

さいがいよう
災害用

いた ばし く
板 橋 区

コミュニケーション支援ボード

Communication Support Board

交流支援板

커뮤니케이션 지원보드

ぐたいてき

「具体的に」

「ゆっくり」

「わかりやすく」

はな

話してください

ゆび

イラストを指さしして

いし

かくにん

意思を確認します

作成：板橋区

協力：公益財団法人 明治安田こころの健康財団

セイフティーネットプロジェクト横浜

一般社団法人 板橋区聴覚障害者協会

いちらん ページ一覽

なまえ じゅうしょ しょうめいしょ
名前・住所・証明書・
 かぞく はいりよ
家族など、配慮して
ほしいこと

1・2ページ



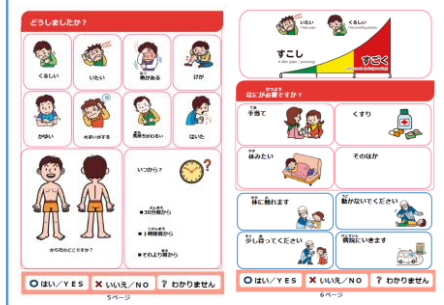
ようけん じびょう
用件・持病・
 あれるぎー
アレルギーのこと

3・4ページ



しょうじょう ひつよう はいりよ
症状・必要な配慮の
こと

5・6ページ



さくいん

行	日本語	ページ	行	日本語	ページ
あ	あ あなたのこと	1	た	た 食べたい	4
	あ あなたの家族のこと	2		た で 電話をしてください	4
	あ あなたと一緒に暮らしている人	2		た と トイレに行きたい	4
	あ アレルギーがある	2		た ど どうしましたか？	5
い	い 1時間前から	5	な	な 何か証明書はお持ちですか？	1
	う 動かないでください	6		な なにが必要ですか？	6
	お 教えてください	4		な に 妊娠している	2
か	か 書いてください	4	ね 熱がある	5	
	か からだのどこですか？	5	の 飲んでる薬がある	2	
	か 体に触れます	6	は 配慮してほしいことはありますか？	2	
さ	き 気持ちが悪い	5	は	ひ 避難所受入カードをつくります	1
	さ 30分前から	5		ひ 避難者名簿に名前を公開してもよいですか？	2
	し 障がいがある	2	ま	び 病院に行きます	6
	じ 持病がある	2		み お水を飲みたい	4
	す 少し待ってください	6	や	め めまいがする	5
	そ そのほか→病気の名前をおしえてください	3		よ ご用件はなんですか？	4
そ そのほか→なにかおしえてください	3	ら	れ 連絡がつかない家族はいますか？	2	

行	日本語	ページ	行	日本語	ページ	行	日本語	ページ
あ	あ アレルギー	3	か	く くるしい	5	さ	せ 精神疾患	3
	あ あつい (暑い)	4		く くすり	6		そ そのほか	2、6
	い いたい	5		け 健康保険証	1		そ そば	3
	い いつから？	5		け けが	5		そ それより前から	5
	う 運転免許証	1		こ こども	2			
	え えび	3		こ 高血圧	3	た	た 卵	3
	お お父さん・夫	2		こ 小麦	3		て てんかん	3
	お お母さん・妻	2		さ さむい (寒い)	4		て 手当て	6
	お おじいさん	2		ざ 在留カード	1		で 電話番号	1
	か	お おばあさん		2	し 障害者手帳	1	と 糖尿病	3
か 肝炎		3	し 心臓病	3	な	な 名前	1	
か かに		3	じ 住所	1		ね 年齢 (何歳ですか?)	1	
か かゆい		5	じ 人工透析	3		の 脳卒中	3	
か がん		3	じ 持病	3	は はいた	5		
き 兄弟・姉妹		2	す すこし	6	は	ば パスポート	1	
ぎ 牛乳		3	す すごく	6		び ビーナッツ	3	

避難所受入カードをつくります

Make Shelter Card

制作避難所接收卡

피난소 수용 카드를 만듭니다.

あなたのこと

About YOU

您的基本情况

당신의 대해서

なまえ

名前

Name

姓名
이름



ねんれい なんさい

年齢（何歳ですか？）

Age (How old are you?)

年齢（几岁？）

연령(몇살입니까?)

でんわばんごう

電話番号

Phone Number

电话号码
전화번호



じゅうしょ

住所

Address

地址
주소



しょうめいしょ も

証明書はお持ちですか

Do you have any ID?

您有带什么证件吗？

증명서는 가지고 있습니까?



しょうがいしゃてちょう

障害者手帳

Disability Certificate/booklet

残疾人手册

장애인 수첩



うんてんめんきょしょう

運転免許証

Driver's License

驾驶证

운전면허증



けんこうほけんしょう

健康保険証

Health Insurance Card

健康保险证

건강보험증



ぱすぽーと

パスポート

Passport

护照

여권



ざいりゅう

在留カード

Residence Card

在留卡

재류카드

○ はい / YES


✕ いいえ / NO

? わかりません

かぞく
あなたの家族のこと
About Your Family
您的家庭成员情况
당신의 가족의 대해서

いっしょ く ひと
あなたと一緒に暮らしている人
About person who lives with you
和您共同生活的家庭成员
당신하고 같이 살고 있는 사람

とう おっと
お父さん・夫
Father/Husband
父亲・丈夫
아버지・남편



かあ つま
お母さん・妻
Mother/Wife
母亲・妻子
어머니・아내



きょうだい しまい
兄弟・姉妹
Brother(s)
/Sister(s)
兄弟・姐妹
남자형제・
여자형제



おじいさん
Grand Father
祖父
할아버지



おばあさん
Grand Mother
祖母
할머니



こども
Child/Children
孩子
자녀



れんらく かぞく
連絡がつかない家族はいますか？
Do you have any family members who you cannot contact with?
有联系不上的家人吗？
연락이 안 되는 가족 있어요?

ひなんしゃめいぼ なまえ こうかい
避難者名簿にあなたの名前を公開してもよいですか？
May we release your name to the public by the shelter's list?
可以公开避难者名单吗？
피난자 명단을 공개해도 될까요?

はい／YES **いいえ／NO** **？ わかりません**

はいりよ
配慮してほしいことはありますか？
Do you have any particulars we need to consider?
有什么想要特别关照的事吗？
특별한 관리가 필요하신가요?

しょう
障がいがある
I have a disability.
有残疾 / 장애가 있다.

にんしん
妊娠している
I am pregnant.
怀孕了 / 임신하고 있다.

の くすり
飲んでる薬がある
I am taking medicine.
有药在服用 / 먹는 약이 있다.

じびょう
持病がある
➡ 3 ページ

あれるぎー
アレルギーがある
➡ 3 ページ

そのほか
Others
其他 / 그외

じびょう
持病

Chronic Diseases

慢性疾病/老毛病

지병

こうけつあつ
高血圧
High Blood Pressure
/Hypertension
高血圧
고혈압

とうによびょう
糖尿病
Diabetes (mellitus)
糖尿病
당뇨병

がん
Cancer
癌症
암

のうそっちゅう
脳卒中
Stroke
脳中风
뇌졸중

しんぞうびょう
心臓病
Heart Disease
心脏病
심장병

てんかん
Epilepsy
癲癇
간질

かんえん
肝炎
Hepatitis
肝炎
간염

せいしんしっかん
精神疾患
Mental Illness
精神疾病
정신질환

じんこうとうせき
人工透析
Dialysis
人工透析
인공투석

びょうき なまえ
そのほか ⇒ **病気の名前をおしえてください**
Others→Please let us know your illness.
其他→请把病名告诉我
기타→질병의 이름을 가르쳐 주세요.

アレルギー

About Food Allergy

过敏

알레르기

たまご
卵
Eggs
鸡蛋
달걀

アレルギー



こむぎ
小麦
Wheat
小麦
밀가루



ぎゅうにゅう
牛乳
Milk/Milk Products
牛奶
우유

アレルギー



ピーなッツ
ピーナッツ
Peanuts/Nuts
花生
땅콩

アレルギー



そば
Soba/Buckwheat
noodles
荞麦
메밀



えび
Shrimp/shellfish
虾
새우

アレルギー



かに
Crab/shellfish
螃蟹
게

アレルギー



そのほか ⇒
あなたのアレルギーをおしえてください
Others→Please let us know your food allergy.
其他→有什么请说一下
기타→다른 알레르기가 있으면 가르쳐 주세요.

○ はい / YES

✕ いいえ / NO

? わかりません

ようけん なん
ご用件は何ですか？

How may I help you?
您有什么需求吗？

어떤 용건이 있습니까?

おしえてください



Please let me know.
请告诉我
가르쳐 주세요.

か
書いてください



Please write it down.
请写下来
써 주세요.

みず の
お水を飲みたい



I want to drink water.
想喝水
물을 마시고 싶어요.

た
食べたい



I want to eat.
想吃东西
먹고 싶어요.

といれ
トイレにいきたい



I want to go to the restroom.
想上卫生间
화장실에 가고 싶어요.

でんわ
電話をしてください



Please call.
请打电话
전화를 해 주세요.

そうだん
相談したい



I want to talk to you.
想咨询一下
상담하고 싶어요.

あつい



I feel hot.
热
덥다.

さむい



I feel cold.
冷
춥다.

○ はい / YES

✕ いいえ / NO

? わかりません

どうしましたか？

Are you okay?

您怎么了？ 무슨 일이십니까?



くるしい

Tightness / Squeezing

难受
고통스러워요.



いたい

Pain / Hurt

疼痛
아퍼요.



ねつ
熱が
ある

Have high fever

发烧了
열이 있어요.



けが

Injury

受伤
부상



かゆい

Itching

痒
가려워요.



めまいが
する

Dizzy

头晕
현기증이 나요.



きも
気持ちが
わるい

Feel sickness

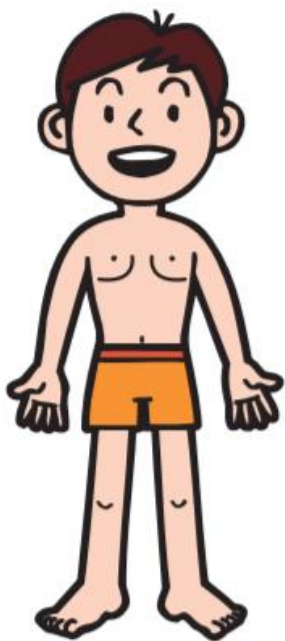
恶心
속이 안 좋아요.



はいた

Throw up / Vomiting

吐了
토했어요.



からだのどこですか？

Which part of your body?

身体的哪个部位？
몸의 어디 입니까?

いつから？

Since when?

从什么时候开始的？
언제부터예요?



ぷんまえ
■ 30分钟前から
30 minutes ago
半小时之前开始的
30분전부터

じかんまえ
■ 1時間前から
1 hour ago
1小时之前开始的
1시간전부터

まえ
■ それより前から
Long time ago
在那之前就开始了
그것보다 전에

○ はい / YES

✗ いいえ / NO

? わかりません



いたい
I feel pain.
疼痛
아퍼요.



くるしい
I feel something pressing
难受
고통스러워요.

すこし

Slight A little (pain / pressing)
有点
약간

すごく

Very much (pain/pressing)

Severe
非常
몹시

0 1 2 3

ひつよう
なにが必要ですか？

What do you need?

您需要什么吗？ 뭐가 필요합니까?

てあ
手当て

Treatment

治疗
수당



くすり

Medicine

药
약



やす
休みたい

Want to rest.

想休息一下
쉬고싶어요.



そのほか

Others

此外
그외

からだ ふ
体に触れます

I am going to touch
your body.

轻微触摸一下受伤部位
몸에 닿아요.



うご
動かないでください

Do not move
/Stay still.

请不要动
움직이지 말아 주세요.



すこ ま
少し待っててください

Please wait for a second.

请稍等一下
조금만 기다려 주세요.



びょういん
病院にいけます

We'll take you to
the hospital.

去医院
병원에갑니다.



○ はい / YES

✕ いいえ / NO


? わかりません


0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10


わ	ら	や	ま	は	な	た	さ	か	あ
	り		み	ひ	に	ち	し	き	い
を	る	ゆ	む	ふ	ぬ	つ	す	く	う
	れ		め	へ	ね	て	せ	け	え
ん	ろ	よ	も	ほ	の	と	そ	こ	お

が	ぎ	ぐ	げ	ご	ざ	じ	ず	ぜ	ぞ
だ	ぢ	づ	で	ど	ゃ	ゅ	ょ	っ	ー
ば	び	ぶ	べ	ぼ	ぱ	ぴ	ぷ	ぺ	ぽ

A B C D E F G H I J
K L M N O P Q R S
T U V W X Y Z .

 はい / YES

 いいえ / NO

 わかりません

筆談ボードとしてご利用ください

水性ペンやホワイトボードマーカーで書いたり消したりできます

