ヘルプカード
救助・要請・探す・相談

Help Card Help, Requests, Looking for Something, Contacts

援助卡 救助、请求、寻找、咨询　**헬프 카드** 구조 · 요청 · 찾기 · 상담

- あなたを助けます。いつも身につけてください。内容を見て使い方を練習しましょう。
- This card is here to help you. Always keep it on your person. Look carefully at the card and practice how to use its contents.
- 为您提供援助。请保持随身携带。请阅读内容并练习使用方法。
- 당신을 도와 드리겠습니다.항상 휴대해 주십시오.내용을 보고 사용법을 연습합시다.

探す　Looking for Something　寻找　찾기

- I'm looking for ...　● 我正在找……　● .....을/를 찾고 있습니다.

☞ 探しています。

- Is there someone who can speak English?
- 有人会说外语吗？　● 외국어를 할 수 있는 사람은 있습니까?

☞ 外国語を話せる人はいますか。

- Where should I evacuate to?
- 避难场所在哪里？　● 피난장소는 어디입니까?

☞ 避難する場所はどこですか。

- Where can I make a telephone call?
- 在哪里可以打电话？　● 전화는 어디서 걸 수 있습니까?

☞ 電話はどこで掛けられますか

このカードの使い方　Using this Card
本卡的使用方法　본 카드의 사용법

意志疎通方法　Communication　沟通方法　의사소통 방법

☞
- 印を指して相手に見せる
- Point to the symbol and show it to the other person.
- 用手指向符号标记，请对方查看
- 표시를 손가락으로 가리켜 상대방에게 보인다

- 折りたたんだカードを開いてプロフィール欄には早めに必要事項を記入して下さい。
- Open out the folded card and complete the necessary points in the profile section at your earliest convenience.
- 请打开折叠着的卡片，尽早填写必要事项。
- 접혀 있는 카드를 펼쳐서 프로필란에 미리 필요사항을 기입해 주십시오.

一般社団法人 横浜みなとみらい２１　Yokohama Minato Mirai 21 Corporation
一般社団法人横浜港未来21　일반사단법인 요코하마 미나토미라이21
2015.04

地震が起きた時　If an earthquake occurs.
发生地震时　지진이 일어났을 때

❶ 最初の数分　First several minutes　最初的几分钟　최초의 수 분

- 机の下などに隠れ、頭を守る。家具やガラスから離れる。
- Hide under a desk or other safe place and protect your head.Stay away from furniture and glass.
- 躲在桌子下等处，保护头部。远离家具和玻璃。
- 책상 등의 밑으로 숨어 머리를 보호한다. 가구나 유리가 있는 곳에서 떨어진다

❷ 揺れが治まったら　When the shaking stops　震动停止后　흔들림이 가라앉으면

- →避難口を確認する→災害情報を得る(その場の安全が確認できたら移動しない)→家族の安否確認
- -> Check the location of emergency exits. -> Get information on the disaster. (If you are safe where you are, don't move needlessly) -> Check the safety of your family.
- →确认避难出口→获取灾害信息（若确认该场所是安全的则不要移动离开）→确认家人是否平安
- → 비상구를 확인한다 → 재해정보를 입수한다(지금 있는 장소가 안전하다는 확인이 되면 이동하지 않는다) → 가족의 안부 확인

危険を知らせる日本語を覚えよう　Japanese phrases to warn others of danger
请谨记通知危险情况时的日语　위험을 알리는 일본어를 배우자

● Run away!　● 快逃！　● 도망쳐!	逃げて！　NIGETE!
● Danger!　● 危险！　● 위험해!	危ない！　ABUNAI!
● Evacuate the area.　● 请避难　● 대피하세요	避難してください　HINANSHITEKUDASAI

情報入手方法　How to get information
信息获取方法　정보 입수 방법

❶館内放送、市・区、消防、警察からの情報　❶Information from the PA, from the city or ward, the fire department or the police.　❶设施内的广播、市/区/消防/警察提供的信息　❶관내방송, 시청 · 구청, 소방서, 경찰서의 정보

❷TVモニター等からの情報　❷Information from a TV monitor etc.
❷电视屏幕等播放的信息　❷TV모니터 등으로부터의 정보

❸外国語ラジオ放送　インターFM76.5MHz　❸Foreign language radio broadcasts: InterFM 76.5 MHz　❸外语电台广播　Inter FM76.5MHz
❸외국어 라디오방송 인터FM 76.5MHz

❹横浜市防災情報Eメール（英語版への登録）　❹Yokohama City disaster preparedness information email (register for the English version)　❹横滨市防灾信息 电子邮件（注册英文版）
❹요코하마시 방재정보 E메일(영어판에 등록)

❺『横浜市外国人震災時情報センター』の活用 (YOKE)045-222-1209
❺Use the Earthquake Disaster Information Center for Foreign Residents in Yokohama (YOKE) 045-222-1209　❺灵活利用“横滨市外国人地震时信息中心”(YOKE)045-222-1209 发生灾害而导致电话难以接通时所提供的留言板服务
❺“요코하마시 외국인 지진 시 정보센터”의 활용(YOKE) 045-222-1209 재해 발생으로 전화 연결이 어려워졌을 때 제공하는 전언판 서비스

災害用伝言ダイヤル
Message service for disasters
灾害用留言热线　재해용 전언 다이얼

災害の発生により、電話がつながりにくくなった時に提供する伝言板サービス
A message board service for when phone communication is difficult following a disaster.
发生灾害而导致电话难以接通时所提供的留言板服务
재해 발생으로 전화 연결이 어려워졌을 때 제공하는 전언판 서비스

☎ 171

https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/

☎ 110

- 事件・事故は警察に連絡する。
- Contact the police concerning any incidents or accidents.
- 发生案件、事故时请联系警察。
- 사건 · 사고는 경찰에 연락한다.

- 24H受付、無料、複数言語対応可能。
- Calls are taken 24 hours a day, at no charge, with support for multiple languages.
- 24小时受理，免费，可提供多国语言应对。
- 24시간 접수, 무료, 복수 언어 대응 가능.

☎ 119

- 火事・病気・ケガの時に連絡する。
- Contact in the case of a fire, or if you are ill or hurt.
- 发生火灾、疾病、受伤时请联系。
- 화재 · 질병 · 부상의 경우에 연락한다.

- 24H受付、無料、英語対応可能。
- Calls are taken 24 hours a day, at no charge, with support for English.
- 24小时受理，免费，可提供英语应对。
- 24시간 접수, 무료, 영어 대응 가능.

プロフィール　Profile　概况　프로필

- 日本語と母国語で記入して下さい。
- Complete your profile in both Japanese and your native language.
- 请以日语和您的母语填写。
- 일본어와 모국어로 기입해 주십시오.

● フリガナ　● Furigana　● 注音假名（拼音）　● 후리가나

● 氏名 / 性別 / 血液型　● Name / gender / blood type
● 姓名 / 性别 / 血型　● 성명/성별/혈액형

M / F

A / B / O / AB / RH+ / RH-

● 日本国内での住所(宿泊先)連絡先　● Address in Japan(accommodation)
● 日本国内住址(住宿地点)的联系方法　● 일본 국내의 주소(숙소) 연락처

● 国籍 / 言語 / 母国での連絡先
● Nationality / spoken language / contact details for home country
● 国籍 / 语言 / 在您本国的联系人　● 국적/언어/모국의 연락처

● 大使館の連絡先　● Embassy contact details　● 大使馆的联系方法　● 대사관 연락처

● 持病・薬　● Chronic illnesses or current medications　● 慢性疾病、药物　● 지병 · 약

救助　Help　救助　구조

- I'm injured.　● 我受伤了。　● 다쳤습니다.

☞ ケガをしています。

- I feel unwell.　● 我身体不舒服。　● 몸에 이상이 있습니다.

☞ 体調が悪いです。

- Please take me to a hospital.　● 请带我去医院。　● 병원에 데려가 주십시오.

☞ 病院に連れて行ってください。

- Please give me food and water.　● 请给我水和食物。　● 물과 식량을 주십시오.

☞ 水と食料をください。

要請　Requests　请求　요청

- Please call the police.　● 请叫警察。　● 경찰을 불러 주십시오.

☞ 警察を呼んでください。

- Please take me to ....　● 请带我去.....。　● .....(으)로 데려다 주십시오.

☞ ＿＿へ連れて行ってください。

- Please let me use your toilet.　● 请借用一下洗手间。　● 화장실을 사용하게 해 주십시오.

☞ トイレを貸してください。

- Please contact...　● 请联系.....。　● .....에게 연락해 주십시오.

☞ ＿＿へ連絡してください。

津波警報伝達システムとは　The Tsunami Warning System
海啸警报传播系统是什么　지진해일경보 전달시스템이란

● 気象庁から発表される大津波警報・津波警報・津波注意報を受けて、設置した屋外スピーカーから自動的に津波警報、避難勧告、指示等の緊急情報を放送します。 ● The Tsunami Warning System receives tsunami warnings, tsunami alerts and major tsunami alerts from the Japan Meteorological Agency to automatically broadcast emergency information (e.g. tsunami alerts, evacuation announcements, instructions) from outdoor speakers set up for that purpose. ●接到日本气象厅发布的大海啸警报、海啸警报、海啸预警后，通过设置在户外的扬声器，自动播放海啸警报、避难劝告、指示等紧急信息。 ●기상청에서 발표되는 대형지진해일경보, 지진해일경보, 지진해일주의보를 받아, 설치된 옥외 스피커에서 자동적으로 지진해일경보, 피난권고, 지시 등의긴급정보를 방송합니다.

災害用地下給水タンクとは　Reservoir tank for disasters
灾害用地下供水罐　재해용 지하 급수 탱크

● 地下式の貯水槽で、災害時に飲料水が貯留される構造になっています。仮設の蛇口を取り付け、給水することができます。 ● The disaster reservoir tank is an underground reservoir to be used in emergencies as drinking water. Temporary faucets can be attached to supply water. ●这是一种地下式储水箱，采用了可在发生灾害时储存饮用水的结构。只要装上临时水龙头，即可供水。 ●지하식 저수조이며, 재해 시 식수가 저장되는 구조로 되어 있습니다. 가설 수도꼭지를 설치해 급수할 수 있습니다.

ヨコハマポートサイド地区
Yokohama Portside District

山内地区
Yamanouchi District

貨物線
(Freight Line)

みなとみらい橋
Minato Mirai-hashi Bridge

内貿(耐震)バース
Earthquake-Resistant Domestic Berth

国土交通省関東地方整備局
京浜港湾事務所
Keihin Port Office, Kanto Regional Development Bureau, Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism

臨港パーク
Rinko Park

国立横浜国際会議場
National Convention Hall of Yokohama

みなとみらい
ぶかりさん橋
Minato Mirai Pukari-sanbashi Pier

新港客船ターミナル
Shinko Passenger Terminal
横浜市映像文化施設(東京芸術大学大学院)
Graduate School of Tokyo National University of Fine Arts and Music

横浜海上防災基地
Yokohama Marine Disaster Prevention Complex

横浜港さん橋国際客船ターミナル
Yokohama International Passenger Terminal

横浜みなとみらい
スポーツパーク
Yokohama Minatomirai Sports Park

高島水際線公園
Takashima Suisaisen Park

パシフィックロイヤルコートみなとみらい
Pacific Royal Court Minatomirai

オーシャンタワー
Ocean Tower

展示ホール
Exhibition Hall

ヨコハマグランドインターコンチネンタルホテル
InterContinental Yokohama Grand

カップヌードルミュージアム
Cupnoodles Museum

カップヌードルミュージアムパーク
CUPNOODLES MUSEUM PARK

赤レンガパーク
Aka-Renga Park

ピア赤レンガ
Pier Aka-Renga

赤レンガ倉庫
Aka-Renga Soko

パシフィコ横浜
PACIFICO Yokohama -Pacific Convention Plaza Yokohama -

Audi みなとみらい
Audi Minatomirai

JICA 横浜
JICA Yokohama

新港サークルウォーク
Shinko Circle Walk

マリノスタウン
Marinos Town

アーバンタワー
Urban Tower

Brillia Grande みなとみらい
Brillia Grande Minatomirai

M. M. TOWERS

けいゆう病院
Keiyu Hospital

国際大通り
Kokusai-odori Blvd.

会議センター
Conference Center

高島中央公園
Takashima-Chuo Park

神奈川県警察みなとみらい分庁舎
Kanagawa Prefectural Police Minatomirai Koban

国際橋
Kokusai-bashi Bridge

横浜みなとみらい万葉倶楽部
Yokohama Minatomirai Manyo Club

グランドオリエンタルみなとみらい
THE GRAND ORIENTAL MINATOMIRAI

新港中央広場
Shinko Central Plaza

富士ゼロックス R&D スクエア
FUJI XEROX R&D SQUARE

横浜新都市ビル
Yokohama Shintoshi Building

水際線プロムナード
Waterside Promenade

はまみらいウォーク
Hamamirai Walk

スカイビル
Yokohama Sky

とちのき通り
Tochinoki-dori Ave.

キング軸
King Axis

M. M. TOWERS FORESIS

みなとみらいビジネススクエア
Minato Mirai Business Square

横浜みなとみらいホール
Yokohama Minato Mirai Hall

横浜ベイホテル東急
Yokohama Bay Hotel Tokyu

横浜ワールドポーターズ
Yokohama World Porters

象の鼻パーク
Zou-no-hana Park

ピア象の鼻
Pier Zou-No-Hana

新港橋
Shinko-bashi Bridge

みなとみらい大橋
Minato Mirai-ohashi Bridge

みなとみらい歩道橋
Minatomirai Pedestrian Bridge

グローバルラーニングセンター
Global Learning Center

みなとみらい線
Minatomirai Line

MMパークビル
MM Park Building

みなとみらいセンタービル
Minatomirai Center Building

横浜メディアタワー
Yokohama Media Tower

みなとみらい駅
Minatomirai Station

クイーンモール
Queen Mall

クイーンズスクエア横浜
Queen's Square Yokohama

よこはまコスモワールド
Yokohama Cosmo World

新港町交番
Shinkocho Koban

運河パーク
Unga Park

横浜国際船員センター「ナビオス横浜」
Yokohama International Seamen's Center "Navios Yokohama"

横浜第一港湾合同庁舎
Port & Harbors Joint Office No. 1

横浜税関分関
Customs House Branch

横浜税関(クイーンの塔)
Yokohama Custom House (Tower of Queen)

山下臨港線プロムナード
Yamashita Rinko Line Promenade

BankART Studio NYK

横浜駅
Yokohama Station

日産自動車株式会社グローバル本社
Nissan Motor Co., Ltd., Global Headquarters

新高島駅
Shin-Takashima Station

M. M. MID SQUARE

MARK IS みなとみらい
MARK IS minatomirai

グランモール軸
Grand Mall Axis

グランモール公園
Grand Mall Park

アニヴェルセル みなとみらい横浜
ANNIVERSAIRE MINATOMIRAI YOKOHAMA

万国橋
Bankoku-bashi Bridge

神奈川県警察本部
Kanagawa Police Headquarters

神奈川県庁(キングの塔)
Kanagawa Prefectural Government (Tower of King)

横浜駅東口ランプ
Yokohama Station East Ramp

横浜三井ビルディング
YOKOHAMA MITSUI BUILDING

すずかけ通り
Suzukake-dori Ave.

横浜アイマークプレイス
YOKOHAMA i-MARK PLACE

みなとみらいグランドセントラルタワー
MM Grand Central Tower

さくら通り
Sakura-dori Ave.

汽車道
Kishamichi Promenade

スーパーオートバックス
SUPER AUTOBACS

横浜ブルーアベニュー
Yokohama Blue Avenue

リーフみなとみらい
Leaf Minatomirai

いちょう通り
Ichio-dori Ave.

横浜美術館
Yokohama Museum of Art

横浜第二合同庁舎
Yokohama Government Joint Offices Bldg. No.2

日本大通り駅
Nihon-odori Station

LIXIL横浜みなとみらいショールーム
LIXIL Yokohama Minatomirai Showroom

PRYME GALLERYみなとみらい
PRYME GALLERY MINATOMIRAI

横浜ランド マークタワー
The Landmark Tower Yokohama

けやき通り
Keyaki-dori Ave.

クイーンズ軸
Queen Axis

三菱重工 横浜ビル
Mitsubishi Juko Yokohama Building

横浜ホームコレクション
Yokohama Home Collection

横浜ロイヤルパークホテル
Yokohama Royal Park Hotel

横浜みなと博物館
Yokohama Port Museum

北仲通地区
Kitanaka-dori District

馬車道駅
Bashamichi Station

横浜市開港記念会館(ジャックの塔)
Yokohama Port Opening Memorial Hall (Tower of Jack)

高島二丁目歩道橋
Takashima 2-chome Pedestrian Bridge

PC デポ
PC Depot

西松屋
Nishimatsuya

シンクロン本社ビル / 新館
Shincron Head Office / The Annex

横浜アンパンマンこどもミュージアム&モール
Yokohama Anpanman Children's Museum & Mall

アルカエラ
ARUKAEFU

みなとみらい大通り
Minato Mirai-odori Blvd.

トヨタジョイパーク
Toyota Joy Park

横浜銀行本店ビル
Bank of Yokohama Head Office Building

日本丸メモリアルパーク
Nippon-maru Memorial Park

動く歩道
Moving Walkway

北仲橋
Kitanaka-bashi Bridge

横浜アイランドタワー
Yokohama i-Land Tower

首都高速神奈川1号横浜線
Metropolitan Expressway Kanagawa Route No. 1 Yokohane Line

JR線
JR Line

LIXIL横浜みなとみらいショールーム
LIXIL Yokohama Minatomirai Showroom

日産カーパレス
Nissan Carpalace Minato Mirai 21

日石横浜ビル
Nisseki Yokohama Building

県民共済プラザビル
Kenminkyosai Plaza Building

相鉄線道線
Sotetsu Line

京浜急行線
Keikyu Line

高島町駅
Takashimacho Station

みなとみらいランプ
Minato Mirai Ramp

DHC センタープラント
District Heating and Cooling Center Plant

横浜市営地下鉄(ブルーライン)
Yokohama Municipal Subway (Blue Line)

みなとみらい21クリーンセンター
Minato Mirai 21 Clean Center

TOCみなとみらい
TOC Minatomirai

ニューオータニイン横浜
New Otani Inn Yokohama

クロスゲート
Cross Gate

横浜桜木町ワシントンホテル
Yokohama Sakuragicho Washington Hotel

富士ソフトビル
FUJISOFT Building

横浜桜木町郵便局
Yokohama Sakuragi Post Office

桜木町駅
Sakuragicho Station

野毛ちかみち
Noge Chikamichi Passageway

桜木町駅
Sakuragicho Station

0　100m　200m　300m　400m　500m　1000m

平成27年4月現在
as of April 2015

凡例　Legend　凡例　범례

- 津波警報伝達システム設置場所　Location of Tsunami Warning System
  海啸警报传播系统设置地点　지진해일경보 전달시스템 설치 장소
- 災害拠点病院　Disaster base hospital
  灾区医院　재해 거점 병원
- 災害用地下給水タンク　Reservoir tank for disasters
  灾害用地下供水罐　재해용 지하 급수 탱크
- 交番　Police box
  派出所　파출소
- 公共トイレ　Public toilets
  公共厕所　공중화장실