

会说的语言

国籍

姓名



填写必要信息并随身携带
为防灾做准备，

多语言 防灾口袋指南

简体中文

会播放语音指引

播放

家人的电话号码

按 2

录音

自己的电话号码

按 1

拨打 1 7 1 电话

确认平安

告知平安

使用方法

在发生灾害，无法与家人取得联系
时可以使用

灾害用留言电话

台风、强降雨、泥石流

- 确认天气信息
- 提前收好容易被风吹走的物品
- 不外出
- 远离山川河流
- 在防灾地图上确认当前位置



收到避难指示
时请进行避难



FM Mahoroba 79.5MHz (田原本町周边)

FM Yamato 77.5MHz (中南和地区)

FM High-Ho 81.4MHz (王寺町周边)

奈良dotoFM 78.4MHz

88.5MHz (宇陀市周边) 其他

89.0MHz (五條市周边)

83.4MHz (生駒市周边)

87.4MHz (奈良市周边)

NHK-FM

广播

Android



iOS/iPhone



安全提示 (观光厅监督)

应用

避难的场所



● 避难场所

为了保护生命，紧急
情况下逃难的地方



● 避难所

因灾害不能在家中居住时，可以暂住一段
时间的地方

请通过防灾地图确认，写下附近的
避难场所

地震发生时

台风、强降雨、泥石流发生时

收集信息



防灾门户网站 (国土交通省)



灾害信息 (气象厅)



NHK 世界日本



奈良县防灾门户网站



奈良县防灾指南



奈良县外国人支援中心



网站

储备物品、避难所必带物品

- ☐ 饮用水
- ☐ 食物
- ☐ 现金
- ☐ 护照
- ☐ 在留卡
- ☐ 手电筒
- ☐ 收音机
- ☐ 充电器、充电宝 其他



※ 为防灾起见，请将
物品放在随时可以
带走的地方



地震发生时



- 躲在结实的桌子下，保护好自己
- 一旦震动平息，请关闭所有火源
(煤气、炉灶等)



确认情况后，若待在家里有
危险，请立即避难

この事業は、一般財団法人自治体国際化協会（JAICA）の助成事業により実施されています。



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

请写下其他必要事项



备忘录

紧急联系方式



● 火灾、紧急病情时



☎ 消防车、救护车

1 1 9



● 事件、事故发生时

☎ 警察

1 1 0



● 市、町、村政府的联系电话

.....

● 重要联系人 (1)

姓名

电话

与本人关系

● 重要联系人 (2)

姓名

电话

与本人关系

我的信息



住址 〒 -

电话

() -

护照号码或在留卡号码

对话工具本 ②



● 有会说中文的人吗
中国語を話せる人はいいますか？

● 请慢点说

ゆっくり話してください

● 厕所在哪里

トイレはどこですか

● 我有过敏史

アレルギーがあります

● 我有慢性病

持病があります

● 我怀孕了

妊娠しています

对话工具本 ①



● 请带我去避难所
避難所に連れて行ってください

● 请救救我

助けてください

● 我受伤了

けがをしています

● 我身体不适

体調が悪いです

● 请带我去医院

病院に連れて行ってください

● 请帮我叫救护车

救急車を呼んでください