

がいこくじんじゅうみん さいがい お ひなんしょ い
外国人住民のみなさん：災害が起こって避難所に行くとき どうしますか？

避難所についての

ガイドライン

(やさしい日本語)

避難所とは 何ですか？

-避難所とは、大きな災害（台風や地震）があつて、家にいるのが、危ないときに、みんなが行く安全な場所です。市役所の人、避難所の係の人、避難所にいる人たち、みんなで協力します。
-学校の体育館や、コミュニティセンターなどが、避難所になります。あなたの家や会社の近くで、どこが避難所になるか、調べておきましょう。また、災害の大きさによって、開設（＝開いていること）している避難所と、開設していない避難所があります。ですから、なにも災害がないときに、自分の家の近くの避難所について、調べておきましょう。

日本語がわかりません。どうしたらいいですか？

-みなさんが避難所に来て すぐの時は、通訳できる人が いないかもしれません。携帯電話を持っていたら、翻訳アプリなどを使ってください。
-同じ国の人や、日本語がわかる人がいるときは、助け合ってください。
-少し日本語がわかる人は、日本人に「少し日本語がわかります。ゆっくり話してください。」と言ってください。あなたが話すことができる言葉を、係の人に教えてください。

31言語対応 多言語音声翻訳アプリ（無料：お金はいりません）VoiceTra



避難所には誰がいますか？

-お年寄り、障がい者（体や心に病気やケガがあつて、1人で動いたりするのが大変な人）、子ども、元気な人、病気の人、ケガをしている人、日本人、外国人、いろいろな人がいます。大きな災害の時には、みんな体も心も疲れています。ですから、避難所の決まりを守って、みんなが安心できるように協力してください。
-避難所にはいろいろな人がいます。みんな生活の仕方や考え方が違いますから、わからないことがたくさんあるかもしれません。大変ですが、お互いに助けあいましょう。

食べ物や水がありません。どうしたらいいですか？

避難所では、食べ物や水、毛布などを準備しています。みなさんに渡しますので、決まりや順番を守ってください。

宗教上の理由で食べられないものがあります。お祈りは どうすればいいですか？

避難所にいる日本人は、あなたの国の文化や宗教のことを知らないかもしれません。ですから、そのことを係の人に言ってください。お祈りをしなければならない人も、そのことを係の人に言ってください。

新型コロナウイルス感染症Covid-19の予防のために何をしますか？

-避難所に行くときは、マスク、手や指のための消毒液、体温計を持って行ってください。
宗教上の理由でアルコールの入った消毒液が使えない人は、そのことを係の人に言ってください。
-避難所で熱が出たり体の具合が悪くなったりしたら、すぐに係の人に言ってください。

きんきゅう きゅうきゅう
緊急・救急メモ

ふだん さいがい かに か ひなん も い
普段のとき（災害がないとき）に、書いておきましょう。避難するとき、持って行ってください。

なまえ 名前	
くに 国	
にほんご 日本語	
あなたが話す言葉 (わかる言葉)	
けつえきがた 血液型	A / B / O / AB Rh+ / Rh- わからない
にほん じゅうしょ 日本の住所	
きんきゅうれんらくさき 緊急連絡先	TEL (名前:)
アレルギー	・ある () ・ない
じびょう くすり 持病 (薬)	
しゅうきょうじょう りゆう 宗教上の理由などで 食べられないもの	
じぶん いえ かいしゃ ちか 自分の家、会社の近くの 避難所	
その他	

■ ダウンロードURL

- ・ Android: <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>
 ・ iPhone: <https://itunes.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174?mt=8>

For Android



For iPhone



さいがい いろいろなくに ことば じょうほう
災害について いろいろな国の言葉で情報を
みることができます。携帯電話で使うことが
できます。お金はいりません。

ふだん さいがい みに
普段のとき（災害がないとき）に、見ておい
てください。