

# KUROSHIO STYLE

PEOPLE THRIVE,  
NATURE THRIVES,  
THE COMMUNITY THRIVES.

# DISASTER PREVENTION HANDBOOK

防災手冊 / 防災ハンドブック



KUROSHIO TOWN  
黒潮町 / 黒潮町

# As you travel, an alarm suddenly blares.

當你正在旅行時，警報聲突然響起。

あなたが旅行をしていると、突然、警報音が響き渡る。

A massive wave surges from the sea. Sirens wail as people rush across the shore.

A language barrier, an approaching crisis.

—Kuroshio Town faces the risk of tsunamis,  
but preparedness can save lives.

This handbook is filled with essential knowledge to stay safe in Kuroshio Town.

It is your "Compass to Safety." In times of crisis, it will be the key to protecting your life.

巨浪從海上襲來，警報聲響起，人們奔跑穿越沙灘。

語言的障礙，迫在眉睫的危機。

—黑潮町雖處於海嘯風險之中，然而只要事先做好準備，便能守護寶貴的生命。

本手冊匯集了在黑潮町確保安全的必要知識。

這是您的「安全指南」，在緊急時刻，它將成為保護生命的關鍵。

海から押し寄せる巨大な波。

サイレンが響き、人々が砂浜を駆け抜ける。

言葉の壁、迫る危機。

—黒潮町は津波のリスクを抱えているが、備えがあれば命を守れる。

この手帳には黒潮町で安全を確保する知識が詰まっている。

これは「安全へのコンパス」。

いざという時、あなたの命を守る鍵となる。



# Table of Contents

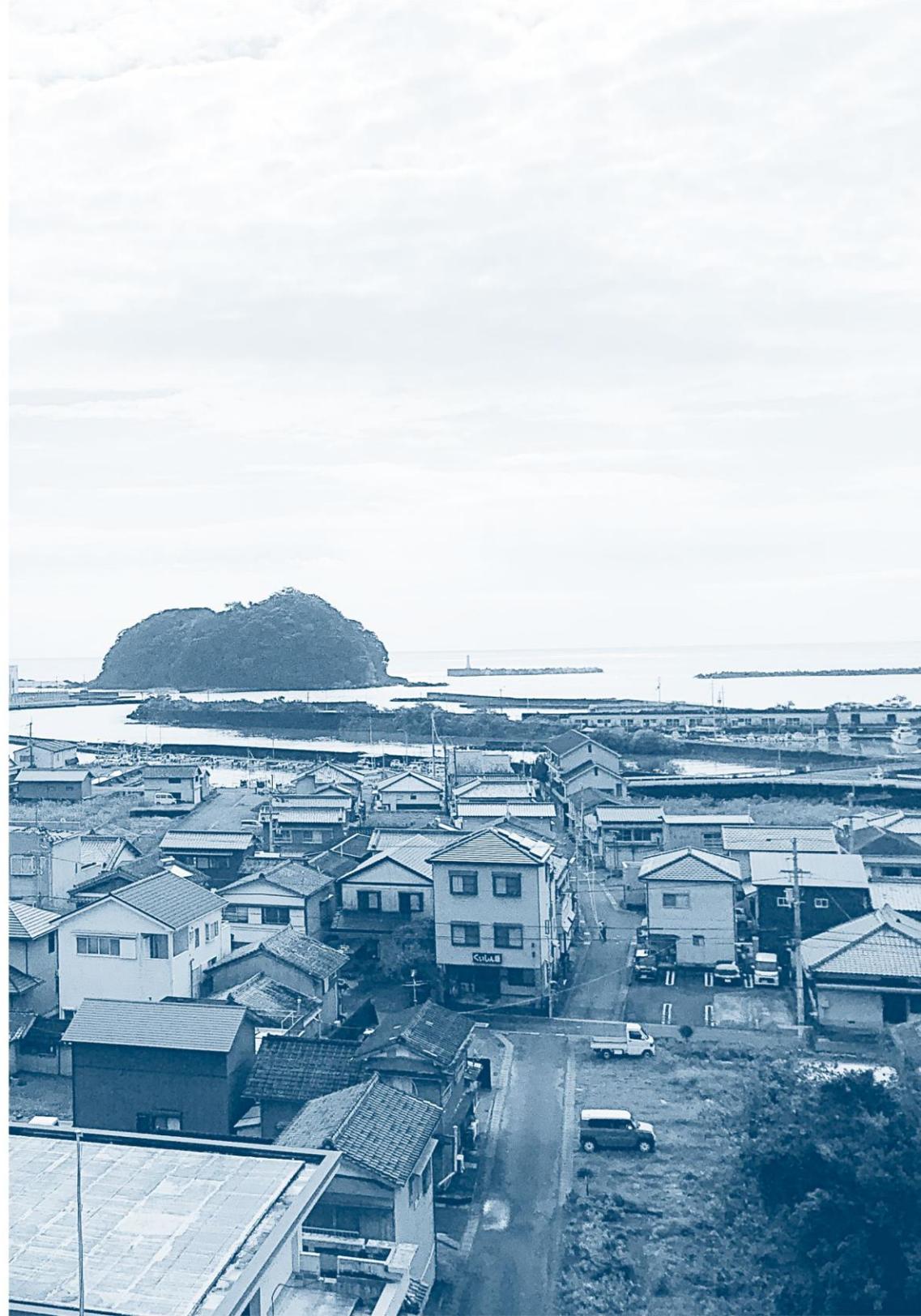
## 目録 / 目次

<b>01</b>	Rules for Staying in Kuroshio Town 在黒潮町停留時的4條規則 黒潮町滞在中の4つのルール	<b>p07</b>	<b>07</b>	Evacuation Routes 避難路線 避難ルート	<b>p33</b>
<b>02</b>	Information Sites and Contacts During Disasters 災害時的資訊網站與聯絡方式 災害時の情報サイト・連絡先	<b>p09</b>	<b>08</b>	How to Greet Japanese People Guide 簡單問候日語指南 地元の人へ声のかけ方ガイド	<b>p41</b>
<b>03</b>	Packing List 攜帶物品清單 持ち物リスト	<b>p11</b>	<b>09</b>	Disaster Management Radio Broadcast / Public Announcement 防災廣播系統／政府公告廣播 防災行政無線、告知放送	<b>p45</b>
<b>04</b>	Useful Apps 實用應用程式 役立つアプリ	<b>p17</b>	<b>10</b>	Rules at Evacuation Shelters 避難場所的規則 避難場所でのルール	<b>p55</b>
<b>05</b>	Tsunami Tendenko 海嘯來襲各自逃 津波てんでんこ	<b>p19</b>	<b>11</b>	Communication Sheet 溝通表 コミュニケーションシート	<b>p65</b>
<b>06</b>	Evacuation Flow 避難流程 避難のフロー	<b>p29</b>	<b>12</b>	Embassy Contact Details 各國大使館聯絡方式 各国大使館連絡先	<b>p109</b>

# Disaster Related Information

災難相關資訊

防災関連情報



# 01

## Rules for Staying in Kuroshio Town

在黑潮町停留時的4條規則

黒潮町滞在中の4つのルール

Rules We Ask Visitors to Follow in Kuroshio Town.

訪問黒潮町時請遵守的4條規則。

黒潮町を訪れる方へお願いしたい4つのルールです。

Ku

Keep it clean! Take your trash with you and keep the surroundings tidy.  
保持清潔！垃圾請帶走，並保持周圍乾淨。

<

**クリーンに保とう！  
ゴミは持ち帰り、周囲をきれいに。**

Ro

No street parking! Park in designated areas to avoid blocking evacuation routes.  
禁止路邊停車！請停在指定地點，以免妨礙避難。

ろ

**路上駐車はやめましょう！  
避難の妨げにならないように  
指定の場所へ！**

Shi

Please be mindful not to make excessive noise.  
請在此保持安靜行動，共同維護地區安全。

し

**しずかな足音で行動を！  
過度な騒音は立てないように  
ご配慮をお願いします。**

O

Be considerate when taking photos! Respect people's privacy.  
拍攝回憶照片時請注意隱私權！

お

**おもいでの写真撮影は  
プライバシーにご配慮を  
お願いします。**

# 02

## Information Sites and Contacts During Disasters

災害時的資訊網站與聯絡方式

災害時の情報サイト・連絡先

A list of disaster information websites and contact numbers.

災害時的資訊網站與聯絡方式一覽。

災害時の情報サイト・連絡先の一覧です。



**NHK (Multilingual)**

**NHK (多言語)**

[https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/multilingual\\_links/](https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/multilingual_links/)



**Cabinet Office (English)**

**内閣府 (英語) / 内閣府 (英語)**

<https://www.bousai.go.jp/index-e.html>



**Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism Disaster Portal (Multilingual)**

<https://www.mlit.go.jp/river/bousai/bousaiportal/en/index.html>



**国土交通省 災害門戶網站 (多語言)**

<https://www.mlit.go.jp/river/bousai/bousaiportal/tw/index.html>



**国土交通省 災害ポータル (多言語)**

<https://www.mlit.go.jp/river/bousai/bousai-portal/index.html>



**Japan Meteorological Agency (Multilingual)**

**中央氣象局 (多語言) / 氣象庁 (多言語)**

<https://www.jma.go.jp/jma/indexe.html>



**Kochi Prefecture (Japanese)**

**高知縣 (日本語) / 高知県 (日本語)**

<https://www.pref.kochi.lg.jp/sonaeportal2/earthquake/feature.html>



**Kuroshio Town (Japanese)**

**黒潮町 (日本語) / 黒潮町 (日本語)**

<https://www.town.kuroshio.lg.jp/pb/cont/bousai-taisin/5529>

# 03

## Packing List

攜帶物品清單

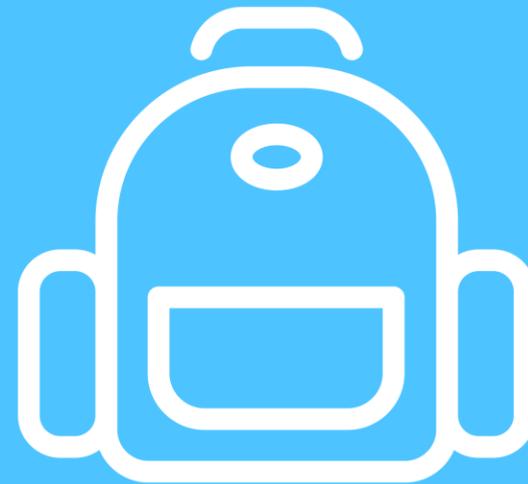
持ち物リスト

---

A list of items you should take with you in case of evacuation.

避難時應攜帶的物品清單。

避難の際に持って行っていただきたいもののリストです。



# Stay Safe in Kuroshio Town; Be Prepared for Disasters

在黑潮町安心旅行的防災準備措施

黒潮町で安心して過ごすための防災の備え

In Japan, natural disasters such as earthquakes, typhoons, and tsunamis can occur. These events may disrupt essential utilities such as electricity and water. Kuroshio Town's evacuation shelters have emergency supplies including food and water, as shown to the right page. However, supplies are limited, and priority is given to local residents. To help you stay safe and prepared, we introduce an emergency packing list on the next page, so you can be ready.

在日本，可能會發生地震、颱風、海嘯等自然災害。這些災害可能會影響電力和自來水等基本生活設施。黒潮町の避難所備有右頁所示的食物和水等備蓄品。但由於數量有限，將優先提供給當地居民。為了讓您能夠安心度過，我們提供旅客可以事先準備的緊急攜帶物品清單。

日本では地震や台風、津波などの自然災害が発生することがあります。その影響で電気や水道などのライフラインが途絶える場合もあります。黒潮町の避難所には、右ページにあるような食料や水などの備蓄がありますが、数に限りがあり、まずは地域の方々が優先されます。安心して過ごせるよう、旅行者の方も事前に準備できる非常用持ち物リストをご紹介します。

## Supply Food List

備蓄食材清單 / 備蓄食材リスト

- Water / 水 / 水
- Canned Food / 罐頭食品 / 缶詰
- Emergency rice / 即食乾燥飯 / アルファ米

## Equipment and Materials List

資機材清單 / 資機材リスト

- Rescue Sheet / 救援毯 / レスキューシート
- Blue Sheet / 防水布 / ブルーシート
- Stretcher / 擔架 / 担架
- First Aid Kit / 急救包 / 救急セット
- Safety Rope / 安全繩 / トラロープ
- Handcart / 手推車 / リヤカー
- Generator (Propane) / 發電機 (液化瓦斯) / 發電機 (プロパン)
- Gas Cylinder (for Generator) / 瓦斯鋼瓶 (發電機用) / ガスボンベ (發電機用)
- Tent / 帳篷 / テント
- Headlamp / 頭燈 / ヘッドライト
- Floodlight / 照明燈 / 投光器
- Tripod Ladder / 三腳梯 / 三脚はしご

# Disaster Preparedness Kit - Traveler's Edition

## 防災必備物品清單 - 旅行者篇 / 防災持ち物リスト ~旅行者編~

Make sure to prepare the items listed on this page in advance.  
請事先準備這頁所列的物品。

このページの持ち物は自分で用意しておくようにしましょう。

-  Phone battery & charger  
手機電池 & 充電器  
スマホバッテリー & 充電器  
Please assume that landline phones cannot be used during a disaster.  
請假設災害時無法使用市內電話。  
災害時は固定電話が使えないと思ってください
-  Bottled water (1-2 bottles)  
瓶裝水 (1-2瓶)  
ペットボトル飲料水 (1-2本)
-  Medicine (painkillers, stomach medicine, etc.)  
常備藥品 (止痛藥, 胃藥等)  
常備藥 (頭痛藥, 胃藥など)
-  Passport & ID copy  
護照 & 身分證影本  
パスポート & 身分証コピー
-  This booklet  
本防災手冊  
この防災手帳
-  Map (offline-capable)  
地圖 (可離線使用)  
地図 (オフライン対応)

-  Translation app & notebook  
翻譯應用程式 & 筆記本  
翻訳アプリ & メモ帳
-  Emergency food (bars, nuts, etc.)  
緊急食物 (巧克力, 能量棒, 堅果等)  
非常食 (チョコ, ナッツ, エナジーバー)
-  Wet wipes  
濕紙巾  
ウェットティッシュ
-  Sanitary products (for those who need them)  
生理用品 (僅限需要者)  
生理用品 (必要な人向け)
-  Band-aids & disinfectant  
OK繃 & 消毒液  
バンドエイド & 消毒液
-  Raincoat or umbrella  
雨衣或摺疊傘  
レインコート or 折りたたみ傘
-  Survival blanket  
錫製保暖毯 (求生毯)  
アルミ製ブランケット (サバイバルシート)
-  Cash (small change included)  
現金 (含零錢)  
現金 (小錢を含む)

Some items are available at convenience stores or drugstores.  
部分物品可於便利商店或藥妝店購得。  
一部のアイテムはコンビニやドラッグストアで入手可能。

# 04

## Useful Apps

實用應用程式

役立つアプリ

You can check each QR code for details.

請掃描各個 QR 碼以獲取更多資訊。

各QRコードからご確認いただけます。



### Safety tips

A useful app for obtaining disaster information in Japan.  
在日本獲取災害資訊的實用應用程式。  
日本の災害情報を知るのに便利なアプリです。

Android™ の場合



iPhone の場合



### VoiceTra

A high-accuracy multilingual speech translation app that translates spoken words into foreign languages.  
高準確度的多語言語音翻譯應用程式，可將語音翻譯成外語。  
話しかけると外国語に翻訳する高精度な多言語音声翻訳アプリです。

Android™ の場合



iPhone の場合



### NHK WORLD-JAPAN

Broadcasts NHK news, including emergency information on earthquakes and tsunamis.  
播放 NHK 新聞，並提供地震、海嘯的緊急資訊。  
NHKのニュースを発信。地震・津波の緊急情報もお知らせします。

Android™ の場合



iPhone の場合



### Kochi Prefecture Disaster Prevention App

#### 高知縣防災應用程式 / 高知県防災アプリ

Provides information on weather, evacuation notices, and disaster risks.  
提供氣象、避難資訊及災害風險相關資訊。  
氣象や避難情報、災害の危険度などの情報をお知らせします。

Android™ の場合



iPhone の場合



# 05

## Tsunami Tendenko

海嘯來襲各自逃

津波てんでんこ

---

"Tsunami Tendenko" is a teaching passed down in the Sanriku region, offering wisdom on protecting lives from great tsunamis.

In this section, we introduce the story of "Tsunami Tendenko."

「海嘯來襲各自逃」是三陸地區流傳的教誨，傳授保護生命免受大海嘯侵害的智慧。

本章將介紹「海嘯來襲各自逃」的故事。

「津波てんでんこ」は、三陸地方に伝わる教えで、大津波から命を守るための知恵です。

この章では、「津波てんでんこ」のお話をご紹介します。

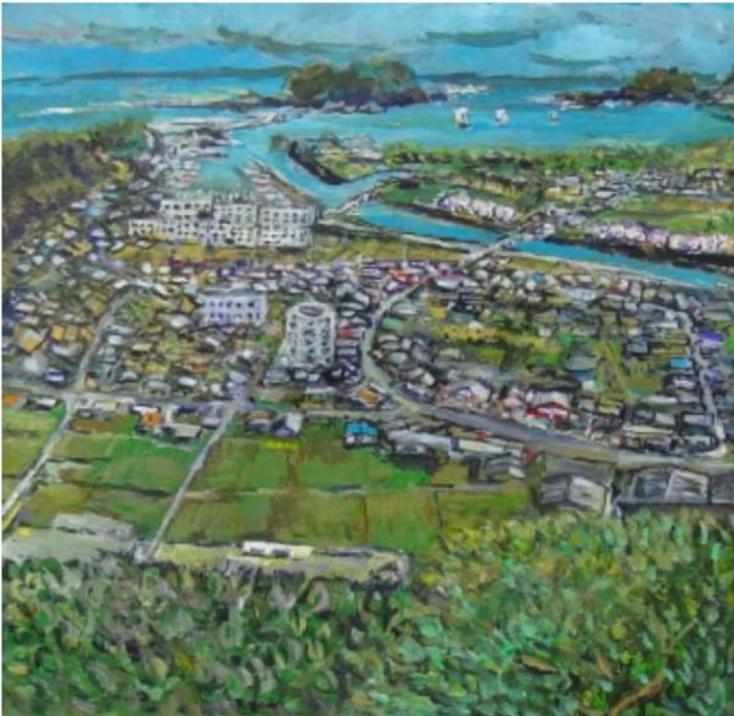
## Tsunami Tendenko

海嘯來襲各自逃 / 津波てんでんこ

On that day, Daiki, who lived in a port town in the Tohoku region, came home from elementary school and was playing video games by himself. Daiki's father and mother had not yet returned from work.

那一天，住在東北地區港口城鎮的大輝從小學回到家，一個人在玩電視遊戲。大輝的爸爸和媽媽因為工作的關係還沒有回來。

あの日、東北地方の港町に住む大輝は、小学校から家に帰ってきて、ひとりテレビゲームをしていました。大輝のお父さんもお母さんも、仕事でまだ帰ってきていませんでした。



# At that moment, a major earthquake struck.

## 就在那時，發生了一場大地震。

## そんなとき、大きな地震がおきました。

At that moment, a major earthquake struck. It was such a powerful earthquake that he could not stand, and it seemed like everything in the house would fall over. Daiki immediately covered himself with a futon and stayed still until the strong tremors subsided. The massive earthquake continued for several minutes, but fortunately nothing fell on Daiki, and he remained uninjured.

就在那時，發生了一場大地震。這是一場強烈到無法站立的大地震，家裡的東西看起來都要倒下來了。大輝立刻用棉被蓋住自己，靜靜地等待地震的強烈搖晃停止。雖然這場大地震持續了好幾分鐘，但幸運的是沒有任何東西倒在大輝身上，他也沒有受傷。

そんなとき、大きな地震がおきました。立ってられないほどの大きな地震で、家中のものが倒れてきそうでした。大輝はすぐさま布団を覆いかぶって、地震の大きな揺れがおさまるまでじっとしていました。何分も続く、大きな地震でしたが、大輝に向かって何も倒れてこなくて、怪我をせずにすみました。

## Tsunami Tendenko

海嘯來襲各自逃 / 津波てんでんこ

After the earthquake tremors subsided, Daiki ran out of the house alone.

He remembered what he had been taught at school: "When a big earthquake occurs, a tsunami may follow." Remembering the words "Protect yourself" and "Don't worry about your mother and father; first survive on your own," he ran up alone to the high ground that he and his parents had previously agreed upon.

地震停止後，大輝獨自跑出了家門。

他想起了在學校學到的知識：「當發生大地震時，海嘯會跟著來。」也想起了「自己的命靠自己保護」和「別顧著媽媽或爸爸，先想辦法讓自己活下來。」這些話，於是他獨自跑上了與爸爸媽媽事先商量好的高地。

地震の揺れがおさまったあと、大輝はひとりで家を飛び出しました。

「大きな地震があったときには津波が来る」と学校で教わったことを思い出したからです。「自分の身は自分で守れ」、「お母さんやお父さんのことを考えないで、まずは自分ひとりでも生き延びろ」という言葉を思い出して、お母さんとお父さんと話し合っていた高台までひとりで駆け上がりました。

Following Daiki, others who had also evacuated to the high ground were shouting to those who had not yet evacuated,

跟隨大輝之後，同樣撤離到高地的人們向著還沒有撤離的人喊道

大輝に続いて、同じように高台まで避難していた人が、高台からまだ避難していない人たちに向かって、

**"A tsunami is coming!"**

**「海嘯來了！」**

**「津波がくるぞー！」**

After a while, they could see the sea rising and the tsunami reaching the land. As the tsunami rushed in, sounds of buildings being destroyed and car horns blaring could be heard throughout the town.

不久，他們看到海面隆起，海嘯到達了陸地。隨著海嘯的湧入，建築物被摧毀的聲音和汽車喇叭的聲音從整個城鎮傳來。

と声をかけていました。

しばらくすると、海が盛り上がって、津波が陸にあがったのが見えました。どんと流れ込んできた津波で、壊されている建物の音や車のクラクションの音が町中から聞こえてきました。

# Tsunami Tendenko

海嘯來襲各自逃 / 津波てんでんこ

Among those who had evacuated to high ground, some were crying out as they watched their homes being swept away. Others who had evacuated alone were trying to go back to search for their missing family members, but people around them were stopping them.

Daiki was also very anxious without his father and mother with him. However, believing that "Dad and Mom must have evacuated somewhere safe," he stayed put on the high ground.

在撤離到高地的人群中，有些人看著自己的房子被沖走而哭喊。還有一些獨自撤離的人，因為找不到家人而想回去尋找，但周圍的人阻止了他們。大輝也因為沒有和爸爸媽媽在一起而非常擔心。但他相信「爸爸媽媽一定也撤離到了某個安全的地方」，於是他在高地上靜靜地等待著。

高台に避難してきた人の中には、家が流されて泣き叫ぶ人もいました。また、ひとりで避難してきた人が、家族が見つからないため探しに戻ろうとしているのを、周りの人たちがとめていました。大輝もお父さんとお母さんが一緒にいなくて、すごく不安でした。だけど、「お父さん、お母さんもどこかに避難しているはず」と信じ、高台でじっとしていました。

"Tsunami Tendenko" — It means that when a tsunami strikes, each person should evacuate based on their own judgment.

「津波てんでんこ」 — 意指：面對海嘯，應各自判斷、各自避難。

「津波てんでんこ」より引用

# Tsunami Tendenko

海嘯來襲各自逃 / 津波てんでんこ

## Lessons to Learn from "Tsunami Tendenko"

從「海嘯各自逃」中應學習的事

津波てんでんこから学ぶべきこと



"Tsunami Tendenko" means that when a tsunami occurs, each person must immediately evacuate to higher ground without worrying about others around them.

Even family members should prioritize their own evacuation rather than checking on each other's safety or waiting for someone to come get them.

To act accordingly, families should regularly confirm evacuation sites and routes, and always be prepared to evacuate.

This principle is a lesson learned from past disasters, emphasizing that protecting your own life must be your top priority to ensure a safer future.

「海嘯各自逃」的意思是，一旦發生海嘯，應立即不顧周遭情況，各自迅速前往高地避難。

即使是家人，也應將自身避難放在首位，不要先確認彼此的安危，也不要等待他人接應，而是依自己的判斷迅速避難。

為此，平時就應與家人確認避難地點與路線，並隨時做好避難準備。

這是一項從過去災害中得到的寶貴教訓，旨在守護未來的安全，強調個人應將保護生命的行動擺在首位的思維方式。

「津波てんでんこ」とは、津波発生時、周囲に気を配ることなく各自が迷わず高台へ避難することを意味します。

家族であっても安否確認を後回しにし、迎えを待たず、各自の判断で避難することが重要です。

そのためには、日頃から家族で避難場所や経路を確認し、常に避難できる準備をしておく必要があります。

これは過去の災害から得られた教訓であり、未来の安全を守るために、各自が命を守る行動を最優先にする考え方です。

# 06

## Evacuation Flow

### 避難流程

### 避難のフロー

---

This refers to the steps and procedures for safely evacuating during a disaster.

By understanding the evacuation flow in advance, you can take swift and appropriate actions in an emergency.

在災害發生時，確保安全撤離的步驟與流程。  
事先了解避難流程，能夠在災害時迅速且正確地行動。

災害が発生した際に安全に避難するための手順や流れを示しています。  
避難のフローを事前に知っておくことで、災害時に迅速かつ適切な行動を取ることができます。



# Tsunami Evacuation Points

海嘯避難重點 / 津波避難のポイント

1

If you feel shaking /  
如果感到搖晃 / ゆれたら

When you feel shaking, protect yourself first.  
Always assume that a tsunami will follow a long tremor.

感受到搖晃時，請先保護自己。  
長時間搖晃後，務必假設海嘯即將來襲。

揺れたらまず、自分の身を守りましょう。  
長い揺れの後には必ず津波が来ると思ってください。

2

In any case /  
無論如何 / とにかく

Once the shaking stops, evacuate immediately without waiting for a tsunami warning.

(Prepare essential items such as glasses, medicine, a portable radio, and a flashlight in advance.)

揺晃停止後，無需等待海嘯警報或注意報發布，立刻單獨避難。  
(眼鏡、藥品、隨身收音機、手電筒等必要物品，平時請保持隨手可取，以便迅速撤離。)

揺れがおさまったら、津波警報や津波注意報の発表を待たず、身ひとつで。

(メガネ、薬、携帯ラジオ、懐中電灯など避難するのに必要なものは、日ごろからすぐ持ち出せるようにしておきましょう。)

3

Hurry up /  
趕快撤離 / いそいで

Quickly evacuate to the designated evacuation site.

If you are unfamiliar with the area and don't know the evacuation site, go to high ground or a tall building. If necessary, move to an even higher place. As a rule, evacuate on foot instead of using a car (you might get caught in traffic or delay evacuation by looking for car keys).

迅速前往指定的避難地點。

如果對當地不熟悉且不知道避難場所，請前往高地或高樓。根據情況，可能需要撤離到更高的地方。原則上請步行撤離，不要開車。(可能會遇上交通堵塞，或者因尋找車鑰匙而延誤撤離。)

決められた避難場所へ早く避難しましょう。

不慣れな土地などで避難場所が分からない場合は、高台やビルなど高いところへ上がりましょう。状況によってはさらに高いところに避難しましょう。原則、車を使わず徒歩で逃げてください。(渋滞に巻き込まれたり、車の鍵を探したりして逃げ遅れる可能性があります。)

4

Until the tsunami warning is lifted /  
直到海嘯警報解除為止 /  
津波警報等が解除されるまで

Do not return until the warning is officially lifted.

Tsunamis can strike multiple times. Once you evacuate to a safe place, check the radio for updates.

在警報解除之前，絕對不要返回。

海嘯可能會反覆襲來。撤離到安全地點後，請通過收音機等確認警報解除情況。

警報等が解除されるまで絶対に戻らないでください。

津波は繰り返し襲ってきます。安全なところに避難したら、津波警報などが解除されるのをラジオなどで確認してください。

# 07

## Evacuation Routes

實用應用程式

避難ルート



Check your room number at your accommodation in advance.

By scanning the QR codes for each area, you can view the hazard map.

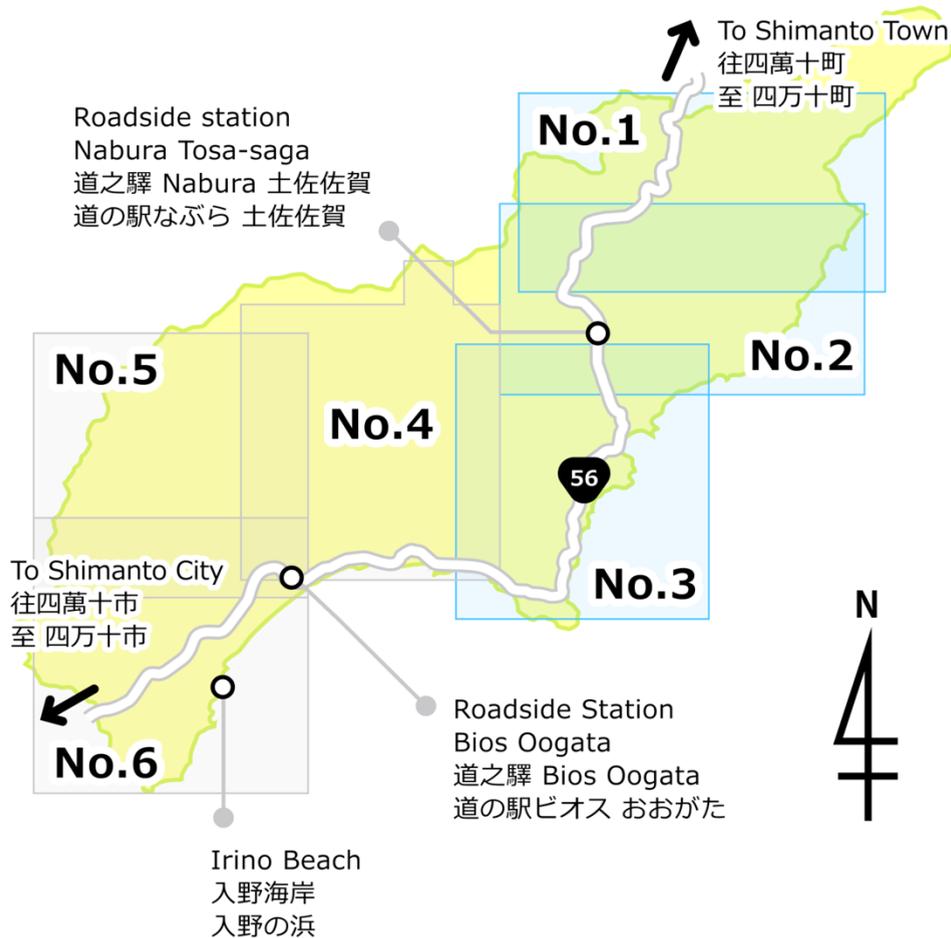
請事先確認您所在住宿設施的區域編號，  
掃描對應的 QR 碼即可查看避難地圖。

自分が滞在している場所が何番のエリアに位置するか  
確認しておきましょう。

各エリアのQRコードを読み取ると  
ハザードマップを見ることができます。

# Kuroshio Town Map

黒潮町地図 / 黒潮町マップ



Ask local residents which numbered area you are in. A QR code linking to a map of evacuation shelters in that area is provided.

請向當地居民確認您所處的區域編號。地圖上的 QR 碼包含該區域的避難所資訊。

地元の人に、自分が何番のエリアにいるか確認しましょう。そのエリアの避難所をまとめたマップのQRコードが載っています。



## No.1

Suzu, Ichinose, Sagatachibanagawa, Kobushinokawa, Kobushinokawadanchi, Kaina, Kawaoku

鈴・市野瀬・佐賀橋川・拳之川・拳之川團地・荷稻・川奥  
鈴・市野瀬・佐賀橋川・拳ノ川・拳ノ川団地・荷稻・川奥



## No.2

Koguronogawa, Nakanogawa, Fubahara, Ichinonogawadanchi, Ichinonogawa, Iyoki, Kumanoi, Fujinawa, Kumanoura

小黑之川・中之川・不破原・市野之川團地・市野之川・伊与喜・熊井・藤縄・熊野浦  
小黑之川・中之川・不破原・市野之川団地・市野之川・伊与喜・熊井・藤縄・熊野浦



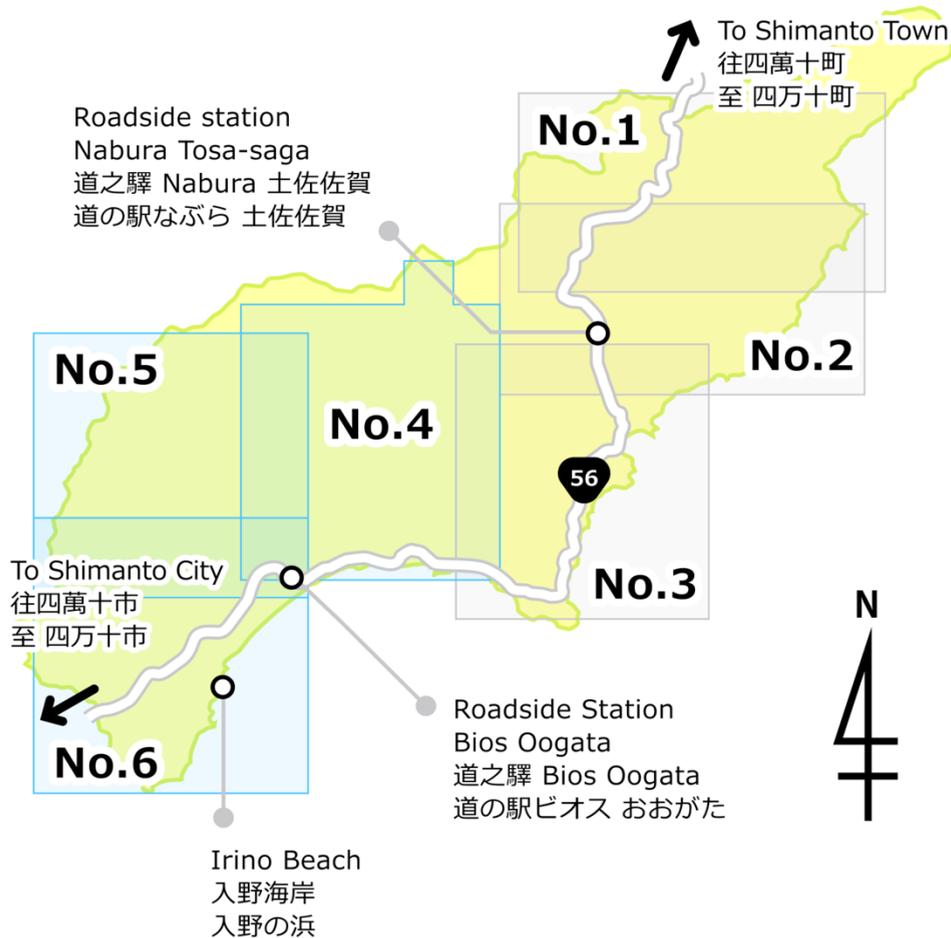
## No.3

Kamibun, Sakori, Umaji, Simobun, Machibun, Owada, Hamamachi, Myojin, Kaisyo, Yokohama, Shirahama, Kashimaso, Sawa, Idanoura, Idanosato, Ariigawa

上分・坂折・馬地・下分・町分・大和田・濱町・明神・會所・横濱・白濱・鹿島荘・澤・伊田浦・伊田郷・有井川  
上分・坂折・馬地・下分・町分・大和田・浜町・明神・會所・横浜・白浜・鹿島荘・澤・伊田浦・伊田郷・有井川

# Kuroshio Town Map

黒潮町地図 / 黒潮町マップ



Ask local residents which numbered area you are in. A QR code linking to a map of evacuation shelters in that area is provided.

請向當地居民確認您所處的區域編號。地圖上的 QR 碼包含該區域的避難所資訊。

地元の人に、自分が何番のエリアにいるか確認しましょう。そのエリアの避難所をまとめたマップのQRコードが載っています。



## No.4

Kamikawaguchiura, Kamikawaguchisato, Omukae, Onashi, Minagawa, Ukitsu, Buchi, Kuchiminagawa, Seaside home

上川口浦・上川口郷・王迎・王無・蜷川・浮津・鞭・口湊川・海濱家園

上川口浦・上川口郷・王迎・王無・蜷川・浮津・鞭・口湊川・シーサイドホーム



## No.5

Ogawa, Tamura, Kamochihonmura, Hontani, Oyashiki, Oigawa, Umani, Oगतatachibanagawa

小川・田村・加持本村・本谷・大屋敷・大井川・馬荷・大方橋川

小川・田村・加持本村・本谷・大屋敷・大井川・馬荷・大方橋川



## No.6

Hayazaki, Hamanomiya, Machi, Mangyo, Irinohonmura, Nishikino, Shiba, Onbobata, Kamitanokuchi, Midorino, Shimotanokuchi, Tanoura, Ideguchi, Seishinen, Seikaen, Sakurano

早咲・濱之宮・町・萬行・入野本村・錦野・芝・御坊畑・上田之口・緑野・下田之口・田野浦・出口・誠心園・生華園・桜野

早咲・浜の宮・町・万行・入野本村・錦野・芝・御坊畑・上田の口・緑野・下田の口・田野浦・出口・誠心園・生華園・桜野

# Evacuation Signs

## 疏散標誌 / 避難標識



At the entrance of evacuation locations or shelters, signs like this are displayed. The type of disaster they are prepared for is written in the top right corner.

避難場所或避難所前會設有這樣的告示牌。右上角會標註應對的災害類型。

避難場所または避難所の前には、このような看板が設置されています。右上には、対応している災害の種類が記載されています。



Along the evacuation routes leading to evacuation locations or shelters, signs like this are displayed, indicating the distance to the shelter.

通往避難場所或避難所的避難路徑上，會設有這樣的告示牌，顯示到避難所的距離。

避難場所または避難所に向かう避難経路上には、このような看板が設置されており、避難所までの距離を示しています。

# 08

## How to Greet Japanese People Guide

### 簡單問候日語指南

### 地元の人へ声のかけ方ガイド

Let's learn some basic phrases to use when talking to locals.

讓我們學習一些與當地人交談時使用的的基本短語。

地元の人に声をかけるときに使う基本的な言葉を覚えておきましょう。

Excuse me / 不好意思

## すみません

Sumimasen

(Sue-me-mah-sehn)

"Sumimasen" is used for apologizing, making requests, or getting attention. It's helpful in situations like being late or asking for directions.

「Sumimasen」用來道歉、請求幫助或引起注意，像是遲到或問路時都很實用。

「すみません」は謝罪やお願い、注意を引く時に使います。遅れた時や道を尋ねる時など、日常的に役立つ表現です。

When greeting Japanese people, raise your hand and use the following phrases.

向日本人問候時，請舉起手並使用以下詞語。

地元の人に声をかける際は、手を挙げて、この言葉を使いましょう。



Please help me / 請幫幫我

# たすけてください

Tasuketekudasai

(tahs-uh-keh-tay-koo-dah-sigh)

"Tasuketekudasai" is used when you need assistance. It's a phrase for asking for help in difficult or emergency situations.

「Tasuketekudasai」用來請求幫助，當你遇到困難或緊急情況時可以使用。

「たすけてください」は助けが必要な時に使います。困った時や緊急時に、相手に助けを求める表現です。

When asking for help, wave both hands to get attention and use this phrase.

求助時，揮動雙手引起注意並使用這句話。

助けを求める時は目立つように両手を振り、この言葉を使いましょう。



Thank you / 謝謝您

# ありがとうございます

Arigatou gozaimasu

(ah-ree-gah-toh goh-zahy-mah-suh)

"Arigatou gozaimasu" is a phrase used to express gratitude. It's used when someone does something for you or helps you, and it's an important expression in daily life.

"Arigatou gozaimasu" 是用來表達感謝之情的詞語。當別人為你做了事情或幫助你時，這是一個在日常生活中很重要的表達方式。

「ありがとうございます」は感謝の気持ちを表す言葉です。何かをしてもらった時や助けられた時に使う日常的な表現です。

When expressing gratitude, lightly bow your head and use this phrase.

表達感謝時，輕輕低頭並使用這句話。

感謝を伝える時は軽く頭を下げてこの言葉を使いましょう。



# 09

## Disaster Management Radio Broadcast / Public Announcement

防災廣播系統／政府公告廣播

防災行政無線、告知放送

When a disaster management radio or public announcement is broadcast...

- Travelers: Ask nearby residents for guidance.
- Local residents: Please use this page to share information.

當防災廣播系統／政府公告廣播發放時...

- 旅客：請向附近的居民詢問情況。
- 當地居民：請使用此頁面提供資訊給他人。

防災行政無線、告知放送のアナウンスが流れたら...

- 旅行者の方：近くの住民の方に聞きましょう
- 地域の住民の方：このページを使って情報を伝えましょう



### Major Tsunami Warning

大型海嘯警報 / 大津波警報



Broadcast Message / 廣播內容 / 放送內容

大津波警報。  
大津波警報。  
東日本大震災クラスの津波がきます。  
ただちに高台に避難してください。



文字で伝える

Major Tsunami Warning. Major Tsunami Warning. A tsunami of the same scale as the Great East Japan Earthquake is coming. Evacuate to higher ground immediately.

大海嘯警報。大海嘯警報。將有與東日本大地震同等規模的海嘯來襲。請立即避難至高地。



警報を音声で伝える

英語



繁体字



QRを読み込むと英語：女性、繁体字：男性の音声がかかります



## Tsunami Evacuation

海嘯避難 / 津波避難



Broadcast Message / 廣播內容 / 放送內容

大津波警報。  
大津波警報。  
ただちに高台に避難してください。



文字で伝える

Major Tsunami Warning. Major Tsunami Warning. Evacuate to higher ground immediately.

大型海嘯警報。大型海嘯警報。  
請立即前往高地避難。



警報を音声で伝える

英語



繁体字



QRを読み込むと英語：女性、繁体字：男性の音声がかかります



## Emergency Warning

特別警報 / 特別警報



Broadcast Message / 廣播內容 / 放送內容

特別警報が発表されました。  
周囲の状況を見て、避難行動をとってください。



文字で伝える

An emergency warning has been issued. Assess your surroundings and take appropriate evacuation actions.

特別警報已發布。  
請根據周圍狀況採取避難行動。



警報を音声で伝える

英語



繁体字



QRを読み込むと英語：女性、繁体字：男性の音声がかかります

# Heavy Rain Emergency Warning

大雨特別警報 / 大雨特別警報

## Broadcast Message / 廣播內容 / 放送內容

当地域に大雨特別警報が  
発表されました。  
周囲の状況を見て、避難行動をとって  
ください。

## 文字で伝える

A heavy rain emergency warning has been  
issued for this area.  
Assess your surroundings and take appropriate  
evacuation actions.

本地區已發布大雨特別警報。請根據周圍狀況採取避  
難行動。

## 警報を音声で伝える

英語



繁体字



QRを読み込むと英語：女性、繁体字：男性の音声がかかります

# Severe Weather Emergency Warning

氣象特別警報 / 氣象特別警報

## Broadcast Message / 廣播內容 / 放送內容

当地域に気象の特別警報が発表されまし  
た。  
周囲の状況を見て、避難行動をとって  
ください。

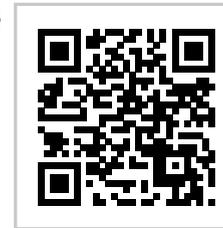
## 文字で伝える

A severe weather emergency warning has  
been issued for this area. Assess your  
surroundings and take appropriate evacuation  
actions.

本地區已發布氣象特別警報。請根據周圍狀況採取避  
難行動。

## 警報を音声で伝える

英語



繁体字



QRを読み込むと英語：女性、繁体字：男性の音声がかかります



## Missile Launch

飛彈發射 / ミサイル発射



Broadcast Message / 廣播內容 / 放送內容

ミサイル発射情報。ミサイル発射情報。  
さきほど、日本に向けてミサイルが発射  
された模様です。  
テレビ、ラジオをつけてください。



文字で伝える

Missile launch information. Missile launch  
information. A missile appears to have been  
launched toward Japan a short time ago.  
Please turn on the TV or radio.

飛彈發射情報。飛彈發射情報。似乎有飛彈朝日本發  
射。請打開電視或收音機。



警報を音声で伝える

英語



繁体字



QRを読み込むと英語：女性、繁体字：男性の音声がかかります



## Missile Impact Possible

飛彈可能落下 / 着弾の可能性



Broadcast Message / 廣播內容 / 放送內容

緊急情報。緊急情報。この地域にミサイ  
ルが着弾する可能性があります。直ちに  
屋内に避難し、テレビ、ラジオをつけて  
ください。



文字で伝える

Emergency Alert. Emergency Alert. A missile  
may impact this area. Take shelter indoors  
immediately and turn on the TV or radio.

緊急情報。緊急情報。這個地區可能會有飛彈落下。  
請立即進入室內避難，並打開電視或收音機。



警報を音声で伝える

英語



繁体字



QRを読み込むと英語：女性、繁体字：男性の音声がかかります



## Risk of Falling Debris

飛彈殘骸掉落的可能性 / 落下の恐れ



### Broadcast Message / 廣播內容 / 放送內容

緊急情報。緊急情報。

この地域にミサイルの一部が落ちてくる可能性がります。直ちに屋内に避難しテレビ、ラジオをつけてください。



### 文字で伝える

Emergency Alert. Emergency Alert. Missile debris may fall in this area. Take shelter indoors immediately and turn on the TV or radio.

緊急情報。緊急情報。這個地區可能會有飛彈殘骸掉落。請立即進入室內避難，並打開電視或收音機。



### 警報を音声で伝える

英語



繁体字



QRを読み込むと英語：女性、繁体字：男性の音声がかかります

## About the Daily Siren

關於平時的警報聲 / 通常時のサイレンについて

In Kuroshio Town, sirens sound every day at 6:00 a.m. and 9:00 p.m. In some neighborhoods there are also sirens at 11:00 a.m. and 12 noon.

Visitors may be surprised by the sound, but please rest assured—it is not a disaster warning.

在黑潮町，每天早上 6 點和晚上 9 點會響起警報。在某些地區，上午 11 點和中午 12 點也會發出警報聲。遊客可能會被這聲音嚇到，但請放心，這不是災難警告。

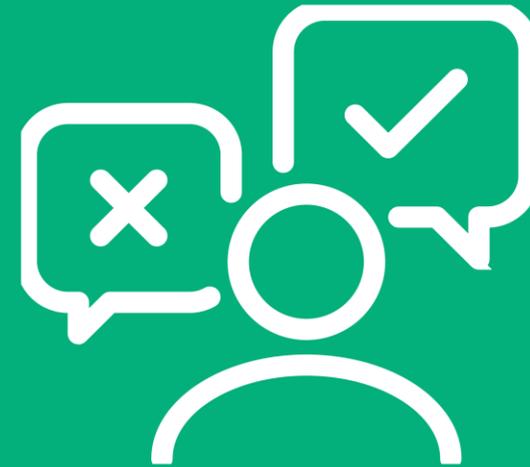
黒潮町では、毎日午前6時と午後9時にサイレンが鳴ります。一部の地域では、午前11時と正午にもサイレンが鳴ります。観光に訪れた方々は、その音に驚かれるかもしれませんが、これは災害警報ではないので、ご安心ください。

# 10

## Rules at Evacuation Shelters

避難場所的規則

避難場所でのルール



---

These are the rules we ask you to follow when using an evacuation shelter.

使用避難場所時，請遵守以下規則。

避難所を利用する際にお願したいルールです。

# Rules at Evacuation Shelters

## 避難場所的規則 / 避難場所でのルール

- 01** Be considerate and live harmoniously with others.  
保持相互禮讓的心態，共同生活。  
ゆずりあいの心をもって生活しましょう。
- 02** Follow the established rules to maintain order in communal living.  
請遵守既定的規則，以維持避難所的秩序與和諧。  
共同生活の和を乱さないように、  
決められたことを守りましょう。
- 03** Respect each other's privacy and do not enter others' spaces without permission. Also, establish rules to ensure that mail and other important items reach the intended recipient.  
尊重彼此的隱私，不要隨意進入他人的空間。此外，請確保郵件等物品能送達本人，並制定相關規則以因應。  
お互いのプライバシーを尊重し、むやみに他人の場所に立ち入らないようにしましょう。  
また郵便物なども必ず本人に届くよう、ルールを決めて対応しましょう。
- 04** No open flames or smoking is allowed indoors.  
室内原則上禁止用火及吸菸。  
室内は原則として火気厳禁・禁煙です。
- 05** Toilets are shared spaces. If you make a mess, clean up after yourself, especially when using temporary toilets.  
廁所是最密集的共享設施，若弄髒請自行清理，臨時廁所更應保持清潔。  
トイレは最も密接な共有施設です。汚してしまったら自分できれいにしましょう。仮設トイレの場合はなおさらです。

- 06** Properly separate and dispose of garbage, and keep the waste collection area clean.  
徹底進行垃圾分類與回收，保持垃圾集中區的整潔。  
ゴミの分別収集を徹底し、ゴミ集積場は清潔に保ちましょう。
- 07** Family members should take care of those who need assistance. If family support is not available, consider relocating to a welfare shelter. Register in advance with the community disaster prevention organization's list of people needing assistance.  
需要照護的人，原則上應由家人照顧。如無家人或無法由家人獨自應對時，可考慮轉移至福祉避難所。為此，請事先登記在社區防災組織的避難行動支援名冊中。  
介護が必要な人は、原則として家族が介護を行ってください。  
(ただし、家族がいない人や家族だけでは対応しきれない場合は、福祉避難所への移送を考えましょう。そのためには、あらかじめ自主防災組織の避難行動要支援者名簿に登録しておきましょう。)
- 08** Be mindful of the elderly, people with disabilities, and those caring for infants.  
請多關心年長者、行動不便者及照顧嬰幼兒的避難者。  
お年寄りや身体の不自由な方、乳幼児を抱えた方など、要配慮者への気配りを心がけてください。
- 09** When distributing relief supplies, maintain order and prioritize those who need assistance.  
發放救援物資時，請保持秩序，並優先分配給需要特別照顧的人。  
救援物資の配給が始まったら、秩序ある配分を心がけ、また要配慮者を優先して配給しましょう。
- 10** Inform the shelter management before moving to another location.  
若需從避難所移動至其他地點，請務必通知避難所管理人員。  
避難所から別の場所へ移動するときには、必ず運営組織役員等に一声かけてください。

# Triage

## 分診 / トリアージ

Triage is the process of determining the priority of treatment and transport based on the severity of a patient's condition during a disaster.

傷病分類 (Triage) 是根據傷病者的緊急程度和病情嚴重程度，來決定治療和轉送優先順序的過程。

トリアージとは、災害時に傷病者の緊急度や重症度に応じて、治療や搬送の優先順位を決めることを指します。

The main objectives of triage are as follows:

傷病分類的主要目標如下：

トリアージの主な目的は以下の通りです：

1. Prioritizing treatment and transport to maximize the number of patients who receive medical care.  
決定治療和轉送優先順序，以最大限度地治療更多傷病者。  
傷病者の治療や搬送の優先順位を決めることで、できるだけ多くの傷病者を治療する。
2. Reducing preventable deaths (Preventable death).  
降低可避免的死亡率 (Preventable death)。  
防ぎえた死 (Preventable death) を低減させる。

The classification and response measures in triage are as follows.

傷病分類の等級與應對措施如下。

トリアージの分類と対応については、次の通りです。

Priority 優先順序 優先順位	Code 代碼 識別	Classification 分類 分類	Injury/Illness Status and Condition 傷病狀態及病情 / 傷病狀態および病態
1st Priority 第一優先 第一優先	 Red (I) 紅 (I) 赤 (I)	<b>Classification Treatment Group (Critical)</b> 最優先治療群 (重症群) 最優先治療群 (重症群)	Requires immediate treatment to save a life. Includes cases such as asphyxiation, massive bleeding, or risk of shock. 為了拯救生命，必須立即處理的情況。如窒息、大量出血、休克風險等。 命を救うため、直ちに処置を必要とするもの。窒息、多量の出血、ショックの危険性のあるものなど。
2nd Priority 第二優先 第二優先	 Yellow (II) 黃 (II) 黃 (II)	<b>Delayed Treatment Group (Moderate)</b> 待機治療群 (中等症群) 待機的治療群 (中等症群)	Can tolerate some delay in treatment without life-threatening consequences. Vital signs are generally stable. 即使治療時間有所延遲，也不會危及生命的情況。 基本上生命跡象 (生命體徵) 穩定。 多少治療の時間が遅れても、生命に危険がないもの。基本的にバイタルサインが安定しているもの。
3rd Priority 第三優先 第三優先	 Green (III) 綠 (III) 綠 (III)	<b>Holding Group (Mild)</b> 保留群 (輕症群) 保留群 (輕症群)	Minor injuries or illnesses that do not require specialized medical treatment. 上述以外の輕微傷病，幾乎不需要專科醫生的治療。 上記以外の輕微な傷病で、ほとんど専門医の治療を必要としないもの。
4th Priority 第四優先 第四優先	 Black (IV) 黑 (IV) 黑 (IV)	<b>Deceased Group</b> 死亡群 死亡群	Already deceased or in an obvious state of immediate death, with no chance of resuscitation even with CPR. 已經死亡或明顯處於即死狀態，即使進行心肺復甦術也無法復甦的情況。 既に死亡しているもの又は明らかに即死状態で、心肺蘇生を施しても蘇生の可能性のないもの。

According to the triage chart in the New York State Disaster Response Manual, the symptoms for each classification are as follows.

根據紐約州災害應對手冊中的災害現場分診（Triage）圖表，各分類的症狀如下。

ニューヨーク州の災害対策マニュアルにある災害現場におけるトリアージのチャート表によれば、分類ごとの症状は次のとおりです。

<p><b>1st Priority</b> 第一優先 第一優先</p>	<p><b>I</b> Red(I) 紅(I) 赤(I)</p>	<p>Requires immediate treatment due to airway obstruction, severe respiratory distress, major burns, massive external bleeding, or hemorrhagic shock. Includes cases such as traumatic chest injuries and shock. 需要立即治療的情況，如氣道阻塞、嚴重呼吸困難、大面積燒傷、大量外出血或失血性休克。例如胸部創傷性損傷、休克等。 氣道閉塞または呼吸困難、重症熱傷、心外傷大出血または止血困難、解放性胸部外傷、ショック。</p>
<p><b>2nd Priority</b> 第二優先 第二優先</p>	<p><b>II</b> Yellow (II) 黃(II) 黄(II)</p>	<p>Treatment can be delayed for cases such as burns, multiple fractures, spinal injuries, and uncomplicated head trauma. 這類情況的治療可以延遲，例如燒傷、多發性骨折、脊髓損傷、無併發症的頭部外傷。 熱傷、多發または大骨折、脊髓損傷、合併症のない頭部外傷。</p>
<p><b>3rd Priority</b> 第三優先 第三優先</p>	<p><b>III</b> Green (III) 綠(III) 緑(III)</p>	<p>Minor fractures, external wounds, small-area burns (less than 10% of body surface), and conditions causing psychological distress do not require urgent treatment. 小型骨折、外傷、小範圍燒傷（身體表面積的10%以內）、以及造成心理壓力的情況不需要緊急治療。 小骨折、外傷、小範圍熱傷（体表面積の10%以內）、氣道熱傷を含まないもの、精神症状を呈するもの。</p>
<p><b>4th Priority</b> 第四優先 第四優先</p>	<p><b>IIII</b> Black (IIII) 黑(IIII) 黒(IIII)</p>	<p>Deceased or no possibility of survival. 死亡或明顯無生存可能性。 死亡または明らかに生存の可能性がないもの。</p>

## Disaster-Related Health Risks

災害相關健康風險 / 災害時の健康リスク

# Watch for Health Changes After Disasters

注意災害後的身體變化

災害後の体調変化に注意

Disasters may cause various health issues, such as deep vein thrombosis (economy class syndrome), psychological stress reactions, and infectious diseases affecting the respiratory and digestive systems.

If you experience any unusual symptoms, inform those around you using a communication sheet.

災害可能引發各種健康問題，例如深靜脈血栓（經濟艙症候群）、心理壓力反應及影響呼吸系統與消化系統的傳染病。

若感到身體異常，請使用溝通表告知周圍的人。

災害時には、エコノミークラス症候群、被災後の心理的ストレス反応、呼吸器感染症や感染性胃腸炎などの健康問題が発生することがあります。

異変を感じたら、周囲の人にコミュニケーションシートを使って伝えましょう。

## A dedicated helpline for visitors to Japan

專為訪問日本的旅客提供的服務熱線

訪日旅行者のための専用ホットライン

### Dear Travelers to Japan,

The Japan National Tourism Organization (JNTO) operates a 24/7 hotline for inbound travelers. If you need support regarding accidents or emergencies, please feel free to contact us. We offer assistance in English and Chinese.

### 親愛的外國旅客,

日本政府觀光局 (JNTO) 提供全年無休、24小時服務的訪日旅客專用多語言熱線。

若您在旅途中發生意外或遇到緊急情況，歡迎隨時聯絡我們尋求協助。目前支援語言包括英語與中文。

### 日本へ訪れる旅行者の皆さまへ

日本政府觀光局 (JNTO) は、365日24時間対応の訪日旅行者向けホットラインを運営しています。事故や緊急事態に関するサポートが必要な場合は、お気軽にご連絡ください。

英語、中国語で対応可能です。

Support by JNTO

Domestic number/ 國內電話號碼 / 国内番号

# 050-3816-2787

From overseas / 國外撥打 / 海外から

## +81-50-3816-2787

### Japan Safe Travel

Japan\_Safe\_Travel is a website that provides entry regulations, safety information, and practical advice for travelers, offering support to help them travel safely.

Japan\_Safe\_Travel 是一個提供入境規定、安全資訊以及實用旅行者建議的網站，並提供支持以協助旅客安全旅行。

Japan\_Safe\_Travelは、入国規制、安全情報、旅行者向けの実用的な情報を提供し、旅行者が安全に旅行できるサポートをするサイトです。



URL : <https://www.japan.travel/en/japan-safe-travel-information/>

### Japan Safe Travel (X)

This is the Japan Safe Travel X (formerly Twitter) account.

這是 Japan Safe Travel 的 X (前身為 Twitter) 帳號。

Japan Safe TravelのX (旧Twitter) アカウントです。



URL : <https://x.com/JapanSafeTravel>

# 11

## Communication Sheet

溝通表

コミュニケーションシート

---

In the event of a disaster, use this sheet to communicate with local residents by pointing to the relevant message.

災害發生時，請指著相應的訊息，與當地居民溝通。

發災時に現地の方とコミュニケーションを取りたいときに、該当のメッセージを指さして自分から伝えてください。



## When Evacuating

避難時

避難する時

What happened?

發生了什麼事？

in Japanese:

Nah-nee-gah oh-koh-ree-mah-shee-tah-kah

何が起こりましたか？

Please point and show / 請指著並告訴我

指を差して教えてください

Tsunami / 海嘯 / 津波

Heavy rain / 大雨 / 大雨

Abnormal weather / 氣象異常 / 氣象異常

Missile / 飛彈 / ミサイル

I don't know / 我不知道 / わからない

What should I do?

我應該做些什麼？

in Japanese:

Nah-nee woh shee-tah-rah ee-deh-skah

何をしたらいいですか？

Please point and show / 請指著並告訴我

指を差して教えてください

Evacuate / 避難 / 避難

Stay where you are / 等待 / 待機

I don't know / 我不知道 / わからない

Can you guide me to the evacuation site?

你能帶我去避難場所嗎？

in Japanese:

Hee-nahn-bah-shoh eh yoo-doh-shee-teh koo-reh-mah-skah

避難場所へ

誘導してくれますか？

Please point and show / 請指著並告訴我

指を差して教えてください

Yes / 是 / はい

No / 否 / いいえ

## How long will it take?

### 需要多少時間？

in Japanese:

Doh-noh-koo-rai jee-kahn gah kah-kah-ree-mah-skah

どのくらい時間がかかりますか？

Please point and show / 請指著並告訴我

指を差して教えてください

0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

minutes / 分鐘 / 分

hours / 小時 / 時間

I don't know / 我不知道 / わからない

## When you want to inform someone about your condition.

當你想告知自己的身體狀況時

自分の体調を知らせたい時

Who has a trouble?

誰有麻煩了？

困っている人

Myself / 我 / 私

My partner / 伴侶 / 同伴者

My child / 孩子 / 子供

My friend / 朋友 / 友達

Someone else / 某人 / 誰か

What is the trouble?

遇到什麼困難嗎？

困っていること

Injury / 我受傷了 / 怪我です

Sickness / 我病了 / 病気です

Other / 其他的 / その他

When did it start?

是從什麼時候開始的？

いつ起こったか

0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

minutes ago / 分鐘前 / 分前

hours ago / 小時前 / 時間前

days ago / 天前 / 日前

I don't know / 我不知道 / わからない

## What is the trouble?

什麼症狀呢？

症狀

Fever / 發燒了 / 熱がある

Nausea / 覺得噁心 / 吐き気がする

Diarrhea / 腹瀉 / 下痢です

Cough / 咳嗽 / 咳が出る

Dizzy / 感覺頭昏眼花 / 目まい

Palpitations / 心悸 / 動悸

Cramp / 四肢抽筋 / 手足の痙攣

Convulsions / 全身抽搐 / 全身の痙攣

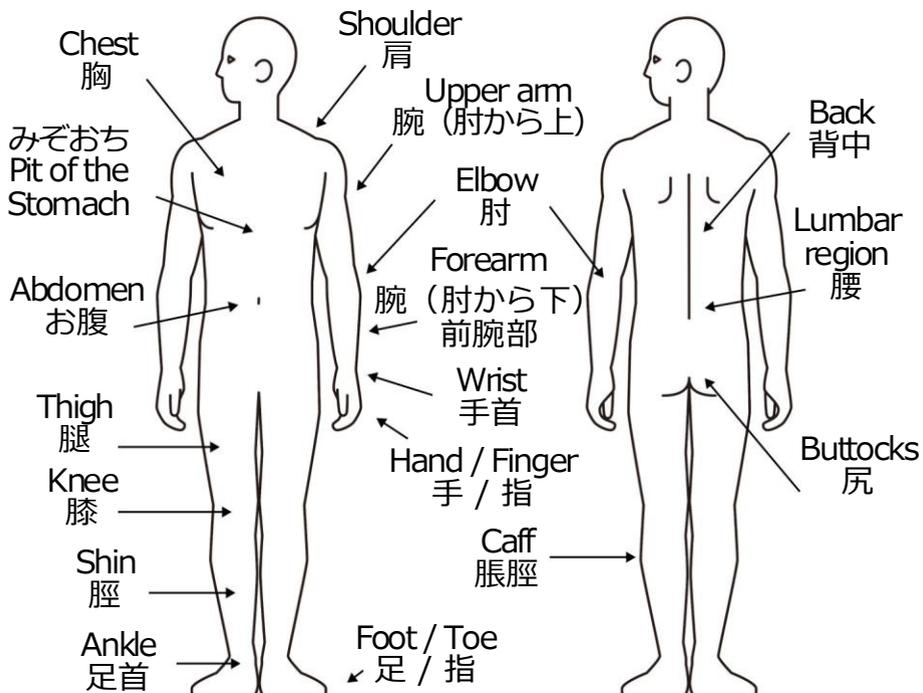
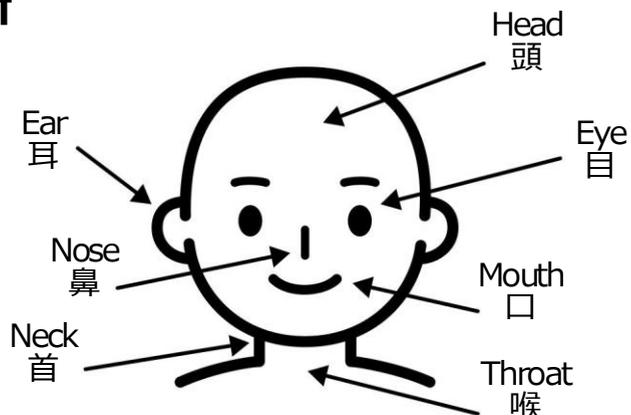
Unconscious / 無意識 / 意識がない

Other / 其他的 / その他

## Where is the problem?

症狀在哪裡？

発症場所



## What is the trouble?

症狀？

症状

Pain / 好痛 / 痛い

Fever / 發燒 / 熱がある

Numbness / 麻木 / しびれる

Seizure / 抽搐 / けいれん

Bleeding / 出血 / 出血がある

Other / 其他的 / その他

## Frequency

頻率

頻度

Constantly / 每次 / いつも

Occasionally / 有時 / 時々

When moved / 當你移動它時 / 動かすと

## Degree

程度

程度

Mild / 輕微 / 軽い

Moderate / 可以忍受 / 我慢できる

Severe / 激烈的 / 激しい

Unbearable / 無法忍受 / 耐えられない

## Other Communication

### 其他溝通

### その他のコミュニケーション

**Yes / 是 / はい**

**No / 否 / いいえ**

**Possible / 可能 / できる**

**Impossible / 不可能 / できない**

**Safe / 安全 / 安全**

**Dangerous / 危険 / 危険**

## When informing the other person about dietary restrictions.

當向對方告知飲食限制時。

食事制限を伝えたい時

Are there any foods you cannot eat for religious reasons?

因宗教原因，有沒有不能吃的食物？

宗教的理由などにより食事制限がありますか？

Halal meal / 清真餐, 穆斯林 /  
ハラール、イスラム教徒

Kosher meal / 猶太潔食, 猶太教 /  
コーシャー食、ユダヤ教

Gluten free / 不含麩質 /  
グルテンフリー

Vegetarian / 素食者 / ベジタリアン

Food allergy / 食物過敏 /  
食品アレルギー

Are there any foods you cannot eat?

作為素食者，有沒有不能吃的食物？

食べられないものはありますか？

Egg / 雞蛋 / たまご

Dairy products / 乳製品 / 乳製品

Milk / 牛奶 / 牛乳

Wheat / 小麥 / 小麦

Buckwheat / 蕎麥 / そば

Peanuts / 花生 / 落花生

Seafood / 海鮮 / 魚介類

Shrimp / 蝦 / えび

Crab / 螃蟹 / かに

Red meat / 紅肉 / 赤身肉

White meat / 白肉 / 白身肉

## Food list

### 食材清單 食材リスト

- Beef / 牛肉 / 牛肉
- Chicken / 雞肉 / 雞肉
- Pork / 豬肉 / 豚肉
- Duck / 鴨肉 / 鴨肉
- Lamb / 羊肉 / 羊肉
- Tuna / 鮪魚 / マグロ
- Salmon / 鮭魚 / サケ
- Sea bream / 鯛魚 / タイ
- Yellowtail / 鰹魚 / ブリ
- Horse mackerel / 竹筴魚 / アジ
- Mackerel / 鯖魚 / サバ
- Octopus / 章魚 / タコ
- Squid / 魷魚 / イカ
- Sea urchin / 海膽 / ウニ
- Salmon roe / 鮭魚子鮭魚卵 / イクラ
- Fish eggs / 魚子魚卵 / 魚卵
- Shellfish / 貝類 / 貝
- Scallop / 干貝 / ホタテ
- Abalone / 鮑魚 / アワビ
- Freshwater clam / 蜆 / シジミ
- Clam / 蛤蜊 / アサリ
- Nori seaweed / 紫菜 海苔 / 海苔
- Wakame seaweed / 紫菜 海帶 / ワカメ
- Sweetfish / 鮪魚 香魚 / アユ
- Trout / 虹鱒 / ニジマス
- Freshwater fish / 河魚淡水魚 / 川魚
- Other / 其他 / その他

# Communication at Evacuation Sites and Shelters

**避難場所、避難所中の溝通**

**避難場所、避難所でのコミュニケーション**

## What happened?

### 發生了什麼事？

in Japanese:

Nah-nee-gah oh-koh-ree-mah-shee-tah-kah

**何が起こりましたか？**

Please point and show / 請指著並告訴我

**指を差して教えてください**

**Tsunami / 海嘯 / 津波**

**Flood / 土石流 / 土砂崩れ**

**Tsunami / 洪水 / 洪水**

**Heavy rain / 大雨 / 大雨**

**Abnormal weather / 氣象異常 / 氣象異常**

**Missile / 飛彈 / ミサイル**

**I don't know / 我不知道 / わからない**

## What should I do?

### 我該怎麼做？

in Japanese:

Nah-nee woh shee-tah-rah ee-deh-skah

**何をしたらいいですか？**

Please point and show / 請指著並告訴我

**指を差して教えてください**

**Evacuation / 避難 / 避難**

**Stay where you are / 等待 / 待機**

**I don't know / 我不知道 / わからない**

Can you guide me to the evacuation shelter?

你能帶我去避難所嗎？

in Japanese:

Hee-nahn-bah-shoh eh yoo-doh-shee-teh koo-reh-mah-skah

避難所へ誘導してくれますか？

Please point and show / 請指著並告訴我  
指を差して教えてください

Yes / 是 / はい

No / 否 / いいえ

How long will it take?

需要多少時間？

in Japanese:

Doh-noh-koo-rai jee-kahn gah kah-kah-ree-mah-skah?

どのくらい時間が  
かかりますか？

Please point and show / 請指著並告訴我  
指を差して教えてください

0

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

minutes / 分鐘 / 分

hours / 小時 / 時間

I don't know / 我不知道 / わからない

## Where is this place?

這裡是哪裡？

in Japanese:

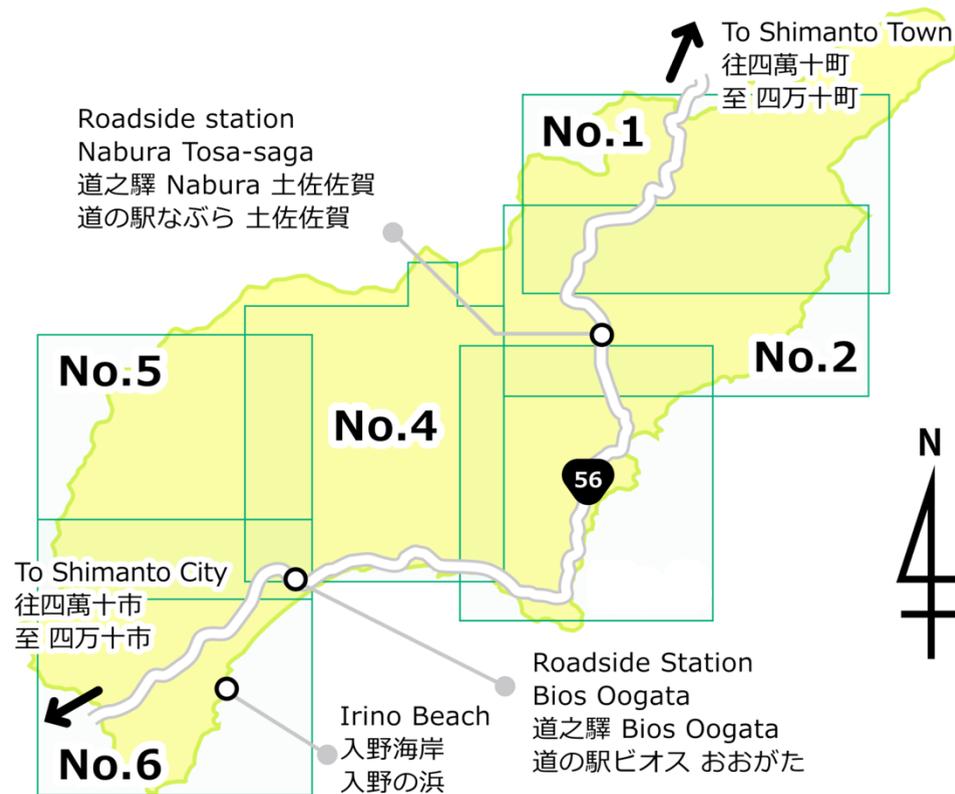
Koh-koh wah doh-koh-deh-skah

ここはどこですか？

Please point to the area number and show me /

請指著區域編號並告訴我

エリアNoを指して教えてください



●● area in Kuroshio Town, Kochi Prefecture

高知縣黑潮町的●●地區

高知県黒潮町の●●地区の

Please point to the area name and show me /

請指著區域名稱並告訴我

地区名を指して教えてください

### No.1

- Suzu / 鈴 / 鈴
- Ichinose / 市野瀬 / 市野瀬
- Sagatachibanagawa / 佐賀橋川 / 佐賀橋川
- Kobushinokawa / 拳之川 / 拳ノ川
- Kobushinokawadanchi / 拳之川團地 / 拳ノ川団地
- Kaina / 荷稻 / 荷稻
- Kawaoku / 川奥 / 川奥

Please point to the area name and show me /  
請指著區域名稱並告訴我

## 地区名を指して教えてください

### No.2

- Koguronogawa / 小黑之川 / 小黑之川
- Nakanogawa / 中之川 / 中之川
- Fubahara / 不破原 / 不破原
- Ichinonogawadanchi / 市野之川團地 / 市野之川団地
- Ichinonogawa / 市野之川 / 市野之川
- Iyoki / 伊与喜 / 伊与喜
- Kumai / 熊井 / 熊井
- Fujinawa / 藤縄 / 藤縄
- Kumanoura / 熊野浦 / 熊野浦

### No.3

- Kamibun / 上分 / 上分
- Sakori / 坂折 / 坂折
- Umaji / 馬地 / 馬地
- Simobun / 下分 / 下分
- Machibun / 町分 / 町分
- Ōwada / 大和田 / 大和田
- Hamamachi / 濱町 / 浜町
- Myōjin / 明神 / 明神
- Kaisyo / 會所 / 会所
- Yokohama / 横濱 / 横浜
- Shirahama / 白濱 / 白浜
- Kashimaso / 鹿島莊 / 鹿島莊
- Sawa / 澤 / 澤
- Idanoura / 伊田浦 / 伊田浦
- Idanosato / 伊田郷 / 伊田郷
- Ariigawa / 有井川 / 有井川

Please point to the area name and show me /  
請指著區域名稱並告訴我

## 地区名を指して教えてください

### No. 4

- Kamikawaguchiura / 上川口浦 / 上川口浦
- Kamikawaguchisato / 上川口郷 / 上川口郷
- Ōmukae / 王迎 / 王迎
- Ōnashi / 王無 / 王無
- Minagawa / 蜷川 / 蜷川
- Ukitsu / 浮津 / 浮津
- Buchi / 鞭 / 鞭
- Kuchiminagawa / 口湊川 / 口湊川
- Seaside home / 海濱家園 / シーサイドホーム

### No.5

- Ogawa / 小川 / 小川
- Tamura / 田村 / 田村
- Kamochihonmura / 加持本村 / 加持本村
- Hontani / 本谷 / 本谷
- Ōyashiki / 大屋敷 / 大屋敷
- Ōigawa / 大井川 / 大井川
- Umani / 馬荷 / 馬荷
- Ōgatatachibanagawa / 大方橋川 / 大方橋川

Please point to the area name and show me /  
請指著區域名稱並告訴我

## 地区名を指して教えてください

### No.6

- Hayazaki / 早咲 / 早咲
- Hamanomiya / 濱之宮 / 浜の宮
- Machi / 町 / 町
- Mangyō / 萬行 / 万行
- Irinohonmura / 入野本村 / 入野本村
- Nishikino / 錦野 / 錦野
- Shiba / 芝 / 芝
- Onbōbata / 御坊畑 / 御坊畑
- Kamitanokuchi / 上田之口 / 上田の口
- Midorino / 緑野 / 緑野
- Shimotanokuchi / 下田之口 / 下田の口
- Tanoura / 田野浦 / 田野浦
- Ideguchi / 出口 / 出口
- Seishinen / 誠心園 / 誠心園
- Seikaen / 生華園 / 生華園
- Sakurano / 桜野 / 桜野

Is there a phone I can use?  
有可以使用的電話嗎？

in Japanese:

Tsoo-kah-eh-roo-den-wah wah ah-ree-mah-skah  
使える電話はありますか？

Please point and show / 請指著並告訴我  
指を差して教えてください

Yes / 是 / はい

No / 否 / いいえ

No / 無法使用電話 / 電話は使えません

Where is the restroom?  
洗手間在哪裡？

in Japanese:

Toy-reh wah doh-koh-deh-skah  
トイレはどこですか？

Please point and show / 請指著並告訴我  
指を差して教えてください

Here / 這裡 / ここ

Over there (pointing) /  
那邊 (指著) / あそこ (指を差す)

Follow me / 跟著我 / ついてきて

I don't know / 我不知道 / わからない

No / 無法使用 / 使えません

**Could I have some food?**

**可以拿到食物嗎？**

in Japanese:

Tah-beh-moh-noh wah moh-rah-eh-mah-skah

**食べ物はもらえますか？**

Please point and show / 請指著並告訴我

**指を差して教えてください**

**Yes / 是 / はい**

**No / 否 / いいえ**

**I don't know / 我不知道 / わからない**

**Can I borrow a blanket?**

**可以借一條毛毯嗎？**

in Japanese:

Moh-oo-foo woh kah-shee-teh koo-reh-mah-skah

**毛布を貸してくれますか？**

Please point and show / 請指著並告訴我

**指を差して教えてください**

**Yes / 是 / はい**

**No / 否 / いいえ**

**Not available / 沒有 / ありません**

# 12

## Embassy Contact Details

各國大使館聯絡方式

各国大使館連絡先

---

The address, phone number, and working hours of embassies of various countries are provided on the following pages.

提供各國大使館的地址、電話號碼及服務時間。

各国の大使館の住所、電話番号、対応時間を掲載しています。

## Embassy Contact Details

各國大使館聯絡方式 / 各國大使館連絡先

### U.S. Embassy

Address: 1-10-5 Akasaka, Minato-ku, Tokyo 107-8424

Phone: 03-3224-5000

Hours: Monday–Friday 8:30–12:00 / 14:00–17:30

Regular holidays: Saturdays, Sundays, and public holidays (both Japanese and U.S. holidays)

### 美國大使館

地址：〒107-0052 東京都港区赤坂1-10-5

電話：03-3224-5000

營業時間：星期一至星期五 8:30–12:00 / 14:00–17:30

定假日：星期六、日及國定假日（日本與美國的國定假日）

### アメリカ大使館

住所：〒107-0052 東京都港区赤坂1-10-5

電話番号：03-3224-5000

営業時間：月～金曜日 8:30-12:00 / 14:00-17:30

定休日：土曜日・日曜日・祝日（日本の祝日とアメリカの祝日）

### Embassy of Canada

Address: 3-38 Akasaka 7-chome, Minato-ku, Tokyo 107-0052

Phone: 03-5412-6200

Hours: 9:00-17:30

Regular holidays: Saturdays and Sundays

### 加拿大大使館

地址：〒107-0052 東京都港区赤坂7丁目3-38

電話：03-5412-6200

營業時間：9:00-17:30

定假日：星期六, 星期日

### カナダ大使館

住所：〒107-0052 東京都港区赤坂7丁目3-38

電話番号：03-5412-6200

営業時間：9:00-17:30

定休日：土曜日・日曜日

## Embassy Contact Details

各國大使館聯絡方式 / 各國大使館連絡先

### British Embassy

Address: 1 Ichiban-cho, Chiyoda-ku, Tokyo 102-0082

Phone: 03-5211-1100

Hours: 9:30-16:30

Regular holidays: Saturdays and Sundays

### 英國大使館

地址：〒102-0082 東京都千代田區一番町1

電話：03-5211-1100

營業時間：9:30-16:30

定假日：週六、週日

### イギリス大使館

住所：〒102-0082 東京都千代田区一番町1

電話番号：03-5211-1100

営業時間：9:30-16:30

定休日：土曜日・日曜日

### Australian Embassy

Address: 2-1-14 Mita, Minato-ku, Tokyo 108-0073

Phone: 03-5232-4111

Hours: 9:00-12:30 / 13:30-17:00

Regular holidays: Saturdays and Sundays

### 澳洲大使館

地址：〒108-0073 東京都港区三田2-1-14

電話：03-5232-4111

營業時間：9:00-12:30 / 13:30-17:00

定假日：星期六, 星期日

### オーストラリア大使館

住所：〒108-0073 東京都港区三田2-1-14

電話番号：03-5232-4111

営業時間：9:00-12:30 / 13:30-17:00

定休日：土曜日・日曜日

## Embassy Contact Details

各國大使館聯絡方式 / 各國大使館連絡先

### New Zealand Embassy

Address: 20-40 Kamiyama-cho, Shibuya-ku,  
Tokyo 150-0047

Phone: 03-3467-2271

Hours: 10:00-16:00

Regular holidays: Saturdays and Sundays

### 紐西蘭大使館

地址：〒150-0047 東京都澀谷區神山町20-40

電話：03-3467-2271

營業時間：10:00-16:00

定假日：星期六, 星期日

### ニュージーランド大使館

住所：〒150-0047 東京都渋谷区神山町20-40

電話番号：03-3467-2271

営業時間：10:00-16:00

定休日：土曜日・日曜日

### Taipei Economic and Cultural Representative Office in Japan

Address: 5-20-2 Shirokanedai, Minato-ku, Tokyo 108-0071

Phone: 03-3280-7811 (Main number)

Hours: Monday to Friday 09:00-12:00, 13:00-18:00

Regular holidays: Saturdays, Sundays, and public holidays

### 台北駐日經濟文化代表處

地址：〒108-0071 東京都港区白金台5-20-25

電話：03-3280-7811 (代表號碼)

營業時間：週一至週五 上午09:00-12:00, 下午13:00-18:00

定假日：星期六, 星期日, 公眾假期

### 台北駐日經濟文化代表処

住所：〒108-0071 東京都港区白金台5-20-25

電話番号：03-3280-7811 (代表番号)

営業時間：月曜日～金曜日 午前09:00～12:00、午後13:00～18:00

定休日：土曜日、日曜日、祝日

## 引用・参考元一覧

「いっどこで起こるか分からない災害に備えるために」

発行元：高知県黒潮町

参照日：2025年3月

「黒潮町地震・津波ハザードマップ」

<https://www.town.kuroshio.lg.jp/pb/cont/bousai-map/501>

運用元：黒潮町

参照日：2025年3月

「共同生活のマナーとルール」

<https://www.pref.shizuoka.jp/bosaikinkyu/sonae/earthquake/bosai-center/1003638/1003653/1003673/1003677/1044007/1030236.html>

運用元：静岡県

参照日：2025年3月

「南海トラフ地震に備えるポータルサイト」

<https://www.town.kuroshio.lg.jp/pb/cont/bousai-taisin/5529>

運用元：高知県黒潮町

参照日：2025年3月

NHK（多言語）

[https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/multilingual\\_links/](https://www3.nhk.or.jp/nhkworld/en/multilingual_links/)

参照日：2025年3月

内閣府（英語）

<https://www.bousai.go.jp/index-e.html>

参照日：2025年3月

国土交通省 災害ポータル（多言語）

<https://www.mlit.go.jp/river/bousai/bousai-portal/index.html>

参照日：2025年3月

Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism Disaster Portal(Multilingual)

<https://www.mlit.go.jp/river/bousai/bousaiportal/en/index.html>

参照日：2025年3月

気象庁（多言語）

<https://www.jma.go.jp/jma/indexe.html>

参照日：2025年3月

高知県（日本語）

<https://www.pref.kochi.lg.jp/sonaeportal2/earthquake/feature.html>

参照日：2025年3月

©2025 SHIKOKU DISTRICT TRANSPORT BUREAU. All rights reserved.

2024 Fiscal Year (Reiwa 6) Sustainable Tourism Site Status and Issues Survey and Acceptance Environment Improvement Project in Kuroshio Town, Kochi Prefecture (Shikoku district Transport Bureau)

令和6年度 高知県黒潮町可持続観光地現状と問題調査と接待環境整備事業（四国運輸局）

令和6年度

高知県黒潮町における持続可能な観光地への現状・課題調査及び受入環境整備事業（四国運輸局）

Issued: April 2025

出版日期：2025年4月

発行：2025年4月

# Memo