

【1】事故や災害、病気のとき

I 救急・消防／警察



(1) 救急・消防 (☎119)

火事や救急(急な病気やけが)、救助(災害などで助けてほしいとき)で救急車や消防車を呼ぶときは、「119」に電話します。

(対応言語：英語、中国語、韓国語、スペイン語、ポルトガル語など)

「119」で伝えること

- ①「火事です。」「救急です。」「救助してください。」
- ②「〇〇が燃えています。」「病気(けが)の人がいます。」
「逃げられないので助けてください。」
- ③「住所は〇〇です。」「場所は〇〇です。」
- ④電話をかけた人の名前と電話番号



(2) 埼玉県救急電話相談 (☎#7119または☎048-824-4199)

急な病気やけがで、救急車を呼ぶか迷ったときは、電話で相談できます。

(毎日24時間、子どもの症状の相談は☎#8000または☎048-833-7911)

(3) 警察 (☎110)

交通事故や犯罪があったときは、「110」に電話します。

電話では、はじめに自分の国の言葉を伝えてください。

(対応言語：英語、中国語、韓国語、ベトナム語、タガログ語など55の言語)

「110」で伝えること

- ①「〇〇語を話します。」
- ②「事故です。」「事件です。」
- ③「場所は〇〇です。」
- ④電話をかけた人の名前と電話番号



【1】发生事故、灾害或患病时

1 急救、消防 / 警察



(1) 急救、消防 (☎119)

因火灾、急救、救助需使用救护车或消防车时，请拨打“119”。

(对应语言：英语、中文、韩语、西班牙语、葡萄牙语等)

“119” 信息传达

- ① “火灾。” “急救。” “需要帮助。”
- ② “○○烧起来了。” “有人生病（受伤）了。”
“我逃不掉，帮帮我。”
- ③ “地址在○○。” “地点在○○。”
- ④ 来电人的姓名与电话



(2) 埼玉县急救电话咨询 (☎ # 7119 或 ☎048-824-4199)

突遇疾病或受伤时，若无法判断是否该呼叫救护车，请致电咨询。

(每天 24 小时、儿童症状咨询请拨☎ # 8000 或☎048-833-7911)

(3) 警察 (☎110)

发生交通事故及犯罪行为时，请拨打“110”。

来电时请先说明要使用的本国语言。

(对应语言：英语、中文、韩语、越南语、他加禄语等 55 种语言)

“110” 信息传达

- ① “○○-go o hanashimasu
(我会说○○语).”
- ② “发生事故了。” “发生案件了。”
- ③ “地点在○○。”
- ④ 来电人的姓名与电话



2

さいがい じしん たいふう
災害（地震・台風など）

(1) 地震

日本は、地震が多いです。地震のときは、揺れて物が落ちたり、火事になることがあります。揺れが止まるまで安全な場所で待ちましょう。地震の大きさや発生した場所、これから揺れが続くかは、テレビやラジオで確認しましょう。

(2) 台風・大雨

日本は、夏や秋に台風が多いです。台風は、強い風が吹き、大雨が降ります。注意報や警報が発表されたときは、外出は避けて、家の外にあるものは家の中に入れましょう。大雨が降ると道路に雨水が溜まる場合があります。また、川は水が増えて危ないので、近くに行かないでください。

(3) 防災気象情報と警戒レベル

防災気象情報は、災害の情報や、避難する（逃げる）タイミングを5つのレベルで表しています。テレビやラジオ、市役所のホームページで発表されます。よく確認して行動しましょう。

けいかい 警戒 レベル	ひなん じょうほう 避難情報	こうどう あなたの行動
1	そうきちゅういじょうほう 早期注意情報	きしょうじょうほう かくにん ひなんじゅんび はじ 気象情報などを確認して、避難準備を始めましょう。
2	ちゅういほう 注意報 おおあめ こうずいちゅういほう (大雨・洪水注意報)	ひなん ばしょ ひなん ばしょ 避難場所と避難場所への い かた かくにん 行き方を確認しましょう。  
3	こうれいしゃとう ひなん 高齢者等避難	こうれいしゃ ひなん じかん 高齢者や避難に時間のかかるひとは、避難を始めましょう。
4	ひなんしじ 避難指示 ぜんいんひなん (全員避難)	きけん くいき す ひと 危険な区域に住んでいる人や、 きけん かん ひと 危険を感じる人は、すぐに ひなん ばしょ い 避難場所へ行きましょう。 ※外に出ることが危険なときは、 いえ なか あんぜん ばしょ 家の中の安全な場所にいましょう。 
5	きんきゅうあんぜん かくほ 緊急安全確保 さいがいはいっせい (災害発生)	いのち きけん じょうきょう いのち まも いちばんよ おも 命が危険な状況です。命を守るために、一番良いと思う こうどう 行動をとりましょう。

2 灾害（地震、台风等）



(1) 地震

日本是地震多发国家。地震的震动可能会导致物体掉落及火灾等。地震摇晃过程中请务必待在安全的场所。请通过电视或广播等确认地震震级、发生位置及持续时间。

(2) 台风、暴雨

日本夏秋两季多台风。台风会带来强风及强降雨。收到提醒及警报时，应避免外出，并将屋外的物品收入家中。雨后道路可能会有积水。此外，河流水位上升也较为危险，因此切勿靠近。

(3) 防灾气象信息与警戒级别

防灾气象信息将灾害信息及避难时机分为 5 个等级。具体信息将发布在电视、广播及市政厅官网上。请仔细确认后再采取行动。

警戒级别	避难信息	应采取的行动
1	预警概率	确认气象信息等，进行避难准备。
2	注意报 (暴雨、洪水注意报)	请确认前往避难所与避难场所的方法。  
3	老年人等进行避难	老年人等避难较为耗时的人群可开始避难。
4	避难指示 (全员避难)	居住于危险区域及察觉到危险的居民请速速前往避难场所。 ※ 外出存在危险时，请待在家中的安全场所。 
5	紧急安全措施	危及生命的情况。以生命安全为第一考量，基于自身判断采取最佳行动。

(4) 八潮市洪水地震ハザードマップ(危機管理防災課 ☎内線305)

避難所・避難場所(地震や台風などの災害が起きたときに逃げる場所)を確認できます。

外国語版(英語、中国語、ベトナム語)は、市役所のホームページで見ることができます。

(5) 災害情報アプリ「Safety tips」QR①

日本の緊急地震速報、津波警報、気象特別警報などを知らせるアプリです。

(対応言語: 英語、中国語、ベトナム語など14の言語)

(6) 防災行政無線テレホンサービス(☎0120-840-225)

災害など緊急のときに住民に情報を伝えるため、放送することがあります。放送が聞こえなかったときに電話すると、放送を聞くことができます。

(7) 災害が起きたときのために準備するもの

食料品	☐ 水 ☐ 缶詰、レトルト食品 ☐ インスタント食品、ビスケット類 ☐ 粉ミルクまたは液体ミルク(乳児がいる場合) など
燃料	☐ カセットコンロ ☐ ガスボンベ
照明	☐ 懐中電灯など電池や火で点く明かり
生活用品	☐ ごみ袋 ☐ ウエットティッシュ ☐ 軍手 ☐ マスク ☐ いつも飲んでいる薬 ☐ タオル ☐ 携帯用トイレ・おむつ ☐ 生理用品 ☐ ばんそうこうや消毒液などの医薬品 ☐ トイレットペーパー、ティッシュペーパー ☐ 服や下着、くつ ☐ 携帯電話の充電器 など
貴重品	☐ お金 ☐ 保険証 ☐ 銀行の通帳、印鑑(判子) など

3 医療(病気・けが)



(1) 医療機関(病院)

医療機関には、日常でよくかかる病気や軽傷の患者の診療を行う

「診療所(クリニック、医院)」と、重症な患者にも対応できる

「病院」があります。



(4) 八潮市洪水地震灾害危害度地图（危机管理防灾课 ☎内线 305）

可确认避难所、避难场所。

外语版本（英语、中文、越南语）可查阅市政厅官网。

(5) 灾害信息应用软件“Safety tips”

通知日本经济地震速报、海啸警报、气象特别警报等信息的应用软件。

（对应语言：英语、中文、越南语等 14 种语言）

(6) 防灾行政无线电话服务（☎0120-840-225）

发生诸如灾难等紧急情况时，将通过广播向居民传达信息。

若您未听到广播，可拨打电话再听一遍广播。

(7) 灾难发生时的必备物资

食物	☐ 水 ☐ 罐头、加热即食食品 ☐ 速食品、饼干类 ☐ 奶粉或液体奶（有婴幼儿时）等
燃料	☐ 卡式炉 ☐ 气罐
照明	☐ 照明灯、LED 手提灯
生活用品	☐ 垃圾袋 ☐ 湿纸巾 ☐ 劳动手套 ☐ 口罩 ☐ 常备药 ☐ 毛巾 ☐ 便携式厕所、纸尿裤 ☐ 卫生巾 ☐ 创可贴、消毒液等医药品 ☐ 卫生纸、纸抽 ☐ 衣服、内衣、鞋 ☐ 手机充电器 等
贵重物品	☐ 现金 ☐ 保险证 ☐ 银行存折、印鉴 等

3 医疗（生病、受伤）**(1) 医疗机构（医院）**

医疗机构分为诊疗日常常见疾病的“诊疗所（诊所、门诊）”以及接收重症患者的“医院”。



じゅしん ほうけんしょう かにゆう こうてきいりょうほけん ひほけんしゃしょう いりょうきかん み
受診するときは、保険証（加入している公的医療保険の被保険者証）を医療機関に見せてください。

じびょう の くすり いし つた
持病やいつも飲んでいる薬があったら、医師に伝えてください。

しょうじょう からだ ばしょ しんりょうか わ しんりょうか いりょうきかん
症状や身体の場所によって、診療科が分かれています。診療科がわからないときは、医療機関に
かくにん
確認してください。

ないか 内科	かぜ 風邪、インフルエンザ、発熱、頭痛、めまい、胸痛、腹痛、下痢、 おうと 嘔吐、咳、アレルギーなどの症状	はつねつ ぜき しょうじょう	ずつう しょうじょう	きょうつう ふくつう げり
しょうにか 小児科	こ 子ども専門の内科	じび いんこう か 耳鼻咽喉科	みみ はな のど 耳・鼻・喉の症状	しょうじょう
ひふ か 皮膚科	はだ 肌の症状	がんか 眼科	め 目の症状	しょうじょう
しか 歯科	は 歯の症状	せいけい げか 整形外科	ほね すじ しんけい 骨や筋、神経などの症状	しょうじょう

ほか げか さんか ふじんか せいしんか しんりょうないか ひにょうきか こきゅうきか
※この他、外科、産科・婦人科、精神科、心療内科、泌尿器科、呼吸器科、
しょうかきか
消化器科などがあります。

(2) 医療情報提供システム QR②

がいこくご じゅしん びょういん さが
外国語で受診できる病院を探すことができます。



(3) 休日診療（八潮市立保健センター ☎048-995-3381）

い いりょうきかん やす にちようび きゅうじつ
いつも行っている医療機関が休みになる日曜日や休日に、
かんじゃ しんさつ しんりょう おこな
患者の診察・診療を行います。

やしお しりつ きゅうじつ しんりょうじよ 八潮市立休日診療所 ☎048-995-3383			
ばしょ 場所	やしお しりつ ほけん ない やしお し やしお はつちようめ ばんち 八潮市立保健センター内（八潮市八潮八丁目10番地1）		
じかん 時間	にちようび しゅくじつ ふりかえきゅうじつ ねんまつ ねんし がつ にち がつ か 日曜日、祝日、振替休日、年末年始（12月31日～1月3日） 10：00～12：00、14：00～16：00		
しんりょうないよう 診療内容	ないか しょうにか 内科、小児科		

きゅうじつしんりょう じゅしん い いりょうきかん じゅしん
※休日診療を受診したあと、いつも行っている医療機関を受診してください。

(4) 検査、健康診断（八潮市立保健センター ☎048-995-3381）

しやくしよ けんさ けんこうしんだん やしお しりつ ほけん ていきてき じぶん からだ けんさ
市役所では、がんの検査や健康診断などを行っています。定期的に自分の体を検査することで、
びょうき はや はっけん ちりよう からだ いた くる けんこうしんだん
病気を早く発見し治療することができます。体が痛いときや苦しいときは、健康診断ではなく
いりょうきかん じゅしん
医療機関を受診してください。

就诊时，请向医疗机构出示“保险证（所参加的公共医疗保险的被保险人证明）”。

若有任何基础病或常用药物，请告知医生。

根据不同症状及身体部位，分为不同的诊疗科目。若您无法分辨自己该去哪个科室就诊，请与医疗机构确认。

内科	感冒、流感、发烧、头痛、头晕、胸痛、腹痛、腹泻、呕吐、咳嗽、过敏等症状		
儿科	儿童内科	耳鼻咽喉科	耳、鼻、喉的症状
皮肤科	皮肤的症状	眼科	眼部的症状
牙科	牙齿的症状	整形外科	筋骨、神经等的症状

※ 其他还包括外科、妇产科、精神科、心理科、泌尿科、呼吸科、消化科等。

(2) 医疗信息提供系统 QR②

可寻找接受外语就诊的医院。

(3) 休日诊疗（八潮市立保健中心 ☎048-995-3381）

患者常去的医疗机构因星期日及节假日休息时，可为其提供检查、诊疗服务。



八潮市立休日诊疗所 ☎048-995-3383	
地点	八潮市立保健中心内（八潮市八潮八丁目 10 番地 1）
时间	周日、节假日、调休日、年初年末（12 月 31 日 ~ 1 月 3 日） 10:00~12:00、14:00~16:00
诊疗	内科、儿科

※ 进行休日诊疗后，请前往常去的医疗机构就诊。

(4) 检查、健康检查（八潮市立保健中心 ☎048-995-3381）

市政厅正在开展癌症检查及健康检查等。通过定期体检可早期发现并治疗疾病。当身体疼痛或难受时，请前往医疗机构就诊，切勿选择健康检查。