



緊急カード 紧急卡

- 该卡片是为紧急情况发生时而准备，请随身携带。
- 打电话时请不要慌张，把信息传达清楚。

- 小贴士
- 紧急情况发生时，请指着图片传达意思。
- 初期灭火
- 火灾
- 表示急救·受伤的相关单词
- 表示急救·受伤的相关单词
- 地震
- 逃生时所需携带的物品
- 大浪·海啸
- 大雨·台风
- 收到气象警报·市町的避难指示时
- 紧急卡的制作方法

- 公益財団法人 愛媛県国際交流協会 ● URL <http://www.epic.or.jp>
- 公益財団法人 愛媛県国際交流協会
- 住所: 松山市道後一丁目1番1号 ● 地址 松山市道後一丁目1番1号
- 電話: 089-917-5678 ● 电话 089-917-5678

Safety Tips (5 言語対応) Safety Tips (包含 5 种语言)

该手机 APP 可查看天气、交通、医疗、避难所等相关链接。

※ 下载安卓版:
<https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetytips.android>

※ 下载 ios 版:
<https://itunes.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174?mt=8>



在日大使馆や領事館のリスト (2 言語対応)

在日大使馆或领事馆一览 (仅提供双语服务)

<https://www.mofa.go.jp/mofaj/ink/embassy.html>



JNTO(日本政府観光局) (16 言語対応)

JNTO(日本政府观光局) (包含 16 种语言)

气象情报及交通讯息、相关链接。

<https://www.jnto.go.jp/>



NHK ワールド テレビ&ラジオ (18 言語対応)

NHK 世界 电视&广播 (包含 18 种语言)

<https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/>



NHK NEWS WEB EASY(やさしい日本語対応)

NHK NEWS WEB EASY(外国人易懂的日语说明)

<https://www3.nhk.or.jp/news/easy/>



ひめシェルター (5 言語対応) Hime 避难所(Hime Shelter) (包含 5 种语言)

该手机 APP 可查询爱媛县的防灾及避难所情报。

※ 下载安卓版:
<https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.ehime.pref.bousai&hl=ja>

※ 下载 ios 版:
<https://itunes.apple.com/jp/app/id1361507813?ls=1&mt=8>



愛媛県 (5 言語対応)

爱媛县 (包含 5 种语言)

<https://www.pref.ehime.jp/>



Google パーソンファインダー Google person finder 寻人

可确认您的家人及朋友的安全。

<https://www.google.org/personfinder/global/home.html>



災害時の公衆無線 LAN

灾难发生时的公共无线 wifi

在灾难发生时，您可免费使用 SSID“00000JAPAN”的 wifi。

えひめ医療情報ネット (2 言語対応)

爱媛医疗情报网 (双语对应)

<https://www.qq.pref.ehime.jp/qq38/qaport/kenmintop/>



気象庁 (2 言語対応)

气象厅 (双语对应)

<https://www.jma.go.jp/jma/index.html>



● 「このカードを受け取ったら、必要に応じて、(警察署)(消防署)(避難所)(市役所)(家族・友人・知人)へ (連絡してください)(連れて行ってください)」と書いてあります。

● 「拿到这张卡片后，请根据需要说：请帮我联系 / 请带我去 +(警察局)(消防站)(避难所)(市政厅)(家人)(朋友)(熟人)。」

連絡してください
请帮我联系。

連れて行ってください
请带我去。

警察署
警察局

消防署
消防站

避難所
避难所

市役所
市政厅

電話番号 电话号码

 家族 家人	 友人 朋友	 知人 熟人
-	-	-

③ 初期灭火



请大声向周围人求救。



尽可能在火势尚未蔓延时扑灭。必要时请使用灭火器。



若火势蔓延到天花板，
则请迅速逃离。



逃离时请勿乘坐电梯。



若有烟雾，则请半蹲着逃离。

④ 火灾

119



绿色的字母部分是日语发音。
按此念即可。



● 火事ですか、救急ですか?
● Kaji desuka, kyūkyū desuka?
(是火警还是救护?)

● 火事です。
● Kaji desu.
(火警。)

● 場所はどこですか?
● Basho wa doko desuka?
(在哪里?)

● ○○○です。近くに○○○があります。
● ○○○desu.
Chikaku ni ○○○ ga arimasu.
(在○○○。在○○○附近。)

● 何が燃えていますか?
● Nani ga moete imasuka?
(什么东西在燃烧?)

● ○○○が燃えています。
● ○○○ ga moete imasu.
(○○○在燃烧。)

● 怪我や逃げ遅れた人はいませんか?
● Kega ya nigeokureta hito wa imasenka?
(有受伤和没逃出来的人吗?)

● います。/ いません。
● imasu. / imasen.
(有。/ 没有。)

● あなたの名前を教えてください。
● Anata no namae wo oshiete kudasai.
(请告诉我您的姓名。)

● 私の名前は○○○です。
● ○○○ desu.
(我叫○○○。)

● 電話番号を教えてください。
● Denwabangō wo oshiete kudasai.
(请告诉我您的电话。)

● 私の電話番号は○○○です。
● [] desu.
(我的电话号码是 ○○○○-○○○-○○○)

⑤ 表示急救·受伤的相关单词

119



绿色的字母部分是日语发音。
按此念即可。



● 火事ですか、救急ですか?
● Kaji desuka, kyūkyū desuka?
(是火警还是救护?)

● 救急です。
● Kyūkyū desu.
(救护)

● 場所はどこですか?
● Basho wa doko desuka?
(在哪里?)

● ○○○です。近くに○○○があります。
● ○○○desu.
Chikaku ni ○○○ ga arimasu.
(在○○○。在○○○附近。)

● どうしましたか?
● Dō shimashitaka?
(发生什么事了?)

● 请参考⑥
表示急救·受伤的相关词语
→ ⑥

● あなたの名前を教えてください。
● Anata no namae wo oshiete kudasai.
(请告诉我您的姓名。)

● 私の名前は○○○です。
● ○○○ desu.
(我叫○○○。)

● あなたの電話番号を教えてください。
● Anata no denwabangō wo oshiete kudasai.
(请告诉我您的电话。)

● 私の電話番号は○○○です。
● [] desu.
(我的电话号码是 ○○○○-○○○-○○○)

⑥ 表示急救·受伤的相关单词



绿色的字母部分是日语发音。
按此念即可。

● けがをしています。(受伤了。)

● Kega wo shite imasu.

● 体調が悪いです。(身体状况不好。)

● Taichō ga warui desu.

● 意識がありません。(没有意识。)

● Ishiki ga arimasen.

● 呼吸をしていません。(停止了呼吸。)

● Kokyū wo shite imasen.

● 薬を飲んでます。(有正在服用的药物。)

● Kusuri wo nonde imasu.

● アレルギーがあります。(有过敏。)

● Arerugi ga arimasu.

● 妊娠しています。(怀孕着。)

● Ninshin shite imasu.

音声翻訳アプリ「VoiceTra」

语音翻译 APP「VoiceTra」

只要对着讲话，即可翻译成您想要的语言。(包含 31 种语言)

※ 下载安卓版:
<https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.go.nict.voicetra>

※ 下载 ios 版:
<https://itunes.apple.com/jp/app/id581137577?mt=8>



7 地震



地震发生

确保自身安全

- 请躲到结实的桌子底下。
- 若周围没有桌子，则用包或靠枕保护头部。
- 远离玻璃窗及大型橱柜。
- 请勿慌乱向外逃。

摇晃停止

确保出口畅通

- 打开门窗。
- 若您刚好在宾馆或商场，则请听从工作人员的指示行动。

收到避难指示或有房屋坍塌威胁时。

请参照①
收到气象警报・市町的避难指示时 → ①

小心余震。

确认火源

- 请关好煤气。

确认可靠信息

- 请通过电视、收音机、网络、手机等获得准确可靠的信息。

请参照③
初期灭火 → ③

请参照①
小贴士 → ①

- ※不要逞强。请在确保自身安全的情况下帮助他人。
- ※若需要帮助，请立即呼救。



逃跑

- 请关好门窗。
- 关好电器、煤气、自来水阀门。
- 请带好整理好的逃生装备逃跑。
- 逃跑时请穿运动鞋等易行走的鞋子。
- 请勿乘坐电梯。
- 若地震发生时您正在开车，请立即把车停靠在路的左侧。不要拔掉钥匙。不要锁住车门。

逃生地点

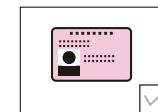
- 在灾难即将发生或已发生时，请前往避难所。
- 无论是谁，都能来此避难，直到安全。
- 若您家中已严重受灾，无法居住，则请前往避难所。
- 请尽可能在灾难发生前，提前查好附近的避难所。（如）学校、学校体育馆、公民馆、公共场所等

请参照⑧
逃生时所需携带的物品。 → ⑧

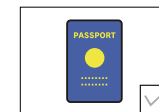
8 逃生时所需携带的物品



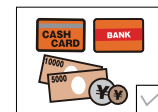
- 请尽可能将物品放入身后，并腾出两手。



● 在留卡



● 护照



● 银行卡
● 存折
● 现金

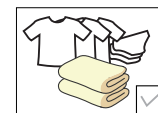
● 最好是 10 円或 100 円硬币



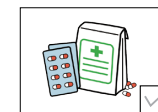
● 水 / ● 食物



● 手电筒
● 雨具



● 换洗衣物
● 毛巾



● 常备药

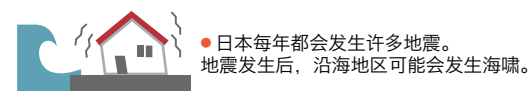


● 纸尿裤
● 卫生巾
● 餐巾纸



● 塑料袋
● 手机充电器
…等

9 大浪・海啸



- 日本每年都会发生许多地震。地震发生后，沿海地区可能会发生海啸。

- 台风来临时，海浪会变高。尤其在地震后，海面上容易起大浪。因此请勿靠近海及河川。

地震后的海啸



- 海边的居民请往高处逃生。



- 即使地面不摇晃，也有可能发生海啸。



- 海啸会反复袭来多次，切勿掉以轻心。

10 大雨・台风



大雨



- 家中有可能浸水。若雨势猛烈，则请勿靠近山河湖海等地。那里会涨水，非常危险。可能会发生山体滑坡。

台风



- 台风在夏秋季多发。并伴随有暴雨和强风。物品很可能被刮走。因此请注意安全。

请参照①
小贴士 → ①

11 收到气象警报・市町的避难指示时



- “气象警报”即：有可能发生大灾难时收到的通知。

特别警报 特别警报	有可能发生大灾难。请听从市町的指示行动。	危险度 ↑ 高 ↓ 低
警报 警报	危险。有可能发生灾难。	
注意报 注意警报	有发生灾难的可能。	
大津波警报 大海啸注意警报	请立即前往高处避难。	危险度 ↑ 高 ↓ 低
津波警报 海啸警报	请立即前往高处避难。	
津波注意报 海啸注意警报	请立即远离海边。	

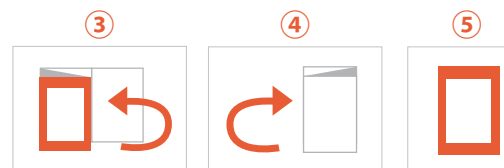
- “市町的决策”即：在重大灾害发生时，您将收到的紧急通知。

避难指示 避难指示	极其危险。请立即前往邻近避难所。	危险度 ↑ 高 ↓ 低
避难劝告 避难劝告	很危险。请在天黑前前往避难所。若家中浸水，请立即逃往 2 层以上的高处。	
避难准备 避难准备	可前往避难所。不会说日语的外国朋友，请做好逃生准备。请确认邻近避难所。	

12 紧急卡的制作方法



- 沿着虚线 (---) 对折。
- 沿着中央的虚线 (---) 对折。



- 把一半向外折。
- 把另外一半也向外折。
- 完成。

- 该卡片是为紧急情况发生时而准备，请随身携带。
- 打电话时请不要慌张，把信息传达清楚。
- 该项目由（一般财团法人）自治体国际化协会赞助。