

# やさしい日本語の手引き

～困ったときに使うことば～



にせんじゅうごねん さんがつ  
2015年3月  
おかやまけん  
岡山県

## 困ったときの日本語

### 1. 自分のことを説明するとき

- わたしは〇〇です。
- わたしは〇〇に住んでいます。
- わたしは〇〇人です。



### 2. 事故にあったとき

- 助けて。
- 車にぶつかりました。
- けがをしている人がいます。救急車を呼んでください。

### 3. 自分の物を盗まれたとき、なくしたとき

- 泥棒です。
- 〇〇(財布、かばん)をなくしました。
- 〇〇を盗まれました。

### 4. 火事があったとき

- 火事です。
- 逃げてください。
- 急いでください。

### 5. 医者に診てもらいたいとき

- 病院に行きたいです。
- 病院に連れていってください。

### 6. 病気・けがの様子を説明するとき

- 〇〇(足、お腹、頭)が痛いです。
- 咳が出ます。
- 下痢をしています。
- 熱があります。



## 災害のときの持ち物

パスポート

預金通帳・印鑑

在留カード

健康保険証

携帯電話・充電器

ろうそく

食べ物

ライター

水

ナイフ・缶切り・栓抜き

ラジオ

ティッシュ

懐中電灯

タオル

ヘルメット

ビニール袋

お金

上着・下着

薬

軍手(作業用手袋)

## やさしい日本語への言い換え

〇病気

言葉	意味
初診	初めて診察を受ける
再診	2回目以降、診察を受ける
横になってください	寝てください
精密検査	詳しい検査
悪化する	もっと悪くなる
服用する	飲む

## やさしい日本語への言い換え

〇事件・事故(1)

言葉	意味
盗難	物を盗まれる
重傷	大きなけがをする
出血	血が出る
骨折	骨が折れている
救助	助ける
応急手当 応急措置	すぐに行う手当て

## やさしい日本語への言い換え

〇事件・事故(2)

言葉	意味
救急車	けがをした人を乗せて病院に行く車
治療	病気を治す 手当する
呼吸	息
通報する	連絡する
現在地	いま いる所

## やさしい日本語への言い換え

〇火事

言葉	意味
火災	火事・燃える
火の元	ガスの元栓や電気コンセント
引火する	火がつく
出火	火がでる
炎上する	燃える
消火する	火を消す
消防車	火を消す車

## やさしい日本語への言い換え

### ○台風

言葉	意味
台風	強い雨が降り強い風が吹く天気
大雨	雨がたくさん降る
豪雨	大雨よりたくさん雨が降る
洪水	大雨や豪雨により川の水があふれる
浸水	家に水が入る
土砂崩れ	山から土や石が一度にたくさん落ちてくる
警戒する	気をつける

## やさしい日本語への言い換え

### ○災害(1)

言葉	意味
災害	地震、火事、津波など大変なことにあう
停電	電気が止まる
断水	水が出なくなる
不通	電話・道路・鉄道が使えない
行方不明	人がどこにいるかわからない
安否	人が大丈夫かどうか(生きてるか死んでいるか)
犠牲者	死んだ人やけがをした人
被害者	災害などの被害にあった人
救援	助ける

## やさしい日本語への言い換え

### ○地震

言葉	意味
地震	地面が揺れる
余震	大きな地震のあとにくる地震
揺れ	家や道が大きく動く
震度	地震の大きさ
震源地	地震の中心
津波	高い波
落下	物が落ちる
倒壊	建物が壊れる
転倒	物や人が倒れる
避難	安全なところに逃げる
高台	山の上やビルの屋上などの高い場所
速やかに ただちに	すぐに、急いで

## やさしい日本語への言い換え

### ○災害(2)

言葉	意味
死者	死んだ人
死亡する	死ぬ
迂回する	違う道を使う
運転を見合わせる 連休	(電車などが) 動かない
欠航	(船や飛行機が) 動いていない
常備薬	いつも使っている薬
現金	お金
食料	食べ物
備える	用意する

## 自分の情報・困ったときの連絡先

なまえ 名前：	
うまれた日 生まれた日：	年 月 日
けつきがた 血液型：	型 性別： 男 ・ 女
すんでいる所 住んでいる所：	
わたし 私の話せる言語：	
かぞく 家族や友達の連絡先 (日本国内)：	
かぞく 家族や友達の連絡先 (自分の国)：	
パスポート番号：	
びょうき 病気やけがで救急車を呼ぶ：	1 1 9 番 火事： 1 1 9 番
もの 物を盗まれた：	1 1 0 番
ひろしまにゅうこくかんりきよおかまやましゅつちょうしよ 広島入国管理局岡山出張所：	086-234-3531
ちか 近くの病院：	
たいしかん 大使館・領事館：	

※空欄には自分で書きましょう。

この手引きを作成するにあたり、参考にした文献(五十音順に掲載)

- ・愛知県地域振興部国際課多文化共生推進室
- ・弘前大学人文学部社会言語学研究室 (増補版)「やさしい日本語」作成のためのガイドライン、同研究室HP
- ・気象庁リーフレット「震度と揺れ等の状況(概要)」
- ・福岡県国際交流局交流第一課
- ・京都府国際課「外国籍住民のための安心・安全情報」
- ・「外国人のための防災ハンドブック」
- ・埼玉県総合政策部国際課
- ・山形県国際交流協会「やさしい日本語会話集」
- ・「外国人にやさしい日本語表現の手引」2006
- ・静岡県企画広報部多文化共生課
- ・「地震防災ガイドブック『やさしい日本語』版」
- ・とんだばやし国際交流協会「どないしたん？」

はっこう  
発行 岡山県県民生活部国際課  
〒700-8570 岡山市北区内山下 2-4-6  
TEL：086-226-7284  
FAX：086-223-3615