

ぼうさいカード

Precauções em caso de emergência. (ポルトガル語)

บัตรป้องกันตัวจากภัยพิบัติ (タイ語)

កាតការបង្ការគ្រោះមហន្តរាយ (カンボジア語)

ばすぽーと おな おお

パスポートと同じ大きさです。

O tamanho é igual ao do passaporte.

มีขนาดเท่าหนังสือเดินทาง

ຕ້មានទំហំដូចគ្នាលើខិតស្តង់ដែន។

大和市

やまとし
Município de Yamato
เทศบาลยามาโตะ
ក្រុងយ៉ាម៉ាតូ

1

できれば日本語で書いてください。
Escreva em japonês, se possível

กรุณาเขียนเป็นภาษาญี่ปุ่นถ้าคุณเขียนได้
សូមសរសេរជាភាសាជប៉ុនប្រសិនបើអាចធ្វើបាន។

なまえ

Nome

ชื่อสกุลและชื่อตัว

ឈ្មោះ

家族や知人の連絡先
Telefone de familiares e conhecidos

หมายเลขโทรศัพท์ของสมาชิกครอบครัวและคนรู้จักกัน
ទំនាក់ទំនងនៃក្រុមគ្រួសារហើយនិងអ្នកស្គាល់

助けが必要な家族
Famíliares que precisam de ajuda

ครอบครัวที่ต้องการความช่วยเหลือ
ក្រុមគ្រួសារត្រូវការការជួយ

2

生年月日
Data de nascimento

วันเกิด

ថ្ងៃខែឆ្នាំកំណើត

血液型
Tipo sanguíneo

หมู่เลือด

ឈាម

A · B · O · AB

Rh + · Rh -

国・ことば
País · Língua

สัญชาติ / ภาษาที่พูดได้

ប្រទេស, ភាសា

病気・薬
Doenças · Remédios

โรคที่เจ็บป่วย / ยารักษาโรค

ជំងឺ, ថ្នាំ

3

地震が起きたら
Caso tenha terremoto

หากเกิดแผ่นดินไหว

ពេលដែលរញ្ជួយផែនដីបានកើតឡើង

【たてものの中にいるとき
Quando estiver dentro de um estabelecimento fechado

ในขณะที่คุณอยู่ในสิ่งก่อสร้าง

ពេលនៅក្នុងអគារ】

①つくえの下にかくれてください。②火を消してください。
③まどやとびらをあけてください。逃げるためです。
④ガラスがわれます。くつをはいてください。

1. Entre debaixo da mesa 2. Apague o fogo
3. Abra portas e janelas para a fuga.
4. Os vidros poderão quebrar. Calce os sapatos.

1. ขอให้หลบใต้โต๊ะ 2. ขอให้ดับไฟ 3. ขอให้เปิดหน้าต่างและประตูเตรียมทางหนี 4. กระຈຈจะแตก ขอให้ใส่รองเท้า

1. សូមចូលក្រោមតុ 2. សូមពន្លត់ភ្លើង។ 3. ដើម្បីរត់គេចផុតសូមបើកបង្អួចនិងទ្វារ។
4. កញ្ចក់បែក, សូមពាក់ស្បែកជើង។មានន័យថា

⑤外に いるとき
Quando estiver fora

ในขณะที่คุณอยู่ข้างนอก

ពេលនៅខាងក្រៅ】

①頭を守ってください。ガラスや看板が落ちてきます。
②電柱、自動販売機、ブロック塀から離れましょう。

1. Proteja a cabeça.Há possibilidades de cair vidros ou placas.

1. ให้องกันหัว กระຈຈและป้ายจะตกลงมา
2. ขอให้หนีไปจากเสาไฟฟ้า ตู้ขายของอัตโนมัติ และกำแพงอิฐบล้อก

1. ត្រូវប្រយ័ត្នក្បាល។មានកញ្ចក់ឬក្តារធ្លាក់សំគាល់ស្ថាប័នធ្លាក់មក។មានន័យថាត្រូវប្រុងប្រយ័ត្ន
2. សូមចាកឆ្ងាយពីបង្គោលសរសរភ្លើង, ម៉ាស៊ីនលក់, នឹងរបងប្លុក។

4

火事が起きたら
Quando tiver incêndio

หากเกิดไฟไหม้

ពេលមានភ្លើងធ្វើ

①逃げられるときは下に逃げます。火とけむりは上に広がります。
②ぬれたハンカチで鼻と口をおさえます。
③体を低くしてください。けむりを吸わないためです。
④エレベーターは使わないでください。
⑤火が小さいときは消してください。

1. Quando puder fuja para baixo. O fogo e a fumaça alastram na parte de cima.
2. Tampe a boca e nariz com um lenço umidecido.
3. Abaixo o corpo o máximo possível, para não respirar a fumaça.
4. Não utilize o elevador
5. Apague se o fogo estiver pequeno.

1. เมื่อคุณสามารหหนีไปได้ คุณควรหนีไปชั้นล่าง ไฟและควันไฟจะลอยขึ้นไปด้านบน
2. ขอให้ปิดปากปิดจมูกด้วยผ้าเช็ดหน้าชุบน้ำ
3. ขอให้ก้มตัวให้ต่ำที่สุด ทั้งนี้เพื่อไม่สูดดมควันไฟ
4. อย่าใช้ลิฟท์
5. หากเพลิงมีขนาดเล็ก ขอให้ดับเพลิง

1. ពេលរត់ចេញសូមរត់ចេញទៅខាងក្រោម។ ភ្លើងនិងផ្ទៃងភ្លើងរាលដាលមកលើ។
2. សូមយកកន្សែងដៃសើមមកខ្ទប់មាត់។
3. ដើម្បីកុំឱបិតផ្ទៃងចូល, សូមបន្ទាបខ្លួន។
4. សូមកុំប្រើជណ្តើរយន្ត។
5. សូមបិតពេលភ្លើងខ្សោយ។

6

雨が強いとき
Quando estiver chovendo forte

หากฝนตกหนัก

ពេលភ្លៀងធ្លាក់ខ្លាំង

①川からはなれてください。
②浸水します。早めに避難してください。

1. Afaste-se dos rios.
2. O local será inundado. Fuja o mais depressa possível.

1. ขอให้หนีไปจากบริเวณแม่น้ำคลอง
2. น้ำจะท่วม ขอให้อพยพลี้ภัยโดยด่วน

1. សូមចាកចេញពីកន្លែងស្ទឹង
2. មានលិចទឹកសូមជៀសចេញ, មានន័យថាត្រូវជៀសចេញពីទឹកលិច។

③窓やとびらを しましましょう。
④外のものを 家の中に いれましょう。
⑤外に出ないようにしましょう。

1. Feche as janelas e portas.
2. Guarde dentro de casa as coisas que estão fora.
3. Não saia para fora.

1. ขอให้ปิดหน้าต่างปิดประตู
2. ขอให้เก็บสิ่งของข้างนอกเข้าบ้าน
3. ไม่ควรออกไปข้างนอกบ่อย

1. សូមបិតបង្អួចទ្វារ 2. សូមយករបស់នៅខាងក្រៅយកមកទុកក្នុងផ្ទះ។
3. សូមកុំចេញមកខាងក្រៅ។

8

風が強いとき
Quando estiver ventando forte

หากลมพัดแรง

ពេលខ្យល់ខ្លាំង

①窓やとびらを しましましょう。
②外のものを 家の中に いれましょう。
③外に出ないようにしましょう。

1. Feche as janelas e portas.
2. Guarde dentro de casa as coisas que estão fora.
3. Não saia para fora.

1. ขอให้ปิดหน้าต่างปิดประตู
2. ขอให้เก็บสิ่งของข้างนอกเข้าบ้าน
3. ไม่ควรออกไปข้างนอกบ่อย

1. សូមបិតបង្អួចទ្វារ 2. សូមយករបស់នៅខាងក្រៅយកមកទុកក្នុងផ្ទះ។
3. សូមកុំចេញមកខាងក្រៅ។

9

火事・救急のときの連絡先

Telephone em caso de incêndio・emergência

หมายเลขโทรศัพท์ในขณะเกิดไฟไหม้ และในภาวะฉุกเฉิน

កន្លែងទំនាក់ទំនងកំពុងមានកើនឡើងនេះបន្ទាន់



119



災害用伝言ダイヤル

Serviço de mensagens

บริการส่งข้อความ

សេវាសារ



171

災害多言語支援センター

Centro multilingue de desastres

ศูนย์ความช่วยเหลือด้วยหลายภาษาในขณะภัยพิบัติ

មជ្ឈមណ្ឌលគាំទ្រគ្រោះមហន្តរាយច្រើនភាសា

☎ 046-260-5164

☎ 046-260-5126

大使館の連絡先

Telefone da embaixada

หมายเลขโทรศัพท์ของสถานทูต

កន្លែងទំនាក់ទំនងអគ្គនាយកដ្ឋាន

10

急いでもちだすもの

Coisas que devem ser retirados com urgência

สิ่งของที่รีบติดตัวไปด้วย

យករបស់ចេញជាបន្ទាន់



お金、通帳、はんこ Dinheiro, caderneta do banco, carimbo เงิน สมุดบัญชีเงินฝาก ดวงตรา លុយ,សៀវភៅបង់,ត្រា	パスポート、在留カード Passaporte, cartão de residência (Zairyu card) หนังสือเดินทาง บัตรผู้พำนัก (ไซริวการ์ด) លិខិតឆ្លងដែន, កាតសិទ្ធិរស់នៅ
ラジオ rádio วิทยุ ប្រកាសតាមវិទ្យុ	ライター、マッチ Isqueiro, Fósforo ไฟแช็ก ไม้ขีดไฟ ដែកកេះ,ឈើតូស
懐中電灯 Lanterna ไฟฉาย ពិល	くすり Remédios ยารักษาโรค ថ្នាំ
服、軍手、下着 Roupas,luvas, roupas íntimas เสื้อผ้า ถุงมือผ้า เสื้อชั้นใน សម្លៀកបំពាក់,ស្រោមដៃ, ខោក្នុងអាវក្នុង	

いつも備えておくもの

Coisas que sempre devem estar preparadas

สิ่งของที่เตรียมไว้เสมอ

របស់ដែលត្រូវត្រៀមទុក



飲み水 Bebidas น้ำดื่ม ទឹកផឹក	※3日分より多く Para mais de 3dias มากกว่าปริมาณที่ใช้ 3 วัน និងមានច្រើនជាងបរិមាណបីថ្ងៃ
食べもの Comidas อาหาร របស់បរិភោគ	
燃料 Combustível เชื้อเพลิง ប្រេងឥន្ធនៈ	

11

通訳サービス

Serviços de intérpretes

บริการล่ามแปลภาษา

សេវាបកប្រែ

スペイン語 Español.	毎週火・金 Martes y viernes.	9:00-12:00	市役所 国際・男女共同参画課 Repartição Kokusai/Danjokyodosankaku-ka Prefeitura de Yamato แผนกนานาชาติและเข้าร่วมวางแผนโดยชายหญิง ที่ทำการเทศบาลยามาโตะ นางสาวสุภาวดี วัฒนวิทย์ ☎ 046-263-8305
ベトナム語 Tiếng Việt	毎週水 Thứ Tư	9:00-12:00 13:00-16:00	公益財団法人 やまとしこくさいかきょうかい 大和市国際化協会 Associação internacional de Yamato สมาคมนานาชาติเทศบาลยามาโตะ นางสาวสุภาวดี วัฒนวิทย์ ☎ 046-260-5126
中国語 中文	第1・3・5木 第1、3、5个周四	9:00-12:00	
タガログ語 Tagalog	第2・4木 Ika-2,4 Huwebes ng Buwan	9:00-12:00	
英語 English	月～金 Every Weekday	9:00-12:00 13:00-17:00	

13

災害の情報を集めてください。

Reúna informações sobre desastres.

ขอให้เก็บรวบรวมข้อมูลด้านภัยพิบัติ

សូមប្រមូលព័ត៌មានពីគ្រោះមហន្តរាយនេះ

無線スピーカーからの放送

(電話でも聞けます。)

Transmissão através de alto-falantes sem fio (Pergunte por telefone.)

การกระจายเสียงจากหอกระจายเสียง (สามารถรับฟังทางโทรศัพท์ได้อีกด้วย)

ប្រកាសមេត្រី (អាចស្តាប់តាមទូរស័ព្ទ)

☎ 0120-112-933

ラジオ放送

Rádio

การถ่ายทอดเสียงทางวิทยุ

ប្រកាសតាមវិទ្យុ

FMやまと FM Yamato

เอฟเอ็มยามาโตะ FM ยะมาต

77.7MHz

ホームページの防災情報システム

Página do sistema de informações de refúgio

ระบบข้อมูลด้านภัยพิบัติในโฮมเพจ

ទំព័រដើមនៃប្រព័ន្ធការពារគ្រោះមហន្តរាយ

URL <http://www.bousaiyamato.jp/>

やまとPSメール

(防災・防犯のメールを受けとります。)

したアドレスに空メールを送って登録してください。)

Yamato PS mail (Poderá receber mensagens de prevenção contra desastres e segurança. Mande uma mensagem em branco para o endereço abaixo e cadastre-se.)

ยามาโตะพีเอสเมล (รับเมลเกี่ยวกับการป้องกันตัวจากภัยพิบัติและการป้องกันตัวจากอาชญากรรม กรุณาส่งเมลเปล่าไปที่แอดเดรสด้านล่างนี้ และลงทะเบียน)

អ៊ីមែល PSយ៉ាម៉ាតូ(អាចទទួលអ៊ីមែលការបង្ការគ្រោះមហន្តរាយនិងសន្តិសុខមួយ។)

សូមអ៊ីមែលពុំមានសរសេរអ្វីនៅខាងក្រោមអាសយដ្ឋាននេះហើយចុះឈ្មោះ)

E-mail : yamato@mpx.wagmap.jp



15

避難する場所をしらべてください。

Local de refúgio

สถานที่อพยพลี้ภัย

កន្លែងជ្រកស្នូល

【はじめに避難する場所

Local de refúgio principal

สถานที่อพยพลี้ภัยในขั้นแรก

កន្លែងជ្រកស្នូលមុនដំបូង】

【火事のときに避難する 広い公園

Em caso de incêndio o local de refúgio é no parque grande

สวนสาธารณะใหญ่สำหรับอพยพลี้ภัยในขณะเกิดไฟไหม้

កន្លែងជ្រកស្នូលក្នុងពេលមានកើនឡើងនេះ】

【生活できる場所は ちかくの学校です。

O local que é possível ficar é na escola mais próxima.

สถานที่ที่คุณสามารถพักอาศัยอยู่ได้ คือ โรงเรียนใกล้เคียง

ទីកន្លែងអាចរស់នៅបានគឺក្បែរសាលារៀននោះ។】

17