

## 警察への通報（110番電話）

どろぼうや暴力の被害、交通事故にあったときは、警察署に110番電話（局番なし、無料、24時間体制）してください。

### 110番電話

「110」に電話をして、

- ① 何が
- ② いつ
- ③ どこで

あったのかを話してください。

携帯電話から通報するときは、通報場所、携帯電話番号を必ず伝えてください。

住所がわからないときは、目印となる建物や目標物を伝えてください。通報後

も電源を切らないでください。

### 交番

各地域には交番があり、警官がいます。

交番では、地域のパトロール、犯罪防止、家出人や落とし物の届出等を担当しています。

## Para llamar a la policía (marque 110)

Marque 110 para comunicar cualquier robo, violencia o accidente de tráfico. La llamada es gratuita, no es necesario marcar el código de área y está disponible las 24 horas del día.

### Marque 110

Marque 110 e informe:

- (1) Qué aconteció
- (2) Cuándo aconteció
- (3) Dónde aconteció

Si está llamando de un teléfono móvil informe siempre su localización y el número de su móvil. Si no consigue ubicarse, intente identificar algún edificio cercano que sirva como punto de referencia.

No apague su teléfono después de hacer la llamada.

## Kōban (Puesto Policial)

El Kōban es un pequeño puesto policial, en donde los policías efectúan patrullas locales para prevenir crímenes. Procesan los informes sobre desapariciones, pérdidas y/o extravío de objetos personales, etc.

## 忘れ物・落とし物をしたら

すぐに警察署か交番に届けましょう。クレジットカードやキャッシュカードなどをなくしたときは、急いで発行元に連絡し、第三者の利用を差し止めましょう。

運転免許証、健康保険証、在留カード、パスポートなどをなくしたときも、至急発行元に届け出てください。

### 乗り物の中でなくしたとき

次の所に問い合わせしてみましょう。

その際、行き先や時間、降りた所などわかれば探しやすくなります。

- ・電車：駅(又は駅員)
- ・バス、タクシー：会社の営業所

### 建物の中でなくしたとき

その建物の管理部署に問い合わせましょう。貴重品は警察に届けられますが、それ以外の物はしばらくの間、保管してかれていることがあります。

### 落とし物を拾ったら

なるべく早く近くの交番や警察署に届けます。乗り物内やデパートなどで拾ったときは、従業員に届けましょう。

## Pérdida o extravío de objetos personales

En caso de pérdida o extravío de objetos personales diríjase a un puesto policial (kōban) más próximo. Si usted perdió la tarjeta de banco o la de crédito entre en contacto inmediatamente con las instituciones emisoras de la tarjeta para evitar el uso de terceros. En caso de pérdida del permiso de conducción, el Seguro de Salud, la tarjeta de residencia para extranjeros, pasaporte o cualquier otro documento de identificación entre en contacto inmediatamente con las autoridades emisoras de dichos documentos.

## Pérdidas de objetos personales en el transporte público

Diríjase a los siguientes lugares y comunique detalladamente el lugar y la hora que lo perdió:

- ・Tren: Oficina de la estación (o comuníquese con el empleado de la estación).
- ・Autobús o Taxi: Oficina central de la empresa.

## Pérdida de objetos personales en un edificio

Diríjase a la administración del edificio. Los objetos de valor serán entregados a la policía, mientras que los demás objetos serán guardados temporalmente en la administración del edificio.

## Cuando encuentre algún objeto extraviado

Entregue a un puesto policial más próximo en la brevedad posible. Si encuentra algún objeto extraviado dentro de un transporte público o en una tienda entréguelo al empleado.

## 交通事故

### 交通事故を起こしたとき

1. すぐに傷ついた人を手当てし、道路外など安全な場所へ移動します。けががひどい場合は、救急車（119番電話）を呼びましょう。
2. 警察（110番電話）へ連絡をして、指示を受けてください。
3. 加入している保険会社へ連絡します。連絡が遅くなると保険で処理ができなくなる場合があります。

### 交通事故の被害にあったとき

1. すぐに警察署に届けます。事故の届出がされていないと、保険金支払請求に必要な交通事故証明書が受けられないことがあります。
2. 運転していた人と、車の持ち主（運転していた人が車の所有者でない場合）の住所、氏名、車両番号、保険の加入年月日、保険会社名を確認します。
3. 大きなけがではなくても、症状が悪くなることがあるので、医師の診断をうけておきましょう。

## Accidentes de tráfico

### En caso de un accidente

1. Socorra inmediatamente a los heridos, llévelos a un lugar seguro (fuera de la carretera).  
Si es necesario llame a la ambulancia (marque 119).
2. Comuníquelo a la policía (marque 110) y siga las instrucciones.
3. Comuníquelo a la compañía aseguradora. Algunas compañías aseguradoras requieren que se comunique el incidente inmediatamente para su posterior trámite de indemnización.

### Si es víctima de un accidente

1. Comunique el acontecimiento inmediatamente a la policía.  
Es necesario presentar a la compañía aseguradora el certificado de accidente emitido por la policía para el trámite de indemnización.
2. Anote el nombre del conductor, del propietario (en caso de que el conductor no sea el propietario), la dirección, el número de placa, los datos de la póliza de seguros y de la compañía aseguradora.
3. Acuda al médico inmediatamente, pues algunos síntomas pueden aparecer o agravarse posteriormente.

## 救急車を呼ぶ（119番電話）

急病や大けがで、自分で病院に行けないときには、電話番号「119」（局番なし、無料、24時間体制）に電話をかけて、救急車を呼びます。

あわてず、落ち着いて、正確にすることが大切です。話がうまくできないときは、近くの人に頼みましょう。

### 119番電話

係が出たら、次の要領で、はっきり言いましょう。

1. 火事・救急のどちらかをはっきり言う。
2. 場所を知らせる。近くの目標物も教える。
3. 何が起こったかを知らせる。病人・けが人の様子や人数などの情報も正確に伝える。

## Para llamar a la ambulancia (marque 119)

Si no se encuentra capacitado para dirigirse a un hospital debido a una enfermedad o un accidente, llame una ambulancia marcando 119 (la llamada es gratuita y no es necesario marcar el código de área. Disponible las 24 horas). Manténga la calma y trate de comunicar de forma clara lo ocurrido. Si no consigue comunicarse correctamente, pida ayuda a su alrededor.

### Marque 119

Comuniqué de forma clara y precisa la siguiente información:

1. Comuniqué si es un incendio o una emergencia.
2. Localice el sitio. Describa algunos puntos de referencia en las proximidades del lugar.
3. Informe detalladamente lo acontecido; si hay heridos o enfermos, la cantidad de personas involucradas.

## 休日・夜間の診療

休日や夜間に急病人やけが人が出たときは、休日急患診療所や休日当番医で診療を受けることができます。

### 休日急患診療所

#### 【岡山市】

◇岡山市休日夜間急患診療所

◇岡山市休日急患歯科診療所

岡山市北区東中央町3-14

(旧市民病院別館1F)

TEL : 086-225-8280

#### 【倉敷市】

◇倉敷歯科衛生センター(休日のみ)

倉敷市昭和2-2-17

TEL : 086-422-2122

◇倉敷市休日夜間急患センター

倉敷市新田 2689

TEL:086-425-5020

#### 【津山市】

◇津山歯科医療センター診療所

(休日のみ)

津山市沼6-15

TEL : 0868-22-4021

## Atención médica en días festivos (feriados) y horarios nocturnos

En caso de urgencia por alguna enfermedad o accidente en los días festivos y horarios nocturnos, es posible consultar con un médico de urgencias o de turno en un hospital o en una clínica.

### Instituciones Sanitarias de Urgencias en días festivos (feriados)

#### En la ciudad de Okayama

◇ Okayama-shi Kyûjitsu Yakan Kyukan Shinryôsho (Clínica de urgencias de noche de vacaciones de Okayama)

◇ Okayama-shi Kyûjitsu Kyûkan Shika Shinryôsho (Clínica dental de urgencias de Okayama)

1er. Piso de Kyu-Shimin Byôin Bekkan, 3-14 Higashi Chûô cho, Kita ku, Okayama-shi

TEL: 086-225-8280

#### En la ciudad de Kurashiki

◇ Kurashiki Shika Eisei Sentâ (Clínica dental de Kurashiki) (Atención solo en días festivos)

2-2-17 Showa, Kurashiki shi

TEL: 086-422-2122

◇ Kurashiki Kyujitsu Yakan Kyukan Sentâ

2689 Shinden Kurashiki-shi

TEL:086-425-5020

#### En la ciudad de Tsuyama

◇ Tsuyama Shika Iryô Sentâ Shinryôsho

(Clínica dental de Tsuyama) (Atención solo en días festivos)

6-15 Numa, Tsuyama shi

TEL: 0868-22-4021

#### 【新見市】

◇新見市休日診療所

(内科・小児科)

新見市高尾2306-5

TEL : 0867-72-0334

### 休日当番医

市町村の広報誌や新聞に、休日に診療を行う当番医の案内が載っています。

「岡山県災害・救急医療情報システム」のウェブサイトで岡山県内各地域の休日当番医や休日夜間急患診療所を調べることができます。

<https://www.qq.pref.okayama.jp/>

### 県内の主な救急告示病院

救急告示病院とは、主に重症の救急患者の診療にあたり、県から救急告示施設の認可を受けている医療機関です。

県内の主な救急告示病院で、外国語で診てもらえる診療科がある病院は、次のとおりです。病院を受診するときは、事前に電話などで確認してください。

#### En la ciudad de Niimi

◇ Niimi Kyûjitsu Shinryôsho (Clínica de Niimi en días festivos)

(Medicina general y pediatría)

2306-5, Takao, Niimi-shi

TEL.:0867-72-0334

### Instituciones sanitarias abiertas en los días festivos (feriados)

Puede obtener información acerca de los hospitales disponibles en los días festivos en los informativos locales de cada municipio y en los periódicos, e incluso puede averiguar el médico o especialista que desea consultar. También puede encontrar una lista de las instituciones sanitarias de emergencias y urgencias en la página web de Okayama ken Saigai Kyûkyû Iryô Jôhō System (Sistema de Informaciones de Servicios de Emergencias y Urgencias Médicas en caso de desastres en la Provincia de Okayama).



### Hospitales designados para casos de urgencias en la provincia de Okayama

Estos hospitales están designados por el gobierno de la provincia de Okayama para atender a pacientes graves en caso de urgencia y emergencia.

A continuación puede encontrar una lista de hospitales de urgencias que poseen empleados de habla extranjera. Antes de acudir a uno de estos hospitales es recomendable llamar y confirmar por teléfono.

がいにこくごたいおんが できるおも、 きゅうきゅうごくじびょういん  
**外国語対応ができる主な救急告示病院**

**Lista de hospitales designados para urgencias que poseen intérpretes**

**N.B. : 標榜診療科の略号説明 (Abreviatura de las especialidades médicas)**

CG : 内科 Clínica general、C : 外科 Cirugía、P : 小児科 Pediatría、

OR : 整形外科 Ortopedia、O : その他 Otras

病院名 Hospitales	所在地 Dirección	標榜診療科 Especialidad Médica	電話番号 TEL	対応言語 Idiomas
国立病院機構 岡山医療センター Okayama Iryô Sentâ (Centro Medico de Okayama)	岡山市北区田益 1711-1 1711-1 Tamasu, Kita-ku,Okayama-shi	CG, C, P, OR, O	086- 294-9911	英語 Inglés
その他の言語は翻訳機で対応可能な範囲 Otros idiomas están disponibles mediante un traductor electrónico.				
岡山赤十字病院 Okayama Sekijûji Byôin (Hospital de la Cruz Roja de Okayama)	岡山市北区青江 2-1-1 2-1-1 Aoe Kita-ku, Okayama-shi	CG, C, P, OR, O	086- 222-8811	英語 Inglés
岡山済生会総合病院 Okayama Saiseikai Sôgô Byôin (Policlinica Okayama Saiseikai)	岡山市北区国体町 2-25 2-25 Kokutai-cho, Kita-ku, Okayama-shi	CG, C, P, OR, O	086- 252-2211	英語、中国語 Inglés, chino
電話による医療通訳サービス (17 か国語) 利用可 Disponible el servicio de intérpretes médicos a través de las líneas telefónicas en 17 idiomas.				
岡山済生会外来センター病院 Okayama Saiseikai Gairai Center Byôin (Hospital Centro Ambulatorio de Okayama Saiseikai)	岡山市北区伊福町 1-17-18 1-17-18 Ifuku-cho, Kita-ku, Okayama-shi	IM, S, P, OR	086- 252-2211	英語、中国語 Inglés, chino
電話による医療通訳サービス (17 か国語) 利用可 Disponible el servicio de intérpretes médicos a través de las líneas telefónicas en 17 idiomas.				
岡山市立市民病院 Okayamashiritsu Shimin Byôin	岡山市北区北長瀬表町 3 丁目 20-1 3-20-1 Kitagase Omotemachi Kita-ku, Okayama-shi	CG, C, P, OR, O	086- 737-3000	英語 Inglés
心臓病センター榎原病院 Shinzobyô Center Sakakibara Byôin (Hospital Centro Cardiologico Sakakibara)	岡山市北区中井町 2-5-1 2-5-1 Nakai-cho, Kita-ku,Okayama-shi	CG, C, OR, O	086- 225-7111	英語 Inglés
福渡病院 Fukuwatari Byôin	岡山市北区建部町福渡 1000,1000 Fukuwatari Takebe-cho, Kita-ku, Okayama-shi	CG, C, OR, O	086- 722-0525	英語 Inglés

病院名 Hospitales	所在地 Dirección	標榜診療科 Especialidad Médica	電話番号 TEL	対応言語 Idiomas
岡山大学病院 Okayama Daigaku Byôin (Hospital universitario de Okayama)	岡山市北区鹿田町 2-5-1 2-5-1 Shikata-cho, Kita-ku,Okayama-shi	CG, C, P, OR, O	086- 223-7151	英語 Inglés
※他の言語については要事前連絡 Se require consultar previamente para otros idiomas.				
佐藤病院 Satô Byôin (Hospital Satô)	岡山市南区築港栄町 2-13 2-13 Chikkô Sakae- Machi Minami-ku, Okayama-shi	CG, C, OR, O	086- 263-6622	英語、 ドイツ語 Inglés, alemán
セントラルシティ病院 Central City Byôin (Hospital Central City)	岡山市南区築港栄町 19-30 19-30 Chikkô Sakae- Machi Minami-ku, Okayama-shi	CG, C, P, OR	086- 264-3111	英語 Inglés
重井医学研究所附属病院 Shigei Igaku Kenkyusho Fuzoku Byôin	岡山市南区山田 2117 2117 Yamada, Minami-ku, Okayama-shi	CG, C, P, O	086- 282-5311	英語 Inglés
竜操整形外科病院 Ryûsô Seikei Geka Byôin (Hospital Ortopedico Ryûsô)	岡山市中区藤原 21-1 21-1 Fujiwara, Naka-ku, Okayama-shi	OR, O	086- 273-1233	英語 Inglés
岡山旭東病院 Okayama Kyokutô Byôin	岡山市中区倉田 567-1 567-1 Kurata, Naka-ku,Okayama-shi	CG, OR, O	086- 276-3231	英語、中国語 Inglés, chino
岡山協立病院 Okayama Kyoritsu Byôin	岡山市中区赤坂本町 8-10 8-10 Akasaka, Honmachi, Naka-ku, Okayama-shi	CG, C, P, OR, O	086- 272-2121	英語 Inglés
きくち脳神経外科内科クリニック Kikuchi Nôshinkeigeka Clinic	岡山市中区関 436-7 436-7 Seki Naka-ku,Okayama-shi	IM, S, P, OR, O	086- 237-8585	英語 Inglés
岡村一心堂病院 Okamura Isshindô Byôin	岡山市東区西大寺南 2-1-7 2-1-7 Saidaiji Minami, Higashi-ku, Okayama-shi	CG, C, OR, O	086- 942-9900	英語、中国語 Inglés, chino

びょういんめい 病院名 Hospitales	しょざいち 所在地 Dirección	ひょうぼうしんりょうか 標榜診療科 Especialidad Médica	でんわばんごう 電話番号 TEL	たいおうげんご 対応言語 Idiomas
中條歯科医院 Nakajō Shika Iin (Clinica Dental Nakajō)	瀬戸内市長船町土師 8-7 8-7 Haji, Osafune-cho, Setouchi-shi	O	0869-26-4874	英語 Inglés
倉敷中央病院 Kurashiki Chûō Byōin (Hospital Central de Kurashiki)	倉敷市美和 1-1-1 1-1-1 Miwa, Kurashiki-shi	CG, C, P, OR, O	086-422-0210	英語 Inglés
		19 言語対応電話通訳サービスあり (24 時間 365 日) Disponible el servicio de intérpretes a través de las líneas telefónicas en 19 idiomas. (todos los días, las 24hs.)		
倉敷記念病院 Kurashiki Kinen Byōin	倉敷市中島 831 831 Nakashima, Kurashiki-shi	CG, C, OR, O	086-465-0011	英語、中国語 Inglés, chino
倉敷第一病院 Kurashiki Dai-ichi Byōin	倉敷市老松町 5-3-10 5-3-10 Oimatsu-cho, Kurashiki-shi	CG, C, OR, O	086-424-1000	英語 Inglés
		24 時間ではない、要問合せ Sin atención las 24hs, Requiere consulta previa		
倉敷成人病センター Kurashiki Seijinbyō Sentā	倉敷市白楽町 250 250 Bakuro-cho, Kurashiki-shi	CG, CC, P, OR, O	086-422-2111	英語 Inglés
水島協同病院 Mizushima Kyōdō Byōin	倉敷市水島南春日町 1-1 1-1 Mizushima Minami Kasuga-cho, Kurashiki-shi	CG, C, P, OR, O	086-444-3211	英語 Inglés
児島中央病院 Kojima Chûō Byōin (Hospital Central de Kojima)	倉敷市児島小川町 3685 3685 Kojima Ogawacho, Kurashiki-shi	CG, C, P, OR, O	086-472-1611	英語、中国語 Inglés, chino
水島中央病院 Mizushima Chûō Byōin (Hospital Central de Mizushima)	倉敷市水島青葉町 4-5 4-5 Mizushima Aoba-cho, Kurashiki-shi	CG, C, P, OR, O	086-444-3311	英語 Inglés
水島第一病院 Mizushima Dai-ichi Byōin	倉敷市神田 2-3-33 2-3-33 Kanda, Kurashiki-shi	CG, C, OR, O	086-444-5333	英語 Inglés
玉島第一病院 Tamashima Dai-ichi Byōin	倉敷市玉島 1334-1 1334-1 Tamashima, Kurashiki-shi	CG, C, OR, O	086-526-5511	英語 Inglés

びょういんめい 病院名 Hospitales	しょざいち 所在地 Dirección	ひょうぼうしんりょうか 標榜診療科 Especialidad Médica	でんわばんごう 電話番号 TEL	たいおうげんご 対応言語 Idiomas
玉島協同病院 Tamashima Kyōdō Byōin	倉敷市玉島柏島 5209-1 5209-1 Kashiwajima, Tamashima, Kurashiki-shi	CG, C, O	086-523-1234	英語 Inglés
金光病院 Konkō Byōin	浅口市金光町占見新田 740 740 Urami Shinden Konkōcho, sakuchi-shi	CG, C, P, OR, O	0865-42-3211	英語 Inglés
南岡山医療センター Minami Okayama Iryō Sentā (Centro Médico Okayama Minami)	都窪郡早島町早島 4066, 4066 Hayasima, Hayashima-cho, Tsukubo-gun	CG, C, P, OR, O	086-482-1121	英語 Inglés
笠岡市立市民病院 Kasaoka Shiritsu Shimin Byōin	笠岡市笠岡 5628-1 5628-1 Kasaoka Kasaoka-shi	CG, C, P, OR, O	0865-63-2191	英語 Inglés
笠岡第一病院 Kasaoka Dai-ichi Byōin	笠岡市横島 1945 1945 Yokoshima, Kasaoka-shi	CG, C, P, OR, O	0865-67-0211	英語 Inglés
薬師寺慈恵病院 Yakushiji Jikei Byōin	総社市総社 1-17-25 1-7-25 Soja, Soja-shi	CG, C, OR, O	0866-92-0146	英語 Inglés
高梁中央病院 Takahashi Chûō Byōin (Hospital Central de Takahashi)	高梁市南町 53 53 Minami-machi, Takahashi-shi	CG, C, OR, O	0866-22-3636	英語 Inglés
高梁整形外科医院 Takahashi Seikeigeka Iin	高梁市本町 11-1 11-1 Hon-machi Takahashi-shi	OR	0866-22-1531	英語 Inglés
近藤病院 Kondō Byōin	真庭市勝山 1070 1070 Katsuyama, Maniwa-shi	CG, C, OR, O	0867-44-2671	英語 Inglés
津山中央病院 Tsuyama Chûō Byōin (Hospital Central de Tsuyama)	津山市川崎 1756 1756 Kawasaki, Tsuyama-shi	CG, C, P, OR, O	0868-21-8111	英語、中国語 Inglés, chino
		※他言語については事前連絡 Requiere consulta previa para el servicio en otros idiomas.		
矢掛町国民健康保険病院 Yakagecho Kokumin Kenkohoken Byōin (Hospital Nacional de Seguros de la Salud Yakegecho)	小田郡矢掛町矢掛 2695 2695 Yakage Yakage-cho, Oda-gun	CG, C, OR, O	0866-82-1326	英語、中国語 Inglés, chino

## Expresiones útiles en Hospitales

### Buscando un Hospital

. Por favor, ¿cuál es el hospital más cercano que haga cirugías?

. ¿Dónde está la recepción?

### En la recepción

- Esta es mi primera consulta.
- No pedí cita, pero ¿me podría atender?
- Me gustaría pedir cita.
- ¿A qué hora comienza a atender la recepción?
- ¿Dónde puedo esperar?
- Disculpe estoy esperando mucho tiempo. (¿Tendré que esperar todavía?)
- Necesito el medicamento (la receta), por favor .
- ¿Dónde está la Caja?
- ¿Cuánto cuesta?

### Byôin o sagasu toki

- Chikaku no geka no byôin o oshiete kudasai.
- Uketsuke wa doko desuka?

### Uketsuke de

- Kyô ga hajimete (shoshin) desu.
- Yoyaku shite imasen ga mite moraemasu ka?
- Yoyaku o onegai shimasu.
- Uketsuke wa nanji kara desu ka?
- Doko de mattara ii desu ka?
- Anô, mada deshô ka? (mada kakarimasu ka?)
- Kusuri (Shohôsen) o kudasai.
- Kaikei wa doko desuka?
- O-ikura desu ka?

### びょういん 病院をさがすとき

- 近くの外科の病院を教えてください。
- 受付はどこですか。

### うけつけ 受付で

- 今日が初めて(初診)です。
- 予約していませんが診てもらえますか?
- 予約をお願いします。
- 受付は何時からですか。
- どこで待ったらいいですか。
- あのう、まだでしょうか？(まだかかりますか?)
- 薬(処方箋)をください。
- 会計はどこですか?
- おいくらですか?

- Ingreso
- caja (tesorería)
- historia clínica
- tarjeta de consulta
- sala de consulta
- defecación
- orina
- seguro de salud
- medicamentos
- paciente externo
- farmacia
- receta
- temperatura
- menstruación
- síntomas
- dermatología
- odontología
- gastroenterología
- otorrinolaringología
- gastroenterología
- ginecología y obstetricia
- medicina interna
- cirugía oral y maxilofacial
- oftalmología
- ortopedia
- pediatría
- psiquiatría
- cirugía plástica
- cirugía

- nyûin
- kaikei
- karute
- shinsatsu-ken
- shinsatsu-shitsu
- haiben
- hainyô
- hoken
- kusuri
- gairai
- yakkyoku
- shohôsen
- taion
- gekkei, seiri
- shôjô
- hifu-ka
- shi-ka
- shôkaki-ka
- jibi-inkô-ka
- ichô-ka
- san-fujin-ka
- nai-ka
- kôkû-ge-ka
- gan-ka
- seikei-ge-ka
- shôni-ka
- seishin-ka
- keisei-ge-ka
- ge-ka

- にゅういん  
入院
- かいけい  
会計
- カルテ
- しんさつけん  
診察券
- しんさつしつ  
診察室
- はいべん  
排便
- はいりょう  
排尿
- ほけん  
保険
- くすり  
薬
- がいらい  
外来
- やっきよく  
薬局
- じょほうせん  
処方箋
- たいおん  
体温
- げつけい、せいり  
月経、生理
- しやうじょう  
症状
- ひふか  
皮膚科
- しか  
歯科
- しょうかきか  
消化器科
- じびんこうか  
耳鼻咽喉科
- いちようか  
胃腸科
- さんふじんか  
産婦人科
- ないか  
内科
- こうくうげか  
口腔外科
- がんか  
眼科
- せいけいげか  
整形外科
- しょうにか  
小児科
- せいしんか  
精神科
- けいせいげか  
形成外科
- げか  
外科

## En el consultorio

- Me siento mal
- Tengo fiebre
- Me siento débil
- Tengo náuseas
- Tengo dolor de cabeza
- Tengo dolor de estómago a veces
- No tengo apetito
- Tengo diarrea
- Soy alérgica al huevo

## Síntomas

- anemia
- estreñimiento
- tos
- diarrea
- mareo, vértigo
- presión alta
- dolor
- dolor agudo
- dolor al tocar
- dolor punzante
- dolor sordo
- dolor extenso
- flema
- falta de aire

## Shinsatsu-shitsu de

- Kibun ga warui desu.
- Netsu ga arimasu.
- Karada ga darui desu.
- Hakike ga arimasu.
- Atama ga totemo itai desu.
- Onaka ga tokidoki itamimasu.
- Shokuyoku ga arimasen.
- Geri o shite imasu.
- Tamago no arerugî ga arimasu.

## Shôjô

- hinketsu
- benpi
- seki
- geri
- memai
- kô-ketsuatsu
- itami
- surudoï itami
- sawaruto itai
- zukizuki-suru itami
- nibui itami
- hiroi itami
- tan
- ikigire

## 診察室で

- 気分が悪いです。
- 熱があります。
- 身体がだるいです。
- 吐き気があります。
- 頭がとても痛いです。
- おなかが時々痛みます。
- 食欲がありません。
- 下痢をしています。
- 卵のアレルギーがあります。

## 症状

- 貧血
- 便秘
- 咳
- 下痢
- めまい
- 高血圧
- 痛み
- 鋭い痛み
- さわると痛い
- ずきずきする痛み
- 鈍い痛み
- 広い痛み
- 痰
- 息切れ

## Medicamentos

- antibiótico
- medicamento para la tos
- gárgara
- analgésico
- yeso
- efectos secundarios
- vacunación preventiva
- inyección
- cirugía
- rehabilitación (fisioterapia)
- rayos X

## Kusuri · Shinryô

- kôsei busshitsu
- seki-dome
- ugai
- itami-dome
- gipusu
- fuku-sayô
- yobô-sesshu
- chûsha
- shujutsu
- rihabiri
- rentogen

## 薬 · 診療

- 抗生物質
- 咳止め
- うがい
- 痛み止め
- ギプス
- 副作用
- 予防接種
- 注射
- 手術
- リハビリ
- レントゲン

## 消防車を呼ぶ（119番電話）

火事かじのときは、すぐきんじょに近所ひとの人に「火事かじです」と知らせ、消防車しょうぼうしやを呼びます。

このとき、日本語にほんごで「火事かじです。場所ばしょは〇〇です。」と言えるようにしておきましょう。

## あわてず、正確せいさくに

次の要領つぎで「119」番ばん（局番きょくばんなし、無料むりよう、24時間体制じかんたいせい）に電話でんわしましょう。

1. 火事かじであることをはっきり知らせる。
2. 住所じゅうしょを正確せいさくに、詳しく知らせる。目標もくひょうになる建物たてもものが近くちかにあればそれも伝える。
3. 何がどうしたかを正確せいさくに伝える。
4. 通報者つうほうしやの名前なまえと電話番号でんわばんごうを知らせる。

## Para llamar al cuerpo de bomberos (Marque 119)

En caso de incendio avise inmediatamente a su alrededor exclamando “*Kaji desu*” = “FUEGO” y enseguida llame a los bomberos.

Es preferible saber informar diciendo: “*Kaji desu. Basho wa {...} desu.*” = “Hay un incendio. El lugar es {...}”

## Mantenga la calma e informe claramente

Marque 119 (la llamada es gratuita, disponible las 24 horas y no es necesario marcar el código de área). Este número también sirve para llamar la ambulancia. Informe al personal que:

1. Hay un incendio.
2. Y el lugar del incendio. Si es posible informe también el nombre de algún edificio que sirva de referencia.
3. Informe detalladamente lo que está sucediendo.
4. Diga el nombre y el número de teléfono de la persona que está informando.

## 地震じしんにあったら

日本にほんは、世界有数の地震国せかいゆうすう じしんこくです。地震じしんは、いつ発生はっせいするかわかりません。地震じしんが発生はっせいしたら特に次のことに注意ちゅういしてください。

1. まず、テーブルや机つくえの下したに身を隠かくしましょう。
2. 揺れゆれが取おまったら、コンロやストーブの火ひを止めましょう。
3. 窓まどや戸とを開あけ、逃げ道つみちを確保かくほしましょう。
4. 火ひが出でたら、消火器しょうかきやバケツみずにくんだ水みずで小火ほやのうちに消けしましょう。
5. 落ち着おちつきいて外そとへ出でましょう。瓦かわらやガラスなどの落下物らつかぶつに注意ちゅういしましょう。
6. 倒れやすいブロック塀たお、門柱へい、自動販売機じどうはんばいきには近づちかづかないようにしましょう。
7. 余震よしんや山やま・崖崩れがけず、津波つなみに注意ちゅういしましょう。
8. 市町村役場しちょうそんやくばやラジオからの正しい情報ただを入手じょうほうし、安全あんぜんな場所ばしょへ逃げにげましょう。
9. 地震じしんの発生はっせいに備そなえて、非常時持出品ひじょうじもちだしひん（p.20参照さんしやう）を準備じゅんびし、持ち出もちだしやすいたち所に置いておきましょう。

## En caso de terremoto

Japón es uno de los países con mayor prevalencia de terremotos en el mundo.

Son impredecibles, por lo que recuerde, en caso de un terremoto:

1. Colóquese debajo de una mesa o de un escritorio.
2. Apague el fuego de la cocina y el horno.
3. Asegure el camino de evacuación abriendo las puertas y las ventanas.
4. Apague el foco de incendio con un extintor o baldes de agua, antes de que se extienda el fuego.
5. Evacúe teniendo cuidado con los objetos que puedan caer desde arriba, como tejas y cristales.
6. No se acerque a las murallas, portones, columnas, máquinas vendedoras, ya que puedan derrumbarse fácilmente.
7. Tenga cuidado con las réplicas, desmoronamientos, deslizamientos de montañas y los tsunamis (maremotos) si está en la costa.
8. Infórmese correctamente con la radio, con la televisión o con la información recibida del ayuntamiento (municipalidad) y evacue a un lugar seguro.
9. Prepare una mochila con objetos de emergencia para casos de desastres y déjelo en un lugar de fácil alcance. Es recomendable preparar medicamentos, linternas, radios, pilas, fósforos, cascos, guantes, medias, ropa interior, agua, comidas instantáneas, dinero, etc. (pág. 20)

## 震度とマグニチュード

震度は「揺れる大きさ」です。いろいろなところで調べます。

震度1から震度7まであります。震度7は一番大きい地震です。

マグニチュードは、地震の大きさです。地震の中心（震源）で調べます。

## “Shindo” y magnitud

La escala sísmica “Shindo” se utiliza frecuentemente en Japón y se refiere a la intensidad del temblor del terremoto. Se obtiene midiéndose en varias zonas. La escala se mide del 1 al 7, siendo el 7 la mas intensa.

La magnitud es una escala logarítmica que sirve para medir la energía que produce un terremoto y representa su tamaño. Se mide por su hipocentro.

震度3 Intensidad 3	家の中で、地震がわかります。食器が少し揺れます。 La mayoría de las personas pueden notar el temblor dentro de sus casas. Los platos pueden moverse.
震度4 Intensidad 4	揺れていることが家の中でわかります。 Se puede notar el temblor dentro del edificio.
震度5弱 Baja Intensidad 5	みんな「危ない」と思います。皿や本が棚から落ちます。 Se siente “peligro”. Los platos y los libros pueden caerse de los muebles.
震度5強 Alta Intensidad 5	みんな「怖い」と思います。家具が倒れます。 Se siente “miedo” y “peligro”. Las estanterías se caen.
震度6弱 Baja Intensidad 6	立つことができません。ドアが壊れて開きません。家具が倒れます。家が壊れます。 No es posible mantenerse de pie. Las puertas se rompen y no pueden abrirse. Los edificios se dañan.
震度6強 Alta Intensidad 6	立つことができません。家が倒れます。 No es posible mantenerse de pie. Los edificios pueden derrumbarse.
震度7 Intensidad 7	動くことができません。建物が壊れます。道路が壊れます。 Es imposible moverse. Los edificios se derrumban. Las calles se destruyen.

## 台風・水害に備える

日本では、夏から秋にかけて台風が多く、地すべりや洪水の被害が出ることがあります。台風が近づいたら、天気予報に注意し、登山・釣り・海水浴などは控えてください。特に、次のことに気をつけましょう。

1. 停電に備えて懐中電灯や携帯ラジオを準備する。
2. 非常時持出品を用意する。(p.20参照)
3. 最寄りの避難場所・避難経路を確認する。気象情報に十分注意して、避難勧告や指示が出れば速やかに避難する。
4. 強風の時には外出しない。
5. 折れた電柱や垂れ下がった電線には近寄らない。

## Cómo prepararse para tifones e inundaciones

Durante los días de verano y otoño, en Japón son frecuentes los tifones, que pueden causar deslizamientos de tierra e inundaciones.

Siempre que se aproxime un tifón, preste atención a las previsiones del tiempo y evite realizar actividades tales como montañismo, pesca o natación. No se acerque a la costa ni al río.

Recuerde:

1. Prepare linternas y una radio portátil para casos de apagón de luz.
2. Prepare una mochila con objetos de emergencia para desastres (ver pag. 20)
3. Verifique el lugar de evacuación y su recorrido. Infórmese sobre la previsión del tiempo y evacúe inmediatamente si es necesario.
4. Permanezca dentro de su casa mientras haya vientos fuertes.
5. No se acerque a los faros ni a los cables de alta tensión.

## 災害専用ダイヤル

地震や台風のとき電話はかかりにくくなる場合があります。災害専用ダイヤルを使って安否確認や家族、友達に連絡することができます。

## Llamadas en caso de desastre

En caso de un gran terremoto o tifón, puede marcar los siguientes números para comunicarse con sus familiares o amigos para asegurarse de sus vidas.

## ◆災害用伝言ダイヤル 171 Llamada telefónica en caso de desastre 171

メッセージを入れる「1711（自分の電話番号）」

Para dejar un mensaje, llame al 1711 mas su número de teléfono

メッセージを聞く「1712（相手の電話番号）」

Para escuchar un mensaje de un conocido, presione 1712 mas el número de teléfono de esa persona

web171	<a href="https://www.web171.jp/">https://www.web171.jp/</a>	
ドコモ Docomo	<a href="http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi">http://dengon.docomo.ne.jp/top.cgi</a>	
au	<a href="http://dengon.ezweb.ne.jp/">http://dengon.ezweb.ne.jp/</a>	
ソフトバンク Softbank	<a href="http://dengon.softbank.ne.jp/J">http://dengon.softbank.ne.jp/J</a>	
Y!mobile	<a href="http://www.ymobile.jp/service/dengon/">http://www.ymobile.jp/service/dengon/</a>	
J-anpi	<a href="http://anpi.jp/top">http://anpi.jp/top</a>	

## 非常時持ち出し品 Lista de objetos que debe llevar en caso de emergencia

チェック	逃げる時に持っていくもの、いつも準備しておくもの	
Marque	Objetos que debe llevar	
	食べるもの（非常食）	Comida (de reserva)
	飲みもの（水など）	Bebida (agua)
	懐中電灯	Linterna
	ヘルメット	Casco
	携帯電話の充電器	Cargador de móvil
	着替え（服・下着・靴下）	Vestimenta (ropa, ropa interior, calcetines)
	タオル	Toalla
	トレットペーパー・ティッシュペーパー	Papel higiénico y pañuelo
	軍手	Guantes
	マスク	Mascarilla (barbijo)
	歯みがき	Cepillo de dientes
	ビニール袋	Bolsa de plástico
	台所用ラップ	Film transparente
	わりばし（スプーン・フォーク） 紙皿・紙コップ	Palillos, cuchara, tenedor, platos y vasos de plástico
	使い捨てカイロ（寒いとき）	Calentador
	ラジオ	Radio
	ローソク・ライター	Vela, mechero
	はさみ・ナイフ	Tijera, cuchillo
	筆記用具	Lápiz, bolígrafo
	通帳・はんこ	Libreta de banco y sellos
	パスポート	Pasaporte
	在留カード	Tarjeta de residencia
	お金	Dinero
	いつも飲む薬	Medicamentos

さいがい 災害のときの日本語 **Expresiones útiles en japonés en caso de desastre**

きんきゆうじしんそくほう 緊急地震速報 Kinkyû-jishin-sokuhô	これから強い揺れが来ます。危ないので注意してください。 Atención: prepárese para un gran temblor. Tenga cuidado ya que es peligroso.
よしん 余震 Yoshin Replica	あとから来る地震 (2回目、3回目...の地震) Réplicas. Terremotos que vienen después del primero (. 2°, 3° terremoto, etc)
つなみ 津波 Tsunami	とても大きくて速い波 Una grande y destructiva ola
とうかい 倒壊する Tôkai suru	家や建物が壊れます。 Derrumbar. Las casas y los edificios se derrumban.
けいほう 警報 Keihô Alarma	災害が起きる前に危険を呼びかける強いお知らせ Notificaciones sobre el peligro que puede ocurrir el desastre.
けいかい 警戒する Keikai suru Precaucion	準備します。気をつけます。 Esté preparado y tenga cuidado.
あんび かくにん 安否を確認する Anpi o kakunin suru	家族や友達がだいじょうぶか調べます。 Averiguar si los familiares están a salvo.
ひなん 避難する Hinan suru	逃げます。 Refugiar
ひなんじよ 避難所 Hinanjo Lugar de refugio	安全のためにみんなが集まる場所 (学校・体育館・公民館など) Sitio designado para refugiados. (Escuela, gimnasio, centro comunitario, etc)
きゅうえん ぶつし 救援 物資 Kyûen-bussi	避難所でもらう食べ物や服など Recibir alimentos y ropas.
きゅうすい 給水 Kyôsui	水をもらうこと Recibir agua.
はいきゅう 配給 Haikyû	食べ物などが決まった時間に配られること Distribución de alimentos a una hora determinada.
た だ 炊き出し Taki-dashi	避難所などで作った食べ物を配ります。 Distribución de alimentos hechos en los lugares de refugio.

ひなんじよ しら  
避難所を調べる

地震や台風の場合は、避難所 (学校や公民館) へ逃げてください。避難所は家の近くにありま。避難所に食べ物、寝るところ、お知らせがあります。先に避難所の場所を調べておいてください。分からないときは、市役所や役場に聞いてください。

**Averigue el sitio de refugio**

En caso de un gran terremoto o tifón, vaya al sitio de refugio más cercano (colegios, centros comunitarios) que se encuentre. En la zona de refugio, le pueden ofrecer alimento, sitio para dormir e información necesaria sobre la catástrofe.

Infórmese con anterioridad sobre el lugar de refugio y acuda al ayuntamiento si tiene alguna duda.

ち ず  
**地図** 近くの避難所を調べて、書いておきましょう！  
**Mapa** Averigue su lugar de refugio y anótelo aquí!

ぼうさい やくだ じょうぼう  
**防災に役立つ情報 Información útil para prevención de desastres**

<p>おokayama ぼうさいポータル          Portal para la prevención de desastres en Okayama</p>	<p>(日本語、English、中文、한글)  <a href="http://www.bousai.pref.okayama.jp/bousai/">http://www.bousai.pref.okayama.jp/bousai/</a></p> 
<p>おかやまけん がいこくじん じゅうみん          岡山県 外国人住民のため          の防災ガイドブック          Guía de prevención de desastres para residentes extranjeros en Okayama</p>	<p>(English、中文、한글、Português、Tiếng Việt)  <a href="http://www.pref.okayama.jp/page/detail-31559.html">http://www.pref.okayama.jp/page/detail-31559.html</a></p> 
<p>しょうぼうぼうさいはくぶつかん          消防防災博物館          Museo de prevención de incendios y desastres</p>	<p>ぼうさいパンフレット「地震に自信を」          (English、中文、한글、Português)  <a href="https://www.bousaihaku.com/brochure/">https://www.bousaihaku.com/brochure/</a></p> 
<p>そうむしょうしょうぼうちよう          総務省消防庁          Agencia de gestión de incendios y desastres</p>	<p>(Japonés) <a href="http://www.fdma.go.jp/">http://www.fdma.go.jp/</a>          (Inglés) <a href="http://www.fdma.go.jp/en/">http://www.fdma.go.jp/en/</a></p>  

<p>きしょうちよう          気象庁          Agencia meteorológica de Japón</p>	<p>つなみぼうさいけいばつ          津波防災啓発ビデオ「津波からにげる」          (日本語、English)  <a href="http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/tsunami_dvd/">http://www.jma.go.jp/jma/kishou/books/tsunami_dvd/</a></p> 
<p>いちざい し ちたいこくさいか きょうかい          (一財)自治体国際化協会          CLAIR</p>	<p>たげんごせいかつじょうぼう          多言語生活情報 (15か国語)          Guía de estilo de vida multilingüe  <a href="http://www.clair.or.jp/tagengo/">http://www.clair.or.jp/tagengo/</a></p> 
<p>NHK WORLD</p>	<p>しちよう          視聴アプリ          Aplicación para escuchar  <a href="http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/app/">http://www3.nhk.or.jp/nhkworld/ja/app/</a></p> 

ぼうさい  
防災メモ Notas para prevención de desastres

なまえ 名前 Nombre	 119 しょうぼう きゅうきゆう 消防・救急
くに 国 País	
けつえきがた 血液型 Tipo de sangre A B O AB	 けいさつ Policía 110
パスポート№ Pasaporte	
ざいりゅう 在留カード№ tarjeta residencia	さいがいようでんごん 災害用伝言ダイヤル 171
にほん 日本の住所 Dirección en Japón	Nº para dejar un mensaje
TEL かぞく 家族の名前 Nombres de familiares	さいがい 災害のとき家族で会うところ Lugar de reencuentro con la familia
かいしゃ 会社・学校など Empresa, colegio	
なまえ 名前 Nombre じゅうしょ 住所 Dirección TEL	たいしかん 大使館・領事館 Embajada, consulado
にほん 日本の友達 Amigos de Japón	やくしょ 役所 Ayuntamiento
なまえ 名前 Name じゅうしょ 住所 Address TEL	
がいこく 外国の連絡先 Contacto (exterior)	ガス Gas
なまえ 名前 Nombre じゅうしょ 住所 Dirección TEL	でんき 電気 Electricidad
	すいどう 水道 Agua

しょうひせいにかつせきかん  
消費生活に関する相談サービス  
しょうひん  
商品やサービスに関する県民の苦情相談  
は、岡山県消費生活センターで受付、トラ  
ブルの解決のための助言やあっせんを行  
っています。(日本語で対応)

おかやまけんしょうひせいにかつ  
岡山県消費生活センター

【場所】  
おかもやしきたくみなみがた  
岡山市北区南方2-13-1  
おかもまけんそうごうふくし  
岡山県総合福祉・ボランティア・NPO会館  
きらめきプラザ5F  
TEL: 086-226-0999  
【相談日・受付時間】  
かようび にちようび しゅくじつ  
火曜日～日曜日(祝日・年末年始を  
のぞく) 9:00～16:30

おかやまけんしょうひせいにかつ  
岡山県消費生活センター津山分室

【場所】  
つやましきんげ  
津山市山下53  
おかもまけんみまさかけんみんきょくそうだんしつない  
岡山県美作県民局相談室内  
TEL: 0868-23-1247  
【相談日・受付時間】  
げつようび きんようび しゅくじつ  
月曜日～金曜日(祝日、年末年始を  
のぞく) 9:00～12:00、13:00～17:00

また、お住まいの市町村役場の担当課でも  
相談を受け付けます。  
詳しくは、各市町村役場に問い合わせてく  
ださい。(p.127参照)

Servicio de Consultas al Consumidor

El centro de consultas al consumidor en la provincia de Okayama ofrece la atención al cliente y la solución a los problemas relacionados con los productos y servicios (en japonés)

Centro de Consultas al Consumidor de la Provincia de Okayama

Dirección:  
5to.piso, Okayama-ken Sôgô Fukushi Borantia NPO Kaikan,  
2-13-1 Minamigata, Kitaku, Okayama-shi  
Teléfono: 086-226-0999  
Horario de atención:  
Martes a domingo (excepto festivos y fin de año)  
9:00～16:30

Centro de Consultas al Consumidor de Tsuyama, Okayama.

Dirección:  
Dentro de la oficina de Mimasaka Kenminkyoku de la Provincia de Okayama.  
53 Sange, Tsuyama-shi  
Teléfono: 0868-23-1247

Horario de atención:  
Lunes a Viernes (excepto festivos y fin de año) 9:00～12:00、  
13:00～17:00  
También puede consultar en las oficinas de la municipalidad.  
Para más información entre en contacto con cada municipalidad (ver pág.127)

## 家庭・仕事の悩み、心・からだの相談サービス

岡山県男女共同参画推進センター（ウイズセンター）では、相談員が、さまざまな悩みごとに日本語で対応します。

### 総合相談

家庭や職場の悩みなど様々な相談に応じる一般相談と、弁護士による法律相談、医師によるこころの相談などの特別相談を行っています。（予約制、無料）

TEL：086-235-3310（直通）

#### ◇相談員による一般相談

火曜日～土曜日（祝日・年末年始を除く）

9:30～17:00（受付は16:30まで）

◇弁護士（法律相談）第2・4金曜日（予約制）

◇医師（こころの相談）第1・3金曜日（予約制）

### 岡山県男女共同参画推進センター

【場所】岡山市北区南方2-13-1 岡山県

総合福祉・ボランティア・NPO会館「きらめきプラザ」6F

TEL：086-235-3307（代）

【開館時間】火曜日～土曜日 9:30～18:00

日曜日 9:30～17:00

（月曜日・祝日・年末年始を除く）

## Servicio de consultas sobre problemas de la salud, de la familia o del trabajo.

En el centro de promoción y cooperación para la convivencia entre varones y mujeres de la provincia de Okayama (también conocido como Centro WITH) los personales atienden a los diversos problemas y preocupaciones (en japonés).

### Consultas generales

El Centro WITH atiende consultas de amplio rango, desde problemas personales del trabajo o de la familia hasta consultas especiales que deben ser atendidos por abogados para cuestiones legales o por médicos para problemas mentales.

La consulta es gratuita con previa reserva.

TEL:086-235-3310 (Línea directa)

#### ◇Consultas generales

De martes a sábado (excepto festivos y fin de año, año nuevo)

9:30～17:00 (Atención hasta las 16:30)

#### ◇Consultas legales (abogado)

Los viernes de 2º y 4º semana de cada mes (Necesario reservar)

#### ◇Consultas sobre salud mental (médico)

Los viernes de 1º y 3º semana de cada mes (Necesario reservar)

### Cómo contactar con el Centro WITH

Dirección:

6to.piso「Kirameki Plaza」, Okayama ken

Sôgô Fukushi Borantia NPO Kaikan

2-13-1 Minamigata, Kitaku, Okayama-shi

TEL：086-235-3307

FAX：086-235-3306

Horario de atención:

De martes a sábado 9:30～20:00.

Domingo 9:30～17:00.

(excepto lunes, festivos, fin de año)

### AMDA国際医療情報センター（関西）

AMDA国際医療情報センターでは、在日外国人などからの医療に関する相談を電話で受け付けています。

【時間】月曜～金曜 9:00～17:00

【対応言語】英語、スペイン語、中国語

【相談電話】TEL：050-3598-7574

### 日系人相談センター

（公財）海外日系人協会の日系人相談センターでは、在日日系人などからの日常生活、仕事、在留資格などについて相談を受け付けています。

【時間】月曜～金曜 14:00～17:30

（土曜・日曜、祝祭日を除く）

【対応言語】ポルトガル語、スペイン語、日本語

【電話】TEL：045-211-1788（直通）

【訪問場所】横浜市中区新港2丁目3-1 JICA横浜内

### JITCO研修生・技能実習生の母国語相談ホットライン

（公財）国際研修協力機構（JITCO）では、研修生・技能実習生からの相談を電話で受け付けています。

【対応言語と相談日】

・中国語、ベトナム語

毎週火曜、木曜、土曜 11:00～19:00

・インドネシア語

毎週火曜、土曜 11:00～19:00

・英語、フィリピン語

毎週木曜 11:00～19:00

【電話】フリーダイヤル 0120-022332

一般電話03-4306-1111

### Centro de Información Internacional Médica AMDA (Kansai)

Este centro atiende consultas sobre la asistencia médica para extranjeros que residen en Japón por llamada telefónica.

Horario: lunes~viernes. 9:00~17:00

Idioma: Inglés, español, chino

TEL: 050-3598-7574

### Centro de consultas para aquellos con orígenes japoneses

La asociación de Nikkei y el centro de consultas para personas con orígenes japoneses atiende consultas sobre el estilo de vida, trabajo y visado para aquellos residentes con orígenes japoneses.

Horario:lunes~viernes.14:00~17:30

(excepto sábado, domingo, festivos)

Idioma: portugués, español, japonés.

TEL: 045-211-1788 (Direct line)

Dirección: 2-3-1 shinkou, naka-ku,

Yokohama-shi, JICA within Yokohama

### Consultas en lengua nativa para estudiantes internacionales JITCO

La Organización Internacional de Cooperación para la Formación en Japón (JITCO) atiende consultas de estudiantes e internos a través de llamada telefónica.

Idiomas disponibles y horarios:

・Chino, vietnamita

Martes, jueves, sábado 11:00～19:00

・Indonesio

Martes, sábado 11:00～19:00

・Inglés, filipino

Jueves 11:00～19:00

TEL (gratis): 0120-022332

TEL general: 03-4306-1111

## 外国人対象の無料相談サービス

### 外国人のための無料法律相談

(一財)岡山県国際交流協会が岡山弁護士会と共催で開催します(予約が必要)。岡山弁護士会の弁護士が法律の問題についてアドバイスをします。英語、中国語、ベトナム語他の通訳(無料)が必要な場合は、予約の際に申し込んでください。

【場所】岡山国際交流センター

【時間】5月から3月までの

毎月第1火曜日 13:00~16:00

毎月第3土曜日 10:00~13:00

【対応言語】日本語、英語、中国語

ベトナム語、他

【費用】無料

【相談時間】1時間

【予約】相談日の前日午後4時までに、岡山国際交流センター1F情報相談コーナーに来館または電話で予約をしてください。予約は日本語か英語のみ。

【問合せ・相談の予約】TEL:086-256-2914

### 法テラス多言語情報提供サービス

日本の法制度や弁護士会など関係機関を紹介いたします。

【受付】月曜~金曜 9:00~17:00

【電話】0570-078377

【対応言語】英語、中国語、ポルトガル語、

スペイン語、韓国語、ベトナム語

## Servicio de consultas gratuitas para extranjeros

### Consultas legales profesionales gratuitas para extranjeros

Este servicio está administrado por la Fundación de Intercambio Internacional en la prefectura de Okayama (OPIEF) junto con la Asociación de Abogados de Okayama (con previa cita). Los miembros de la Asociación de Abogados de Okayama serán quienes ofrezcan las consultas legales. Si necesita un intérprete del inglés, chino, vietnamita u otro idioma, solicítelo por teléfono previamente (gratuito) Lugar: Centro de Intercambio Internacional de Okayama Hora: primer martes 13:00-16:00, tercer sábado 10:00-13:00 de cada mes, excepto abril. Idiomas: Japonés, inglés, chino, vietnamita, etc.

※Consulte a OPIEF sobre otros idiomas.

Coste: gratuito

Tiempo: 1 hora (10:00-11:00, 11:00-12:00 o 12:00-13:00)

Reserva: para reservar diríjase al Centro de Intercambio Internacional de Okayama, en la 1º planta, en el puesto de consultas antes de las 16:00 del día anterior a la consulta o llame por teléfono. La reserva sólo es viable en japonés o en inglés.

TEL : 086-256-2914

## Servicio de Informaciones Legales Multilingüe "Hôterasu"

Le puede ofrecer información sobre el sistema legal de Japón e instituciones relacionadas como la Asociación de Abogados.

Horario: De lunes a Viernes 9:00~17:00

TEL: 0570-078377

Idioma: Inglés, chino, portugués, español, coreano, vietnamita.

## 岡山国際交流センター

### 情報相談コーナー

岡山県内の観光、生活、日本語教室やその他のいろいろな質問・相談に、(一財)岡山県国際交流協会の職員が日本語と英語で応えます。

【場所】岡山国際交流センター1F

【時間】月曜日~土曜日

9:00~17:00

(日曜日、12月29日~1月3日は休み)

【対応言語】日本語、英語

【問合せ】TEL:086-256-2914

### 外国人のための在留無料相談

行政書士が査証(ビザ)などで困ったことに幅広くアドバイスします。

◆岡山国際交流センター1F

### 情報相談コーナー

【時間】毎月第1・第3土曜日10:00~12:00

【費用】無料

【対応言語】日本語

【問合せ】TEL:086-256-2914

◆岡山市外国人総合相談窓口

(岡山市北区大供一丁目1-1)

【時間】毎月第1・2火曜日 10:00~12:00

毎月第3・4火曜日 13:00~15:00

【費用】無料

【対応言語】日本語

【問合せ】

岡山市外国人総合相談窓口

TEL:086-803-1128

## Centro de Intercambio Internacional de Okayama Puesto de consultas informativas

Los empleados del centro les ofrecerá información, en inglés o en japonés, acerca del turismo, el estilo de vida y las clases de japonés que ofrecen en la provincia de Okayama, además de otras consultas o problemas que tenga.

Lugar: Centro de Intercambio Internacional de Okayama 1º planta.

Horario: De lunes a sábado, 9:00~17:00. (cerrado los domingos y 29 diciembre~3 de enero)

Idioma: japonés e inglés

TEL: 086-256-2914

## Consultas de visado para extranjeros (gratuito)

Si tiene problemas con el visado, puede consultar al gestor.

### ◆ Centro de Intercambio Internacional de Okayama, 1º planta. Puesto informativo.

Horario: primer y tercer sábado 10:00-12:00.

Coste: gratuito

Idioma: japonés

TEL: 086-256-2914

### ◆ Consulta general para los residentes extranjeros de Ciudad de Okayama

(1-1-1 Daiku, Kita-ku, Okayama)

Horario: primer y segundo martes 10:00-12:00, tercer y cuarto martes 13:00-15:00 de cada mes.

Coste: gratuito

Idioma: japonés

Consulta: Consulta general para los residentes extranjeros de Ciudad de Okayama

TEL: 086-803-1128

おかやまけんがいこくじんそうだん  
岡山県外国人相談センター

仕事、結婚、子どもの教育など生活での  
困りごとについて各種相談できます。

【場所】岡山国際交流センター1F

【時間】月曜日～土曜日9:00～17:00

【対応言語】英語・中国語・韓国語・スペイン語、ポルトガル語・ベトナム語、他

【相談電話番号】TEL: 086-256-6052

フリーダイヤル 0120-007-173

【E-mail】[support@opief.or.jp](mailto:support@opief.or.jp)

<http://www.opief.or.jp/consulting/>

がいこくじん  
外国人のための無料生活相談

岡山在住の中国人、ブラジル人、ベトナム人、フィリピン人、韓国人、の一般生活相談に応じます。

【場所】岡山国際交流センター1F

【時間】

・中国語・ポルトガル語

毎月第1・第3土曜日 9:00～13:00

毎月第2・第4水曜日 13:00～17:00

(年末年始はお休みです)

・ベトナム語

毎月第1・第3土曜日 9:00～13:00

・タガログ語

毎月第3木曜日 10:00～14:00

・韓国語

毎月第4水曜日 13:00～17:00

【相談電話番号・問合せ】

TEL: 086-256-2914

Centro de consultas internacionales  
de Okayama

Ofrecemos consultas sobre asuntos de la vida diaria como el trabajo, el matrimonio, la educación de niños, etc.

Lugar: Centro de Intercambio Internacional de Okayama 1º planta.

Horario: de lunes a sábado 9:00-17:00

Idiomas: inglés, chino, coreano, vietnamita, español, portugués, etc.

Servicio de consultas por teléfono:

TEL: 086-256-6052

0120-007-173

E-mail: [support@opief.or.jp](mailto:support@opief.or.jp)

Consultas multilingüe

Atendemos consultas sobre el estilo de vida a los residentes chinos, brasileños, filipinos, coreanos, vietnamitas que viven en Okayama.

Lugar: Centro de Intercambio Internacional de Okayama 1º planta.

Horario:

**En chino o portugués:**

1º y 3º semana sábados 9:00～13:00

2º y 4º semana miércoles 13:00～17:00

(cerrado fin de año)

**En vietnamita:**

1º y 3º semana sábados 9:00～13:00

**En tagalog:**

3º semana jueves 10:00～14:00

**En coreano:**

4º semana miércoles 13:00～17:00

Servicio de consultas por teléfono

TEL: 086-256-2914



おかやましがいこくじんしみん かた そうだんまどぐち  
岡山市外国人市民の方の相談窓口

日常生活の相談や行政手続きの案内などの相談に応じます。

◆岡山市外国人総合相談窓口

【場所】岡山市役所本庁舎 1階

(岡山市北区大供一丁目1-1)

【時間】月曜～金曜 9:00～16:00

(祝日、12月29日～1月3日を除く)

【対応言語】英語・中国語・ベトナム語・韓国語

【問合せ】TEL: 086-803-1128

E-mail: [kokusaika@city.okayama.lg.jp](mailto:kokusaika@city.okayama.lg.jp)

<https://www.city.okayama.jp/kurashi/000012926.html>

◆国際課

【場所】岡山市北区大供一丁目1-1

岡山市役所本庁舎 2階

【時間】月曜～金曜

9:00～12:00、13:00～16:00

(祝日、12月29日～1月3日を除く)

【対応言語】英語・中国語・韓国語

【問合せ】TEL: 086-803-1112

◆友好交流サロン

【場所】岡山市北区幸町 10-16

西川アイプラザ 4階

【時間】火曜～金曜 10:00～20:00

土曜・日曜 10:00～18:00

[祝日(月曜と重なる場合は翌日も)、毎月第2日曜、12月28日～1月4日を除く]

【対応言語】英語・中国語・韓国語

【問合せ】TEL: 086-234-5882

<https://www.city.okayama.jp/shisei/000012991.html>

Consultas para residentes extranjeros  
en Okayama

Ofrece consultas sobre la vida diaria y sobre procedimientos administrativos.

◆ Consulta general para los residentes extranjeros de Ciudad de Okayama

Lugar: 1º planta, Oficina de atención ciudadana de Okayama

(1-1-1 Daiku, Kita-ku, Okayama)

Horario: de lunes a viernes 9:00-16:00 (excepto días festivos y de 29 de Dec. a 3 de Ene.)

Idiomas: inglés, chino, vietnamita, coreano

TEL: 086-803-1128

E-mail: [kokusaika@city.okayama.lg.jp](mailto:kokusaika@city.okayama.lg.jp)



◆ Departamento Internacional

Lugar: International Affairs Division (Okayama City Hall, 2F)

1-1-1 Daiku, Kita-ku

Horario: lunes a viernes

9:00～12:00、13:00～16:00

(excepto festivos, 29 diciembre ~ 3 enero)

Idioma: inglés, chino, coreano

TEL: 086-803-1112

◆ Sala de Intercambio Internacional

(Yuko Koryu Salon)

Lugar: Nishigawa Ai Plaza, 4F, 10-16 Saiwai-cho, Kita-ku

Horario:

Martes a viernes 10:00～20:00

Sábado y domingo 10:00～18:00

(excepto festivos, si coincide con lunes el día siguiente también es festivo. 2º semana domingos, 28 de diciembre a 4 de enero)

Idioma: inglés, chino, coreano.

TEL: 086-234-5882



くらしき たかはしがわりゆういきがいくじんそうだんまどぐち  
**倉敷・高梁川流域外国人相談窓口**

【場所】 倉敷市役所本庁舎1階19番窓口  
(倉敷市西中新田640番地)

【時間】 月曜～金曜 9:00～17:00  
(祝日、12月29日～1月3日を除く)

【対応言語】 英語・中国語・ベトナム語・  
韓国語・ポルトガル語・スペイン語・ネパ  
ール語・フィリピン語・インドネシア語・  
ヒンディー語・タイ語・フランス語・ロシ  
ア語・ミャンマー語・ウクライナ語

【問合せ】 TEL: 086-426-3014

<http://wp.welltool.jp/kurakoku/>

そうじゃしがいくじんそうだんまどぐち  
**総社市外国人相談窓口**

【場所】 総社市市民生活部人権・まちづく  
り課 (総社市中央1丁目1-1)

【時間】 月曜～金曜 8:30～17:15  
(祝日、12月29日～1月3日を除く)

【対応言語】 ポルトガル語・スペイン語  
英語・中国語・ベトナム語

【問合せ】 TEL: 0866-92-8242

E-mail:

[iinken-machi@city.soja.okayama.jp](mailto:iinken-machi@city.soja.okayama.jp)

つうやく たぶん かきょうせい  
**通訳ボランティア(多文化共生コミュニケ  
ーションサポーター)派遣**

(一財)岡山県国際交流協会では、学校や  
役場、行政機関、病院などに通訳ボラン  
ティアを派遣しています。費用は無料です。  
詳しくは下記へお問い合わせください。

【問合せ】

(一財)岡山県国際交流協会

TEL: 086-256-2914

(月曜～土曜日 9:00～17:00)

**Ventanilla de consulta para extranjeros  
en la ciudad de Kurashiki y la cuenca  
del área del río Takahashi**

**Lugar**

Ayuntamiento de Kurashiki,  
1er piso, ventanilla No. 19  
(Kurashiki-shi, Nishinakashinden, 640)

**Horario**

de lunes a viernes, de 9.00 a 17.00  
(excepto feriados y fin de año)

**Idiomas**

inglés, chino, vietnamita, coreano,  
portugués, español, nepalés, filipino,  
indonesio, hindi, tailandés, francés,  
ruso, birmano y ucraniano.

**Más información** TEL: 086-426-3014



**Ventanilla de consulta para extranjeros  
en la ciudad de Soja**

**Lugar**

Sección de derechos humanos y desarrollo  
urbano, departamento de vida ciudadana  
(Soja-shi, Chuo, 1 Chome, 1-1)

**Horario**

de lunes a viernes, de 8:30 a 17:15  
(excepto feriados y fin de año)

**Idiomas**

Portugués, español, inglés, chino y  
vietnamita

**Más información** TEL: 0866-92-8242



**Intérpretes voluntarios ( Multicultural  
Coexistence Communication Support)**

OPIEF ofrece intérpretes voluntarios a  
colegios, ayuntamientos, organizaciones  
administrativas y a hospitales. El coste  
es gratuito.

Para más información contacte con:  
Fundación de Intercambio  
Internacional de Okayama  
TEL: 086-256-2914  
(lunes a sábado 9:00～17:00)