

中国語

# 生活安全指南

## 生活安全マニュアル



岡 山 县 警 察  
冈山县国际化对策联络协议会联合会

岡 山 県 警 察  
岡山県国際化対策連絡協議会連合会

# 目 录

# も く じ

- |     |                |     |               |
|-----|----------------|-----|---------------|
| 第 1 | 紧急电话           | 第 1 | 緊急電話          |
| 1   | 紧急电话的拔挂方法      | 1   | 緊急電話のかけ方      |
| 2   | “110”          | 2   | 110番          |
| 3   | “119”          | 3   | 119番          |
| 第 2 | 如何防止成为犯罪案件的受害者 | 第 2 | 犯罪の被害を防止するために |
| 1   | 防止因犯罪案件受到危害    | 1   | 被害防止のために      |
| 2   | 遇到犯罪案件时        | 2   | 被害にあったときには    |
| 3   | 日本的警察          | 3   | 日本の警察         |
| 第 3 | 如何防止交通事故的发生    | 第 3 | 交通事故を防止するために  |
| 1   | 日本的交通          | 1   | 日本の交通         |
| 2   | 防止交通事故的发生      | 2   | 交通事故防止のために    |
| 3   | 交通事故发生后        | 3   | 交通事故が発生したときには |
| 4   | 交通标志           | 4   | 道路標識          |
| 第 4 | 自然灾害・火灾        | 第 4 | 災害・火事         |
| 1   | 自然灾害           | 1   | 災害            |
| 2   | 火灾             | 2   | 火事            |
| 第 5 | 旅居日本注意事项       | 第 5 | 日本滞在中に気をつけること |
| 1   | 遵守日本法律         | 1   | 守らなければならないこと  |
| 2   | 为了生活得更舒适       | 2   | 快適な生活のために     |

## 第1 紧急电话 ~ “110” 和 “119”

### 日本有紧急电话

- ◎ “110” …… 接通警察机关的紧急电话  
→ 案件或事故发生后，希望警察到现场来时
- ◎ “119” …… 接通消防机关的紧急电话  
→ 发生火灾时  
→ 因急病或受伤叫救护车时

### 注意

- ◎ “110” 和 “119” 是紧急情况下使用的电话。咨询或询问时请勿使用。
- ◎ 拔挂紧急电话时，容易因紧张或焦急而说不出来。因此，要精神放松，沉着冷静地慢慢讲。
- ◎ 不能用日语说明情况时，要把电话交给会讲日语的有关人员。

## 第1 緊急電話~110番と119番

### 日本には、2種類の緊急電話があります。

- ◎ 110番……警察へ通じる緊急電話  
→ 事件や事故等が発生して、警察官に現場へ来ほしいとき
- ◎ 119番……消防へ通じる緊急電話  
→ 火事するとき  
→ 急病やけがで、救急車を呼ぶとき

### 注意

- ◎ 「110番」や「119番」は、急を要する場合に使用するための電話です。相談や問合わせには使わないでください。
- ◎ 緊急電話をかけるときは、緊張感やあせりからなかなか言葉が出ません。あわてず、落ち着いて、ゆっくりとしゃべってください。
- ◎ 日本語で状況を説明することができない場合は日本語がわかる関係者や近くの人と電話を代わってください。

## 1 紧急电话的拔挂方法

①



### 一般电话・移动电话

拿起听筒，按“1”“1”“0”或“1”“1”“9”。

### 灰色公用电话 …… ①

拿起听筒，按“1”“1”“0”或“1”“1”“9”。

### 绿色公用电话 …… ②

按下红色按钮，拿起听筒，按“1”“1”“0”或“1”“1”“9”。

## 1 緊急電話のかけ方

②



### 一般加入電話・携帯電話

受話器を上げて、「1」「1」「0」または「1」「1」「9」

### 灰色の公衆電話 …… ①

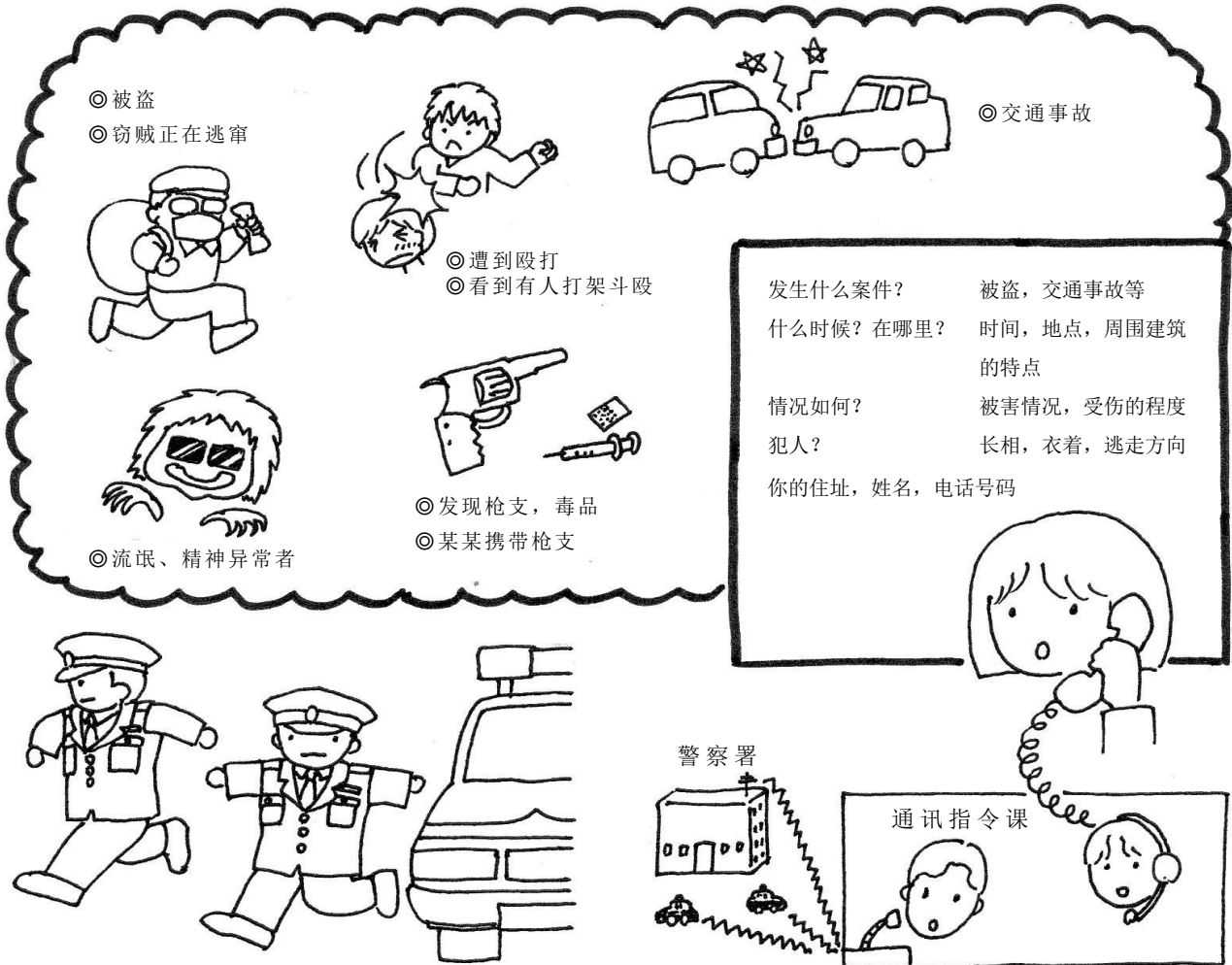
受話器を上げて、「1」「1」「0」または「1」「1」「9」

### 緑色の公衆電話 …… ②

赤色ボタンを押し、受話器を上げて、「1」「1」「0」または「1」「1」「9」

## 2 “110”

## 2 110番



## 3 “119”

## 3 119番

～ 接通电话后 ～

- ◎ 说明是“发生火灾”还是“请求救护”
- ◎ 说清姓名，住址
- ◎ 说明周围建筑的特点

～「火事ですか、救急ですか」と聞かれる～

- ◎ 「火事です」または「救急です」
- ◎ 氏名、住所
- ◎ 近くの目標物

### 使用手机时要注意

- ◎ 停车报警  
边开车边打电话是违反道路交通法的，请停车以后打电话。
- ◎ 报警后不要关机  
报警后警方会给你打电话，请不要关机。
- ◎ 说大声话  
周围有噪声的话，听不清楚，请尽量说大声话。

### 携帯電話からのかけ方

- ◎ 停車して通報を  
車で走行中の通話は、道路交通法の違反となりますので、停車して通話してください。
- ◎ 通報後、電源を切らないで  
警察から通報者へ再度連絡を取ることがありますので、通報後も電源を切らないでください。
- ◎ 大きな声で話を  
付近の雑音で内容が聞き取りにくいことがありますので、出来るだけ大きな声で話してください。

1 防止因犯罪案件受到危害

1 被害防止のために

防止家中无人时物品被盗

- ◎ 外出时或睡觉前，即使是很短时间，也要必须把门窗关好。
- ◎ 发现自家周围有行为不轨者时，要提高警惕。



空き巣被害防止

- ◎ 外出するときや寝る前には、すこしの時間でも必ず出入口・窓に鍵をかけましょう。
- ◎ 家の周囲をうろろしている不審者を見かけたときは、110番通報しましょう。



防止自行车被盗

- ◎ 停放自行车时要上锁。
  - ～ 被盗的自行车多半是因为没有上锁 ～
- ◎ 使用两把以上车锁。
  - ～ 同时使用钢丝锁或铁棍锁等有明显的效果 ～
- ◎ 购买或收受自行车或摩托车时要进行防盗注册。

自転車の盗難防止

- ◎ 自転車から離れるときには、必ず鍵をかけましょう。
  - ～ 盗難被害にあった自転車の半数以上は無施錠でした
- ◎ 2個以上の鍵をかけましょう。
  - ～ ワイヤー鍵やバーロック等を使って二重ロックにすると効果的です
- ◎ 自転車やオートバイを買ったりもらったりしたら、防犯登録をしましょう。

防盗注册

被盗的自行车或摩托车被发现后，可以根据防盗注册号码查找被害人，以便尽快将车辆返还给本人。

按照法律规定，进行防盗注册是车主的义务。

自転車防犯登録

01P00001

防犯登録会・岡山県警察

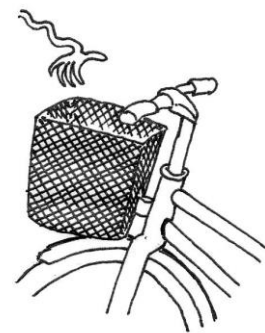
防犯登録について

自転車・オートバイが盗難被害にあった場合などに、早期に被害者へ被害品を返還できる有効な登録です。

防犯登録は、法律によって義務化されています。

### 防止钱包及包裹等被盗

- ◎ 不要将行李包裹放下后去其他地方。
- ◎ 钱包等贵重品要随着携带。
- ◎ 携带手提包时要包紧。在电车内等拥挤的地方，要将手提包放在胸前。
- ◎ 不要随意将贵重物品放在自行车前面的车筐内。
- ◎ 不要一个人携带大量现金行走。
- ◎ 使用防范网套等来保护自行车前面的车筐内的行李。



### スリ・置き引き・ひったくり被害防止

- ◎ 荷物を置いたままにして他の場所へ行かないようにしましょう。
- ◎ 財布等の貴重品は、身につけましょう。
- ◎ ハンドバック等を持つときは、しっかりとかかえましょう。電車の中のように混みあった場所では、体の前に荷物をかかえましょう。
- ◎ 自転車の前カゴに荷物を置いたままにしないようにしましょう。
- ◎ 一人で多額の現金を持ち歩かないようにしましょう。
- ◎ 自転車の前カゴの荷物は防犯ネット等で守りましょう。

### 防止流氓骚扰

- ◎ 夜晚不要一个人行走小路。
- ◎ 请走灯火明亮，有行人的道路。
- ◎ 听到诸如“开车送你”，“带你去玩”之类的引诱，不要上当。
- ◎ 感到危险时，要大声呼喊或跑进附近的住户家求救。



### 痴漢防止

- ◎ 一人で暗い夜道を歩かないようにしましょう。
- ◎ 明るい人通りのある道を通りましょう。
- ◎ よく知らない人から「車で送ってあげる」、「遊びに行こう」などと誘われても、ついていってはいけません。
- ◎ 危ないと感じたときには、大声をあげたり、近くの家へ飛び込んだりして、助けを求めましょう。



## 2 遇到犯罪案件时

### 请向警察机关报案

- 拨打“110”～情况紧迫时
- 向附近的警察署，派出所，驻在所报案。

### 注意

- ◎ 如果家中被盗，在警察到来之前要保护现场。  
→ 获得犯人留下的指纹，对破案有帮助。
- ◎ 存折，提款卡，信用卡等被盗时，应立即与邮局或银行取得联系，办理停止支付手续。
- ◎ 自行车或摩托车被盗时，应找出防盗注册号码，向派出所，驻在所报案。

## 2 被害にあったときには

### 警察へ通報してください

- 110番通報～緊急を要する場合
- 最寄りの警察署・交番・駐在所

### 注意

- ◎ 空き巣等の被害のときには、警察官が到着するまで、現場を片づけたり物にさわったりしないでください。  
→残された指紋等を採取して、その後の捜査に役立っています。
- ◎ 貯金通帳、預金通帳、キャッシュカード、クレジットカード等が盗まれた場合はすぐに郵便局や銀行へ連絡して、支払い停止の手続きをしてください。
- ◎ 自転車やオートバイが盗まれたときは、防犯登録の番号等を調べて、交番・駐在所へ届け出てください。

## 3 日本の警察

### 日本警察の工作内容

侦破犯罪案件，调查交通事故，管理交通秩序，遗失物品的查询和管理，保护迷路者・醉汉，辅导失足少年，巡视联络，防止案件及事故的发生，巡逻，引路，解答疑难问题等。

### 派出所・驻在所

派出所或驻所在与各地区居民密切相关的场所均有设置。那里有警察常驻，是警察从事保护该地区居民生活安全活动的地方。派出所主要设于繁华区，警察轮换上岗。驻在所原则上是一名警察与家人居住在某个一地区，从事保护该地区安全活动。

### 所谓巡视联络

派出所或驻在所的警察走访管辖地区的住名或营业所，在关于防犯联络，预防交通事故发生等问题进行协调与指导的同时，了解居民的困难，征求对警察工作的意见。届时会问及您的家庭人口和所在单位等情况，因为这些资料对于在案件或事故发生后与您取得联系有帮助。

## 3 日本の警察

### 日本の警察が取り扱っていること

犯罪捜査、交通事故捜査、交通取締り、遺失・拾得物取扱い、迷い子、泥酔者等の保護、少年補導、巡回連絡、犯罪・交通事故の防止活動、パトロール、地理案内、警察安全相談 etc.

### 交番・駐在所

交番や駐在所は、地域住民の身近な場所にあり、そこに警察官が勤務して、地域住民のみなさんの暮らしの安全を守る活動をする拠点となっています。交番は主として都市部に置かれ、警察官が交替で勤務します。駐在所は原則として1人の警察官が家族とともに地域に居住し、地域の安全を守る活動を行っています。

### 巡回連絡とは

交番・駐在所の警察官が受持地区の家庭・事業所等を訪問し、防犯連絡・交通事故防止等についての助言や指導を行うと同時に、住民のみなさんの困り事・警察への要望等をお聞きする活動です。家族構成や緊急時の連絡先をうかがいますが、これは、事件・事故の際の連絡等に役立っています。

### 第3 如何防止交通事故的发生

### 第3 交通事故を防止するために

#### 1 日本の交通

道路是人和车辆通行的场所。如果行人或车辆不遵守交通规则擅自通行的话，就会造成交通混乱，甚至引发交通事故。另外，如果只顾个人方便，有时会给他人带来麻烦。

日本有一个叫做《道路交通法》的法规。它详细地记述了为使人们能够安全、顺利地通行而大家应该遵守的一般性规则。

#### 1 日本の交通

道路は、多数の人や車が通行するところです。運転者や歩行者がひとりでも自分勝手に通行すると、交通が混乱したり、交通事故が起きたりします。また、自分だけはやくても、他の人に迷惑をかけたることがあります。

日本には、「道路交通法」という法律があり、みんなが道路を安全・円滑に通行するうえで守るべき共通の約束ごとについて定められています。

#### 2 防止交通事故的发生

#### 2 交通事故防止のために

##### 行人

- ◎ 按照信号或标记通行。
- ◎ 行人原则上右侧通行。
- ◎ 在有人行道的地方要走人行道。

##### 歩行者

- ◎ 信号や標識に従いましょう。
- ◎ 歩行者は、右側通行が原則です。
- ◎ 歩道がある場合は、歩道を通行しましょう。

##### 骑自行车

- ◎ 按照信号或标记通行。
- ◎ 自行车原则上左侧通行。
- ◎ 骑车时不要妨碍行人，汽车和其他自行车。
- ◎ 天黑以后要开车灯。
- ◎ 禁止以如下方式骑车。
  - × 骑车打伞
  - × 两人共乘
  - × 并列骑车  
(有“可以并列骑车”标志的地方除外)
  - × 酒后骑车

##### 自転車に乗るとき

- ◎ 信号や標識に従いましょう。
- ◎ 自転車は、左側通行が原則です。
- ◎ 歩行者や自動車、他の自転車の迷惑にならない運転をしましょう。
- ◎ 暗くなったら、ライトを点けましょう。
- ◎ 次のことは禁止されています。
  - × 傘さし運転
  - × 二人乗り(幼児用の座席に幼児一人を乗せる場合を除く)
  - × 2台以上の自転車が並んで通行する(「並進可」の標識がある場合を除く)
  - × 酒を飲んで運転する



禁止如此骑车



骑车打伞  
傘さし運転



两人共乘  
二人乗り



并列骑车  
並進



酒后骑车  
酒を飲んで運転

禁止されていること

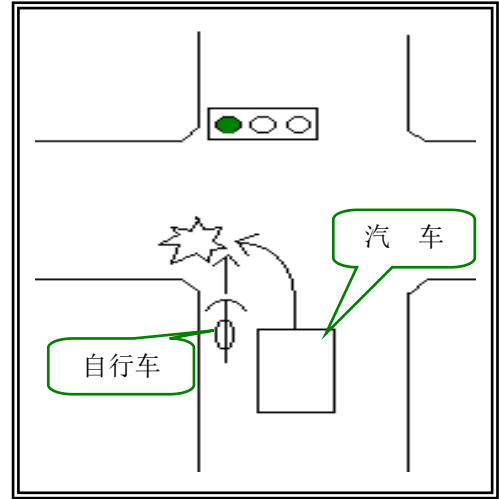


骑自行车时，防止这样的事故发生

骑车向前进时，要注意左转弯的汽车，以免发生交通事故。

自転車に乗っているとき、こんな事故に注意しましょう

直進する自転車が、左折する自動車等に巻き込まれる事故がよく発生します。



### 驾驶汽车、摩托车时

- ◎ 驾驶汽车或摩托车需要驾驶执照。
- ◎ 乘车时一定要系好安全带。
- ◎ 驾驶摩托车时一定要带头盔。
- ◎ 禁止酒后驾驶。

### 自動車・オートバイを運転するとき

- ◎ 自動車やオートバイを運転する場合には、自動車運転免許が必要です。
- ◎ 自動車に乗るときには、必ずシートベルトを着用しましょう。
- ◎ オートバイに乗るときには、必ずヘルメットをかぶりましょう。
- ◎ 酒を飲んで運転してはいけません。



驾驶执照  
運転免許



安全带  
シートベルト



头盔  
ヘルメット



禁止酒后驾驶  
飲酒運転禁止

## 3 交通事故发生后

- ◎ 有人受伤时，首先要采取救护措施。伤势严重时，要叫救护车。
- ◎ 一定要向警察机关报案。
- ◎ 问清肇事人的姓名，住址，电话号码，车牌号，保险种类，并记录下来。
- ◎ 即时感到身体稍有不适，也要去医院接受检查。

## 3 交通事故が発生したときには

- ◎ けが人がいるときには、最初に救護をしてください。けががひどい場合は、救急車を呼びましょう。
- ◎ 警察へ届け出なければなりません。
- ◎ 事故の相手の氏名・住所・電話番号・車のプレート・保険の種類を確認し、メモしておきましょう。
- ◎ 少しでも身体に異常があれば、病院で検査を受けましょう。

## 4 交通标志

## 4 道路標識

### 日本所使用的标志 (精选)



禁止通行  
通行止め



禁止车辆通行  
車両通行止め



禁止车辆进入  
車両進入禁止



禁止自行车通行  
自転車通行止め



慢行  
徐行



暂停瞭望  
一時停止



禁止步行者通行  
步行者通行止め



禁止步行者横穿  
步行者横断禁止



除指定方向外禁止向前行 (禁止向箭头以外方向行进)



指定方向外進行禁止 (矢印の方向以外への車の通行禁止)



自行车专用



自行车及步行者专用



步行者专用



单向通行



一方通行



人行横道



横断歩道



自行车横过马路区域  
自転車横断帯



安全地带  
安全地带



可以并列骑车  
並進可



有铁路道口

踏切あり



有学校、  
幼儿园

学校、幼稚園、  
保育所などあり



有信号灯

信号機あり



有石头落下的  
危险

落石のおそれ  
あり



路面有凹凸处

路面に凹凸  
あり



车道减少

車線数減少



道路宽度  
变窄

幅員減少



道路施工中

道路工事中



注意侧风

横風注意



动物有可能  
跳出

動物が飛び出  
すおそれあり



路面较滑

すべりやすい



其他危险

その他の危険



人行横道

横断歩道



自行车横过  
马路区域

自転車横断帯

### 外国驾驶执照的更换

请向冈山县驾驶执照中心询问

电话：086-724-2200 (总机)

### 外国の運転免許切替え

岡山県運転免許センターへお問い合わせください。

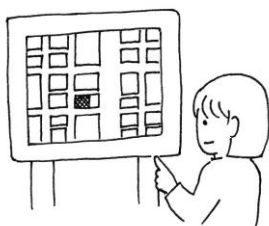
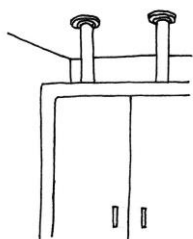
TEL 086-724-2200(代表)

### 1 自然灾害

冈山县属于内海型气候，温暖少雨，跟其他县城比被公认为是“自然灾害少发县”。但是，因受到日本海的影响在县北部有会下大雪的地方。而且曾经发生过因台风等自然灾害而造成较大的损失。

#### 有备无患

- ◎ 容易到的家具要固定。
- ◎ 要知道本地区的避难场所。
- ◎ 备有紧急情况时的携带用品。
- ◎ 拜托邻居或同事在紧急情况时通知自己一下。



### 1 災害

岡山県は、瀬戸内海式気候のため温暖小雨、他県と比べ「災害の少ない県」と言われています。しかし、県北部には日本海の影響により豪雪となる地域もあります。また、過去には台風による大雨等で大きな被害が発生したことがあります。

#### 日頃の備え

- ◎ 転倒のおそれがある家具は固定しましょう。
- ◎ 避難場所の確認をしましょう。
- ◎ 非常持出品の準備をしましょう。
- ◎ 近所の人や職場の人たちに、いざというときにはをかけてくれるように頼んでおきましょう。



- 饼干等
- 手套
- 饮料水
- 收音机
- 手电灯
- 打火机
- 火柴
- 蜡烛

#### 发生地震时

- ◎ 在家时
  - 不要慌张跑出。
  - 迅速切断各种火源。
  - 打开门窗确保出口。
- ◎ 在电梯内
  - 按下所有停止按钮，在所停楼层离开电梯。
  - 避难时千万不要使用电梯。
- ◎ 在户外时
  - 用皮包或手保护头部。
  - 不要靠近水泥构件围墙，石头围墙，河边，建筑物。
  - 在有可能发生山崩，悬崖塌方，海啸的区域时要特别注意。

#### 地震が発生した場合

- ◎ 家にいるとき
  - あわてて外へ出てはいけません。
  - すみやかに火の始末をしましょう。
  - ドアや窓を開けて出口を確保しましょう。
- ◎ エレベーター内にいるとき
  - 全部の停止ボタンを押し、停止した階でエレベーターから降りてください。
  - 避難するときは、絶対にエレベーターを使ってはいけません。
- ◎ 屋外にいるとき
  - 鞆や手で頭を守りましょう。
  - ブロック塀、石垣、川べり、建物から離れましょう。
  - 山崩れ、がけ崩れ、津波が発生するおそれがあるので注意しましょう。

### 发生或有可能发生水灾时

- ◎ 注意气象预报或自治团体发出的信息。
- ◎ 感到危险时要尽早避难。

### 注意

- ◎ 不要轻信谣传，要听取准确的信息采取正确的行动。
  - 新闻媒介的报道
  - 本地区防灾组织发出的信息
  - 行政机关发出的信息
  - 向大使馆询问得到的信息

### 水害が発生した場合、そのおそれがある場合

- ◎ 気象ニュースや自治体が出す情報に注意しましょう。
- ◎ 危険が感じられるときには、早めに避難しましょう。

### 注意

- ◎ 無責任な噂やデマに惑わされず、正しい情報を聞いて的確な行動をとりましょう。
  - マスコミからの情報
  - 地域の防災組織からの情報
  - 行政からの情報
  - 大使館への問い合わせ

## 2 火灾

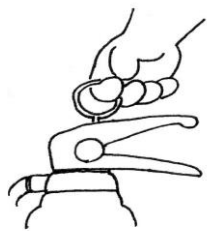
- ◎ 大声呼喊“K A J I”（着火了），让周围的人知道发生火灾了。
- ◎ 哪怕是小火灾也要向“119”报警叫消防车。
- ◎ 要沉着冷静地进行初期灭火。
- ◎ 火势过大时不要强行灭火，要进行避难。
- ◎ 在烟雾中要使身体处于低处。

## 2 火事

- ◎ 大きな声で「火事(KAJI)」と叫んで周囲の人に火事を知らせましょう。
- ◎ 小さな火事でも「119番」をして消防車を呼びましょう。
- ◎ 落ち着いて初期消火を。
- ◎ 炎が大きくなったら、無理をして消そうとせず、避難しましょう。
- ◎ 煙の中では、姿勢を低くしましょう。

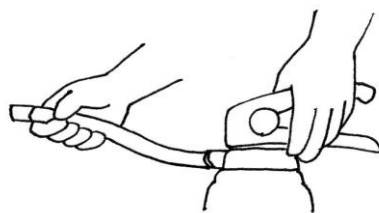


### 灭火器的用法

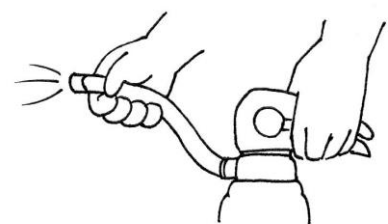


拔掉保险插销  
ピンを抜く

### 消火器の使い方



放开胶皮管，将喷嘴朝向火焰方向  
ホースをはずして、ノズルを火元に向ける



握杠杆部分喷射  
レバーを握って噴射



## 第5 旅居日本注意事项

## 第5 日本滞在中に気をつけること

### 1 遵守日本法律

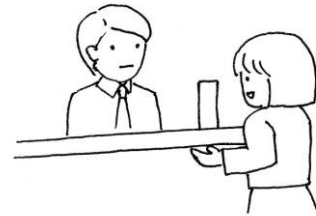
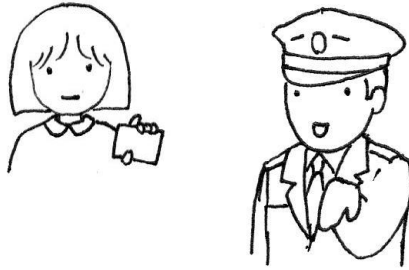
#### 遵守日本法律

～例如～

- ◎ 无正当理由不得所有，进口和使用枪支。
- ◎ 无正当理由不得所有，进口和使用大麻，兴奋剂等。
- ◎ 无正当理由不得携带匕首或菜刀行走。
- ◎ 不得将停放在路边等处的自行车或摩托车归为己有。

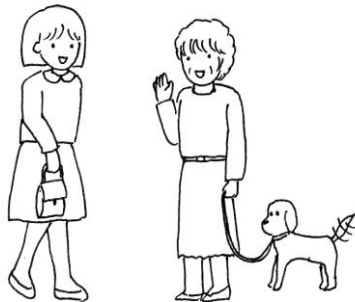
#### 外国人应遵守的法律

- ◎ 外出时要携带护照或在留卡。（不满16岁者除外）
- ◎ 在警察等人要求检查时，要出示护照或在留卡。
- ◎ 变更住址时，要在14天之内向市政府申报。
- ◎ 在留卡遗失或被盗以及住址以外的记载内容变更时，要在14天之内向入管局申报。
- ◎ 要遵守旅居期间和条件。



### 2 为了生活得更舒适

- ◎ 与邻居保持良好的关系。
- ◎ 夜里不要弄出较大的声响或大声喧哗。
- ◎ 要按照所规定的日期和时间，场所，分类方法到垃圾。



### 2 快適な生活のために

- ◎ 隣人や近所の人と良好な関係を保ちましょう。
- ◎ 夜遅くに大きな音を立てたり大声を出したりしないようにしましょう。
- ◎ ゴミを出すときは、収集日時・場所・分類方法を守りましょう。