves as the Multilingual Disaster Support Center.

札幌如发生大的灾害札幌国际广场将成为“灾害多语种支援中心”。 샛פור에서 큰 재해가 발생하면, 샛פור 국제플라자는 “재해 다언어 지원센터”가 됩니다。

Если в Саппоро произойдёт крупное стихийное бедствие, тогда Саппоро Кокусай Плаза (Центр международных связей «Саппоро Плаза») станет «Центром многоязыковой поддержки при стихийных бедствиях»。

Khi có thảm họa lớn xảy ra ở Sapporo, Trung tâm thương mại quốc tế Sapporo sẽ trở thành “Trung tâm hỗ trợ đa ngôn ngữ khi xảy ra thảm họa”。

札幌市 City of Sapporo
 (公財)札幌国際プラザ Sapporo International Communication Plaza Foundation
 札幌国際交流中心 (공익재단) 샛פור국제플라자 Sapporo Кокусай Плаза
 Trung tâm thương mại quốc tế Sapporo

011-211-2105
 E-mail plazai@plaza-sapporo.or.jp

Facebook HP


Hãy dẫn tôi đến nơi
 避难所
 Ответьте меня в убежище,
 避难所
 Please take me to
 an evacuation site.

こうすい どしゃさいがい ひなん 洪水や土砂災害の避難レベル

5 **緊急安全確保** Emergency Safety Measures / 緊急安全措施

비상 안전 대책 / Режим чрезвычайной ситуации
 Biện pháp bảo đảm an toàn khẩn cấp

命を守るための行動をとりましょう!
Take Action to Save Your Life!
 请采取保证生命安全的行动!
 생명을 지키기 위한 행동을 합시다!
 Принимайте меры, необходимые для спасения жизни!
 Tình huống đe dọa đến tính mạng



4 **避難指示** Evacuation Instruction / 避難指示

대피 지시 / Объявление эвакуации
 Chỉ thị lánh nạn


危険な場所から全員避難しましょう
Evacuate Everyone from Dangerous Areas
 请所有居民撤离危险场所
 위험한 장소에서 전원 대피합시다
 Немедленно эвакуируйтесь в безопасное место
 Sơ tán tất cả dân khỏi nơi nguy hiểm



3 **高齢者等避難** Evacuation of the Elderly, Etc. / 老年人等进行避難

고령자 등의 대피 / Эвакуация пожилых людей и др.
 Sơ tán người cao tuổi...

いどうじけんひと ひなん
移動に時間のかかる人は避難しましょう
Evacuate People Who Require More Time to Move
 需要更多时间撤离的人士请进行避难。
 이동하는 데 시간이 걸리는 사람은 대피합시다
 Срочно эвакуируйтесь, если вам нужно время на передвижение
 Sơ tán người cần nhiều thời gian để di chuyển



2 **大雨・洪水・高潮注意報 / Heavy Rain, Flood, or Storm Surge Advisories**

大雨・洪水・高潮注意情報 / 폭우, 홍수, 고조 주의보
 Предупреждение о возможном ливне / наводнении / быстром подъёме уровня воды / Lưu ý về mưa to, ngập lụt, triều cường

1 **早期注意情報 / Probability of Warnings**

早期注意情報 / 조기 경보
 Предварительное оповещение / Thông tin cảnh báo sớm

Types of evacuation information (issued in the event of disasters such as floods and landslides)

洪水及泥石流의避難等级 홍수나 토사 재해의 피난 레벨

Уровни опасности при наводнениях и оползнях

Cấp độ lánh nạn khi xảy ra lũ lụt và thảm họa sạt lở đất

じゅんび 準備しておくもの Emergency supplies 准备物品 준비해야 할 물품

Чем следует запастись Vật dụng nên chuẩn bị

- パスポート/passport / 护照 / 여권 / Паспорт / Hộ chiếu
- 在留カード/Resident Card / 在留卡 / 재류카드 / ID карты / Thẻ cư trú
- 現金/cash and change / 現金 / 현금 / Наличные деньги / Tiền mặt
 - ※停電のときは、支払いにカードやスマートフォンが使えません。
 - You cannot pay with your credit card or smartphone in the event of a power outage.
 - 停電时, 无法用卡或手机支付。
 - 정전 시에는 신용카드나 스마트폰으로 계산할 수 없습니다.
 - При отключении электричества будет невозможно использовать карты или смартфоны для оплаты.
 - Trong trường hợp mất điện, bạn không thể sử dụng thẻ hoặc điện thoại thông minh để thanh toán.
- 携帯ラジオ/portable radio / 便携式收音机 / 휴대 라디오 / Переносной радиоприёмник / Radio di động
- 冬冬冬の持ち物 Winter items 冬季携带物品 동절기 휴대품
 - Зимние вещи Vật dụng mang theo dùng cho mùa đông

- 携帯電話・充電器 / mobile phone, charger / 手机、充电器 / 휴대전화, 충전기 / Мобильный телефон, зарядное устройство / Điện thoại di động, bộ sạc điện thoại
- モバイルバッテリー / Mobile battery / 手机充电宝 / 보조 배터리 / Мобильный аккумулятор / Pin sạc dự phòng
- 懐中電灯・LEDランタン / flashlight, LED lantern / 手电、LED小提灯 / 손전등, LED 램프 / Фонари, Светодиодный фонарь / Đèn pin, Đèn bảo LED
- 水 / water / 水 / 물 / Вода / Nước
- 食べもの / food / 食物 / 식료품 / Еда / Thực phẩm
- 飲んでいる薬 / medicine you are taking / 服用中の药品 / 복용하고 있는 약 / Лекарства, которые вы принимаете
- 薬 / Thuốc uống
- タオル / towel / 毛巾 / 타올 / Полотенце / Khăn



緊急地震速報とは Earthquake Alerts

所谓紧急地震速报 긴급지진속보란?


Экстренная информация о землетрясении — это...
 Thông báo sớm về động đất khẩn cấp

- ▶地震による強い揺れを直前にテレビや携帯電話でお知らせする警報です。
- ▶Earthquake alerts are issued via TV and cell phones seconds before strong tremors arrive.
- ▶是电视或手机在地震发生前通知将发生强烈摇晃的警报。
- ▶지진에 의한 강한 흔들림이 발생하기 직전에 TV와 휴대전화를 통해 전달되는 경보입니다。
- ▶Сигнал тревоги, передаваемый заранее по телевизору или мобильному телефону при сильном землетрясении.
- ▶Đây là cảnh báo được thông báo trước trên truyền hình và điện thoại di động, cho biết về sự rung chuyển dữ dội mà cơn động đất gây ra.
- ▶見聞きしたら、あわてないで、身を守りましょう。
- ▶If an alert is issued, stay calm and take measures to protect yourself.
- ▶看到或听到速报后, 不要惊慌, 先确保自己的人身安全。
- ▶속보를 보거나 들었다면 당황하지 말고 주변의 안전을 확보하십시오。
- ▶Если вы увидели или услышали такой сигнал, не поддавайтесь панике и примите меры безопасности.
- ▶Khi bạn nghe thấy báo động, đừng hốt hoảng, hãy bảo vệ cho bản thân.



かじ 救急 Fire or medical emergency 火災・急救 화재, 구급 Пожар/скорая 화재, 구급 Hỏa hoạn, cấp cứu

☎119

- 火事が救急が言いましょう。**
Tell the operator whether there is a fire or a medical emergency. 先说明是火灾还是急救。화재인지, 구급상황인지 말하십시오. Говорите: касай (пожар) или кьюкю (скорая). Nói rõ đó là trường hợp hỏa hoạn hay trường hợp cấp cứu.
 - 住所を言いましょう。**
Tell the operator the address for your location. 告知地址。 주소를 말하십시오. Назовите адрес. Nói rõ địa chỉ.
 - 状況を言いましょう。**
Describe the situation. 说明情况。 상황이 설명하십시오. Опишите ситуацию. Nói rõ tình trạng.
- 

※日本語を話せないときは、通訳などが対応します。 Interpreter or other services are available to those who cannot speak Japanese. 不会说日语者, 会有翻译人员。 일본어를 못하는 경우에는 통역사 등이 대응합니다. Если вы не говорите по-японски, вам помогут переводчики или другие люди. Nếu bạn không nói được tiếng Nhật, chúng tôi sẽ có thông dịch, v.v...

けい さつ 警察 ☎110 Police 报警 경찰 Полиция Cảnh sát

避難カード Emergency Card 避難卡 피난카드 Карточка эвакуации Thẻ lánh nạn

名前 Name 姓名 성명 Имя Họ tên 性別 Gender 性別 성별 性別 血液型 Blood type 血型 혈액형 グループ グループ 血液型 Blood type 血型 혈액형 グループ グループ 血液型 Blood type 血型 혈액형

生年月日 Date of Birth 出生年月日 住所 Address 地址 주소 Адрес Địa chỉ 생년월일 Дата рождения Ngày sinh

私の話せる言語 Languages I speak 使用语言 私の話せる言語 Languages I speak 使用语言 私の話せる言語 Languages I speak 使用语言 私の話せる言語 Languages I speak 使用语言

할 수 있는 언어 Языки, на которых я говорю Ngôn ngữ có thể giao tiếp 할 수 있는 언어 Языки, на которых я говорю Ngôn ngữ có thể giao tiếp 할 수 있는 언어 Языки, на которых я говорю Ngôn ngữ có thể giao tiếp

国籍 Nationality 国籍 国籍 国籍 国内の緊急連絡先 Emergency contact within Japan 国内の緊急連絡先 Emergency contact within Japan 国内の緊急連絡先 Emergency contact within Japan 国内の緊急連絡先 Emergency contact within Japan

大使館、領事館電話 대사관/영사관 전화번호 大使館、領事館電話 대사관/영사관 전화번호 大使館、領事館電話 대사관/영사관 전화번호 大使館、領事館電話 대사관/영사관 전화번호

Момер телефона посольства/консульства Số điện thoại của đại sứ quán / lãnh sự 大使館、領事館電話 대사관/영사관 전화번호 大使館、領事館電話 대사관/영사관 전화번호 大使館、領事館電話 대사관/영사관 전화번호

国外的緊急連絡先 Emergency contact overseas 国外緊急联络方式 국외 긴급연락처 Контакты для экстренной связи за границей Địa chỉ liên lạc khẩn cấp khi ở nước ngoài

身分証明書番号(旅券など) ID number (passport or other identification) 身份证件号码(护照等) 신분증번호(여권 등) Номер ID карты (паспорта и т.п.) Số chứng minh nhân dân (hộ chiếu, v.v.)

食べられないもの(アレルギーなど) Food you cannot eat (for reasons including allergy) 不能吃的东西(过敏等原因) 먹지 못하는 것(식품알레르기 등) Что вы не можете есть (у вас аллергия и т.п.) Thực phẩm không ăn được (bị dị ứng, v.v.)

飲んでいる薬 medicine you are taking 服用中的药品 복용하고 있는 약 Лекарства, которые вы принимаете Thuốc uống

あなたの地区の避難所 Evacuation sites in your neighborhood 你所在地区避难所 거주 중인 지역의 피난소 Защитные сооружения в вашем районе Nơi lánh nạn trong khu vực bạn đang sống

領事館など Consulates and other organizations 領事館等 영사관 등 Консульства и пр. Đại sứ quán Việt Nam ở Nhật Bản

Consulate-General of the United States of America 在札幌米国総領事館 Kita 1-jo Nishi 28-chome, Chuo-ku, Sapporo Tel.011-641-1115

주 샹포로 대한민국 총영사관 駐札幌大韓民國總領事館 샹포로시 주오구 기타 2조 니시 12조메 1-4 Tel.011-218-0288

中华人民共和国驻札幌总领事馆 中華人民共和國駐札幌總領事館 札幌市中央区南13条西23丁目5-1 Tel.011-563-5563

Đại sứ quán Việt Nam ở Nhật Bản(Tokyo) 在日ベトナム大使館(東京) 50-11 Motoyoyogi-cho, Shibuya-ku, Tokyo Tel.03-3466-3311