

# I 紧急时的措施与咨询窗口

## I-1 家庭用紧急时联络电话单

报警	电话	110
呼叫消防车	电话	119
呼叫救护车	电话	119
经常就诊的医院	电话	
附近的医院	电话	
煤气泄漏	电话	
自来水修理业者	电话	
就近的关西电力公司的营业所	电话	
总领事馆・大使馆	电话	
学校・工作单位	电话	
自治会等	电话	

## I-2 紧急情况（火灾・急病・犯罪）

### 1. 火灾（☎119・可以讲英语）

发生火灾时应立刻大声通知左邻右舍的人。建筑物内如有火灾警报器（警铃）时，应迅速按响警铃。拨打 1 1 9，冷静沉着地通报发生火灾，并告知你所在的地点。火势与浓烟迅速蔓延时应立即逃离到安全的场所。

如何用日语报火警

「Kaji desu、〇〇（住所）no△△（名前）desu。」  
（着火了。地址是〇〇、我叫△△。）

「〇〇（住所）no△△（名前）desuga、tonari ga kaji desu」  
（我住在〇〇、叫△△，隔壁着火了。）

### 2. 急病、受伤等（☎119・可以讲英语）

突然生病、受伤，无法自己去医院时，可以拨打 119 叫救护车。电话、救护车是免费的，但是医院的治疗费需自己支付。救护车会根据症状、场所、时间进行判断，选择适当的医院，因此，有可能自己不能指定想去的医院。

在误服药剂或毒药时，应持所服药剂的容器或说明书立即去医院，或叫救护车。误饮误服后的应急措施，可拨打 119 进行询问。

（访日外国人救护车使用指南）

<https://www.fdma.go.jp/publication/portal/post1.html>

如何用日语拨打 119

「Kyukyusha wo onegaisimasu. 〇〇（住所）no △△（名前）desu。」  
（我要救护车，住址是〇〇，我叫△△。）

「〇〇（住所）no 〇〇（名前）desuga、△△wo kega shimashita」  
（住在〇〇（住址）的〇〇（姓名），△△受伤了。）

「〇〇（住所）no 〇〇（名前）desuga、△△ga itakute ugokemasen。」  
（住在〇〇（住址）的〇〇（姓名），△△很疼，动不了。）

「〇〇（住所）no △△（名前）desuga、chiga deteimasu」  
（住在〇〇（住址）的△△（姓名）出血了。）

### 3. 犯罪受害（☎110・可使用英语）

被卷入犯罪，或目击犯罪时应立即拨打 1 1 0 电话，与警方取得联系。发现家里或办公室有小偷来过时，应保护现场并拨打 1 1 0 电话。

如何用日语报警

「Tasukete kudasai」（请帮助我！）

「Dorobou desu」（有小偷！）

「Surini aimasita」（我遇到扒手了。）

「Nagurare mashita」（我被人打了。）

日本有防止尾随、堵截、强迫对方进行不必要的见面或交往、粗暴的言行、无声电话骚扰等受害的「防骚扰法」。类似上述骚扰的受害者可向警方进行咨询。

[大阪府警察本部防治骚扰电话 1 1 0] ☎ 0 6 - 6 9 3 7 - 2 1 1 0

同时，法律也禁止来自配偶者或恋人的暴力。

大阪府女性咨询中心在临时保护受害者的同时，也进行有关暴力的咨询及心理咨询等。

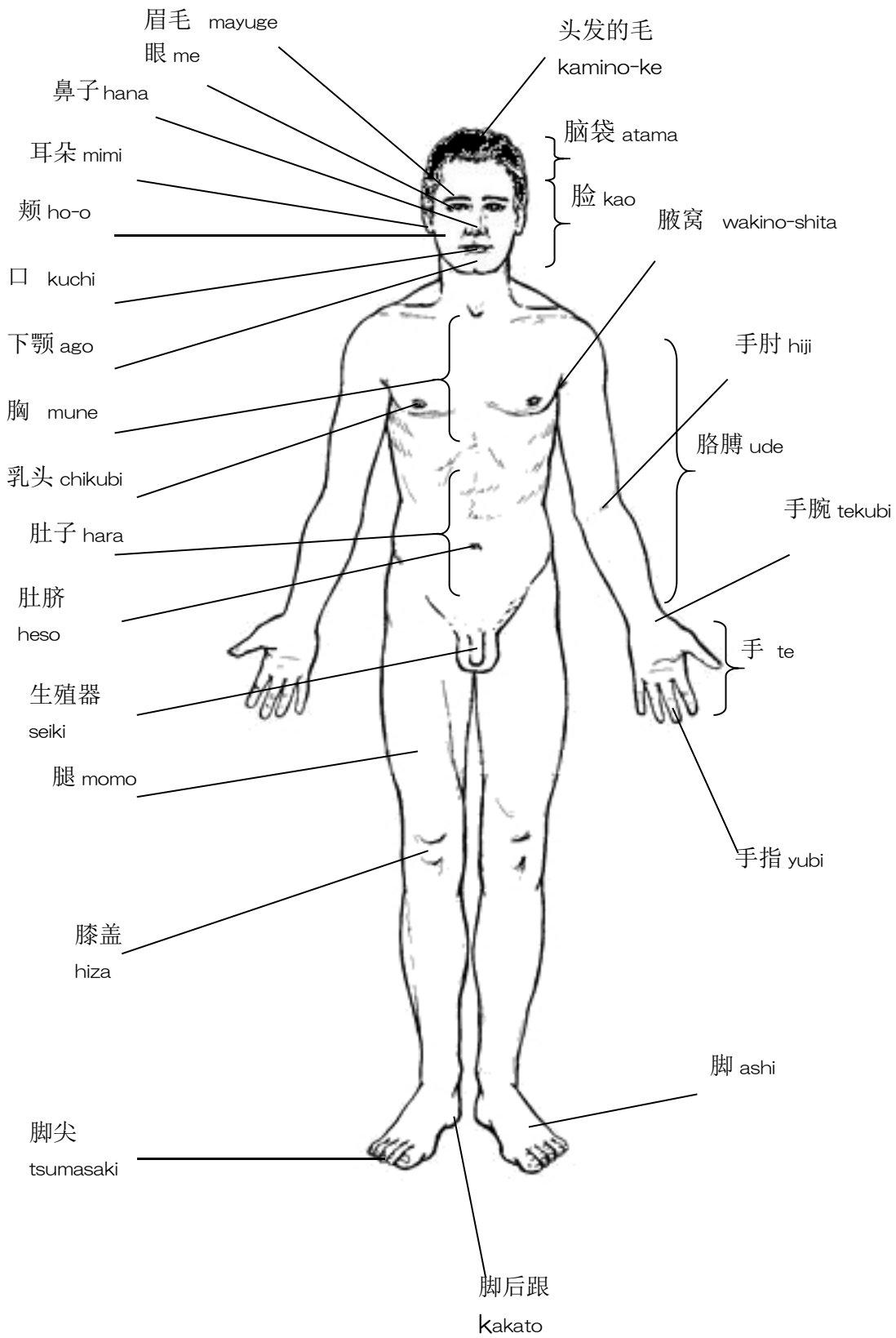
[大阪府女性咨询中心] ☎ 0 6 - 6 9 4 9 - 6 1 8 1

#### 4. 关于通报电话

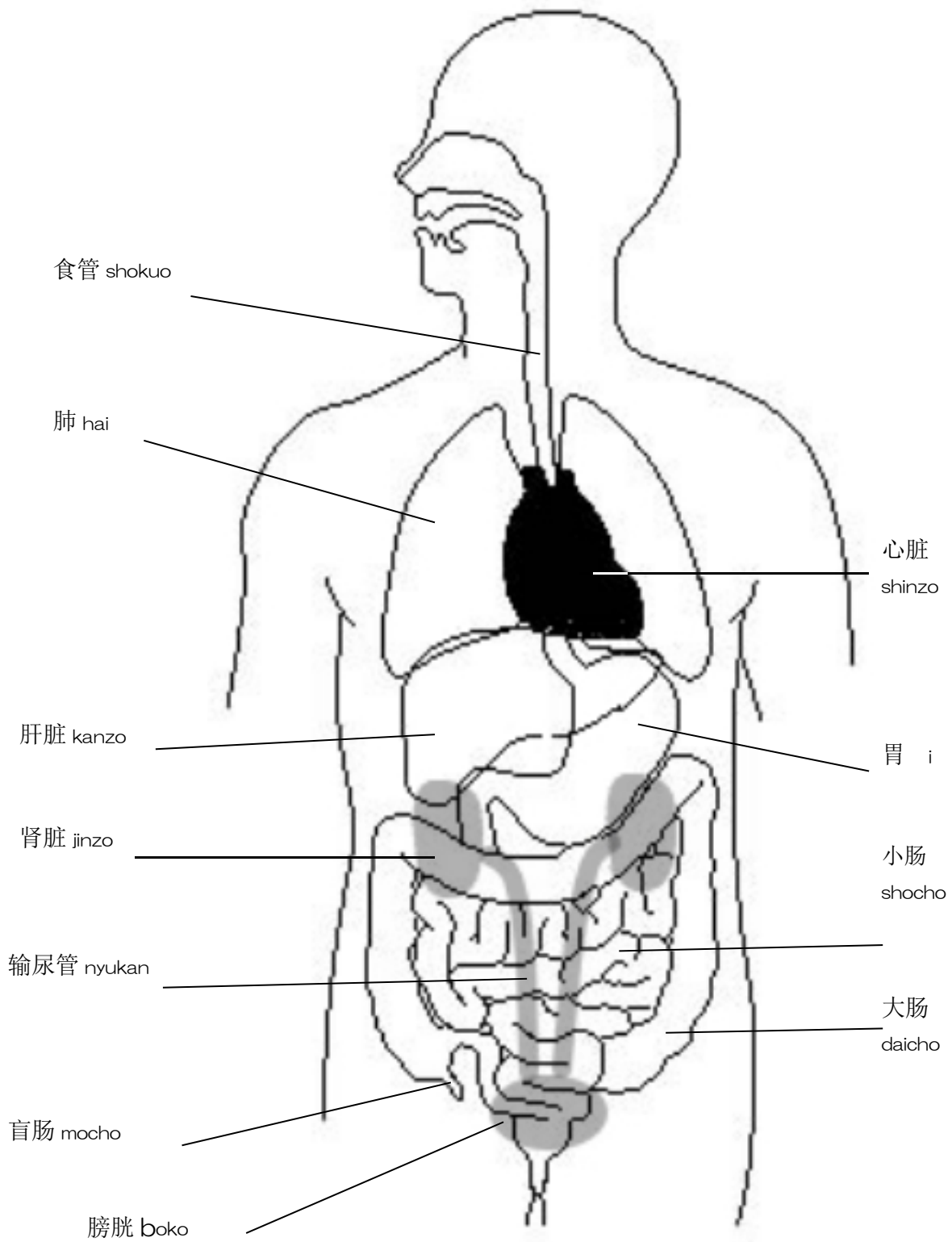
用公用电话拨打 1 1 0、1 1 9 时不需投币。拿起话筒按电话机前方的红色键。（也有一部分“无法拨打”或“使用方法不同”的电话机）

也可以用手机拨打。请按手机的 1 1 9 或 1 1 0。请务必告诉对方你所在的地点和手机号码。

## 5. 身体的部位



## 6. 内脏



## I-3 防灾准备

### 1. 台风

台风是指发生在7月到10月间的暴风雨。

#### 可能遇到的灾情

- 碰到被台风刮倒的物体而受伤。
- 因下雨而引起的泥石流、洪水。
- 房屋浸水
- 停电
- 使用电动马达抽水机给水管道的建筑物会停水。

可以通过气象信息预测台风的登陆，请注意收集气象信息。

#### 台风时的准备

- 注意电视、收音机和网络等方面的气象信息，对于台风什么时候要通过什么地方做到心中有数。
- 风雨势头强劲时不要外出。
- 准备好装有饮用水、干燥食品、手电筒、便携式收音机等备灾用品的背包。
- 事先了解附近的避难场所。

### 2. 地震

日本是世界上地震较多的国家。发生地震时，地面会剧烈晃动、家具倾倒、房屋倒塌等灾害。有时还会引发海啸。

#### 发生地震时

- ① 在家里或其它的建筑物内时---
  - 躲藏在桌子等下面，避免被上面掉下的东西砸到。
  - 晃动停息后要关掉煤气灶、取暖炉等的明火，并关掉煤气总闸
  - 打开通往外界的门，确保出口通畅。
  - 不能使用电梯
- ② 在外面时---请保护头部，避免被上面掉下来的东西砸到。不要站在墙边或屋檐下等场所。请在没有建筑物的广场等安全的地方避难。
- ③ 正在驾车时---不要惊慌，沉稳地进行安全确认后靠边停车。要注意，晃动停息后有时还会发生余震。

#### 日常生活中的防备措施

- 家具、书架等应用防止倾倒的金属零件或链子进行固定。
- 花瓶等易碎的物品不要放在架子上或寝室的枕边。
- 要准备好装有饮用水、干燥食品、手电筒、便携式收音机等避难用品的紧急避难包。

### 3. 获取关于灾害的信息

F M C O C O L O                      7 6 . 5 M H z  
N H K 电台第2广播                      8 2 8 K H z  
N H K 电台第1广播                      6 6 6 K H z  
N H K 电视台综合频道                  1 C H  
N H K 世界新闻 (BS1、BS 高级)

互联网

N H K 世界新闻

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

大阪防灾网

<http://www.osaka-bousai.net/pref/index.html>

### 4. 避难场所

避难所是指发生灾害时的避难场所。应事先对自己住宅附近的避难所进行确认。

你所在区域的避难所是：

### 5. 紧急避难时携带物品一览表

类别	检查	名称	类别	检查	名称
食品		饮用水	其他		手电筒
		干面包、罐头等应急食品			便携式收音机
生活用品		军用手套			干电池
		毛巾			蜡烛/打火机
		塑料袋			军刀
		卫生纸/湿纸巾			安全帽（防灾帽）
贵重物品		现金（零钱）			简易厕所
		手机			免洗洗发水
		存折/印章			鞋子
		健康保险卡/驾驶执照			紧急医疗药品/常备药
		护照			书写工具
		再留卡			上衣/内衣