

# たかまつ らんらん あんしん楽楽ボード

たかまつし ひなんじょう しえん  
～高松市避難所用コミュニケーション支援ボード～

ページ  
一覧

## 用件



困っていること  
伝えたいこと

## ホワイトボード



筆談スペース  
意思表示(○・×・?)

## 体調・けが




症状の確認  
身体の部位

## 体調・けが



症状の確認  
感覚に関すること

## 体調・けが



程度の確認  
時間経過

## もの



物資一覧

## 言語



日本語をどの程度  
理解できるか

## 配慮・薬



配慮が必要なこと  
薬の要否

## 持病



主な持病一覧

## 食事



食物アレルギー  
宗教上の禁忌食

## 避難者カード



避難者カードの作成  
身分証の確認

# たかまつ あんしん楽楽ボード 利用マニュアル

## コミュニケーション支援ボードとは…

ボードにあるイラストや文字を指差すことで、自分の意思や希望を伝えることができるコミュニケーションツール

- 知的障がいのある方
- 外国人など日本語の理解が難しい方
- 聴覚障がいのある方
- 話し言葉でのやりとりが難しい方
- などに

## コミュニケーションのポイント

- ✓相手の正面から、落ち着いた穏やかな口調で声をかけてみてください。
- ✓相手にコミュニケーション支援ボードを指差してもらうことで、意思や希望を確認してください。
- ✓うまくやりとりができない場合には、写真や実物を見せたり、文字でやりとりを行ったりしてみてください。
- ✓ゆっくりと具体的に、一つずつ短い文章で説明するようにしましょう。
- ✓複雑な質問は、できるだけ避けてください。「はい」か「いいえ」で答えられる質問や選択肢を選んで答えられる質問にしましょう。

## 対応言語

日本語

英語

中国語

ベトナム語

## 使い方

このコミュニケーション支援ボードは1ページ目（用件）を起点として使います。

指された項目に応じて該当ページに移動し、詳しくヒアリングします。

「配慮・薬」「持病」「食事」「避難者カード」のページは必要に応じて使用するようにしましょう。

※ヒアリングした内容は避難者カードなどに記録し、情報共有をしておきましょう。

## ページ移動の例



体調のこと・嫌なことがある

体調(気分)・けが

欲しい

もの

日本語がわからない

言語

その他の項目

ホワイトボード

※日常的なやりとりには、主に「用件」「ホワイトボード」のページを使用してください。

## 災害用伝言ダイヤル 171



災害の発生により、被災地への通信が増加し、電話がつながりにくい状況になった場合に利用できる声の伝言板です。

自分の安否を知らせたいとき…

171 をダイヤルする

伝言の録音 1

自分の電話番号をダイヤルする

録音する

相手の安否を知りたいとき…

171 をダイヤルする

伝言の再生 2

相手の電話番号をダイヤルする

再生する

※音声ガイダンスの指示に従って、誰でも利用することができます。

# どうしましたか？

What's wrong?

发生什么事了？ / 發生甚麼事了？

bạn có làm sao không?



たいちょう

**体調のこと**

I'm not feeling well.

身体不适/身體不適

có vấn đề về sức khỏe



いや

**嫌なことがある**

I'm uncomfortable.

有讨厌的事/有討厭的事

có vấn đề làm bạn khó chịu



ほ

**欲しい**

I want...

我想要.../我想要...

bạn muốn điều gì



にほんご

**日本語がわからない**

(I understand) NO Japanese.

不懂日语/不懂日語

bạn không hiểu tiếng nhật



い

**トイレに行きたい**

I need to go to the restroom.

想去洗手间/想去洗手間

bạn muốn đi vệ sinh



て だす

**手助けがいる**

I need help.

需要帮助/需要幫助

bạn cần sự giúp đỡ



おし

**教えてほしい**

Tell me about...

请告诉我/請告訴我

bạn muốn được hướng dẫn về điều gì đó



か

**書いてほしい**

I need you to write it down.

请写下来/請寫下來

bạn muốn đối phương viết ra



さが

**探している**

I'm looking for...

我正在找.../我正在找...

bạn đang tìm kiếm gì đó

なか

**この中には ない**

None of the above.

不在这里/不在這裡/ không có vấn đề nào như trên

ホワイト  
ボード

体調(気分)  
・けが

もの

言語

配慮・薬

持病

食事

避  
難  
者  
カ  
ー  
ド

用  
件

ホワイトボードとして利用してください

(水性ペンで書いたり消したりできます)



ホワイト  
ボード

体調  
(気分  
・けが)

も  
の

言  
語

配  
慮・薬

持  
病

食  
事

避  
難者  
カード

はい



Yes

是 / 是  
vâng, có, đúng

いいえ



No

不是 / 不是  
không

わからない



I'm not sure.

不確定 / 不確定  
không hiểu, không biết

# あてはまるものをおしえてください

Choose all that apply.

请告知是以下哪种情况 / 请告知是以下哪种情况  
hãy cho tôi biết nếu bạn có những triệu chứng sau



いたい

I have a pain.  
疼痛/疼痛  
bị đau



けがをした

I got hurt.  
受伤/受傷  
bị thương



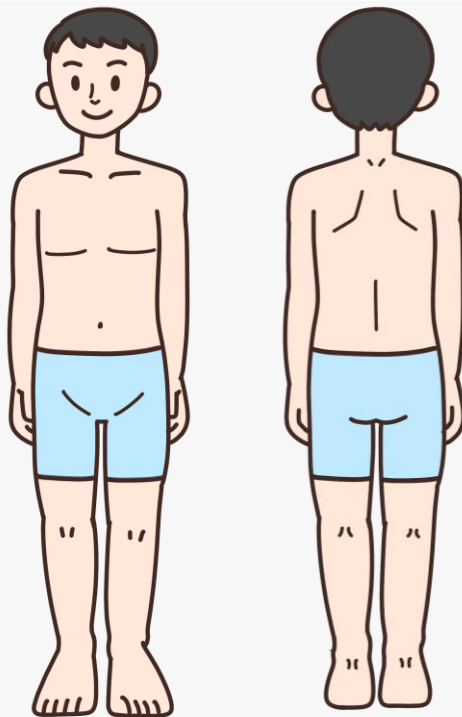
しびれる

I have numbness.  
发麻/發麻  
bị tê



かゆい

I have an itch.  
痒/痒  
bị ngứa



からだのどこですか？

What part of the body?  
身体的那个部位？ / 身體的哪個部位？  
bộ phận nào trên cơ thể?

た  
その他

Others  
其他/其他  
bộ phận khác

☑ 症状を確認した後、これからどのような処置・対応ができるのかを伝えてください。  
程度や場合により、かかりつけ医や医療機関に連絡してください。





きもちわるい

I feel sick.  
恶心/噁心  
bị khó chịu, buồn nôn



せき

I have a cough.  
咳嗽/咳嗽  
bị ho



ねつ

I have a fever.  
发烧/發燒  
bị sốt



げりべんぴ  
下痢・便秘

I have a diarrhea / constipation.  
腹瀉・便秘/腹瀉・便秘  
bị tiêu chảy · bị táo bón



はなみず

I have a runny nose.  
鼻水/鼻水  
bị sổ mũi



めまい

I'm dizzy.  
眩暈/眩暈  
bị hoa mắt chóng mặt



あつい

I'm hot.  
很热/很熱  
nóng



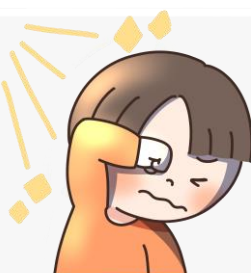
さむい

I'm cold.  
很冷/很冷  
lạnh



くさい

Smells bad.  
很臭/很臭  
hôi, thối



まぶしい

Too bright.  
刺眼/刺眼  
chói mắt



うるさい

Too loud.  
很吵/很吵  
ồn ào

その他

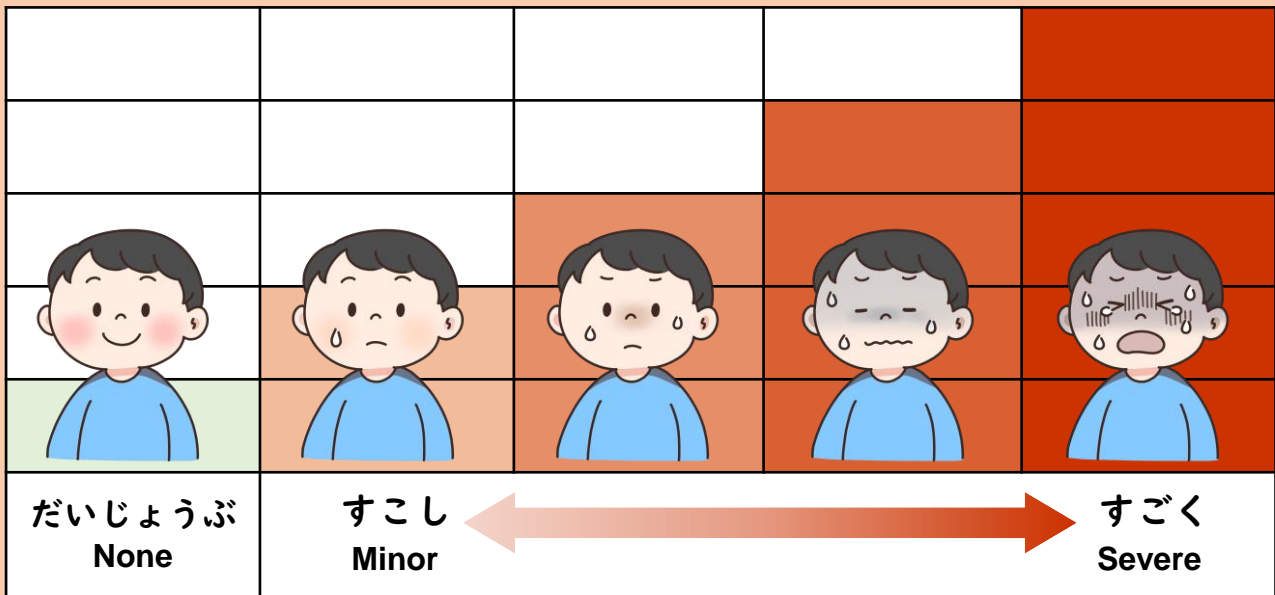
Others  
其他/其他  
khác

# どのくらいですか？

How would you rate your... ?

疼痛有多严重？ / 疼痛有多嚴重？

bị đau ở mức độ nào?



0 1 2 3 4 5  
(LEVEL)

# いつから？

When did it start?

从什么时候开始的？ / 從甚麼時候開始的？

Bị đau từ khi nào?



いま

今

Now

现在 / 現在 / Bây giờ, ngay lúc này

きょう

今日

Today

今天 / 今天 / Hôm nay



あさ

朝

In the morning

早晨 / 早晨 / Buổi sáng



ひる

昼

In the afternoon

中午 / 中午 / Trưa



よる

夜

During the night

夜晚 / 夜晚 / Đêm



ね

寝る前

Before going to bed

临睡前 / 臨睡前 / Trước khi đi ngủ

まえ

それより前

Before Today

在那之前 / 在那之前 / Bị từ trước nữa



た  
**食べもの**

Food  
食物 / 食物  
đồ ăn



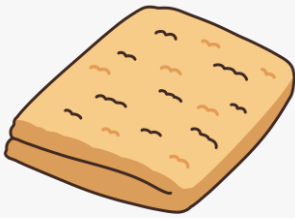
の  
**飲みもの**

Drink  
飲料 / 飲料  
đồ uống



きゅうきゅう  
**救急セット**

First aid kit  
急救箱 / 急救箱  
túi cứu thương



もう ふ  
**毛布**

Blanket  
毛毯 / 毛毯  
khăn



**おむつ**

Diaper  
紙尿褲 / 紙尿褲  
bim, tã



**トイレットペーパー**

Toilet paper  
衛生紙 / 衛生紙  
giấy vệ sinh



せいりようひん  
**生理用品**

Feminine hygiene products  
生理用品 / 生理用品  
băng vệ sinh



こな  
**粉ミルク**

Formula  
奶粉 / 奶粉  
sữa bột



えいせいようひん  
**衛生用品**

Hygiene products  
卫生用品 / 卫生用品  
đồ dùng vệ sinh, y tế



いるい  
**衣類**

Clothes  
服装 / 服装  
quần áo



ぶくろ  
**ビニール袋**

Plastic bag  
塑料袋 / 塑料袋  
túi nilon

た  
**その他**

Others  
其他 / 其他  
Khác



# にほんご おし 日本語について教えてください

## What is your level of Japanese?

请告知日语水平 / 請告知日語水平

Hãy cho chúng tôi biết trình độ tiếng Nhật của bạn



き  
聞く

Listening

听 / 聽  
Nghe



はな  
話す

Speaking

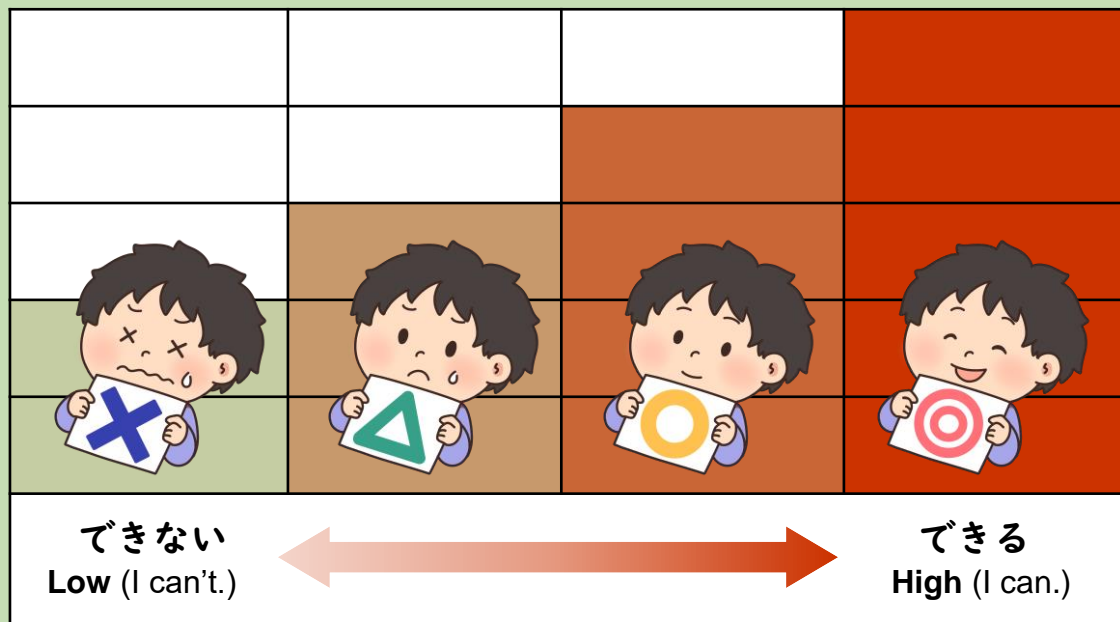
说 / 說  
Nói



よ  
読む

Reading

读 / 讀  
Đọc



0 1 2 3 4  
(LEVEL)



### こま コミュニケーションに困ったら…

たげんごほんやくたいおう  
多言語翻訳に対応

おんせいにしきもじおかのう  
音声認識による文字起こしが可能

しかくちょうかくしやうしゃ  
視覚・聴覚障がい者とのやりとりにも◎



はい りよ

# 配慮してほしいことはありますか？

## Do you have any special requests?

有需要特殊注意的事情吗？ / 有需要特殊注意的事情嗎？

Bạn có vấn đề gì cần được quan tâm không

しゅうきょう しんこう

## 宗教を信仰している

I practice religion.

信仰宗教 / 信仰宗教

Tôi tin vào tôn giáo

じびょう

## 持病がある

I have a chronic illness.

有宿疾 / 有宿疾

Tôi có bệnh mãn tính



## いの お祈りしたい

I need to pray.

想祷告 / 想禱告

Tôi muốn cầu nguyện



## た 食べてはいけない ものがある

I have food restrictions.

有不能吃的食物 / 有不能吃的食物

Có những thức ăn tôi không ăn được



## にんしん 妊娠している

I'm pregnant.

怀孕期间 / 懷孕期間

Tôi đang mang thai

## アレルギーがある

I have allergies.

过敏 / 過敏

Tôi bị dị ứng



## た その他

Others

其他 / 其他

Những vấn đề khác

※希望通りにならない場合があります。

Please note that we may not be able to meet your requirements.

有可能无法满足您的要求。 / 有可能無法滿足您的要求。 Có trường hợp không thể đáp theo yêu cầu

くすり

## 薬

Medicine

药/藥/Thuốc



## ほしい

I need medicine.

想要 / 想要

Tôi cần

## いらない

I don't need medicine.

不要 / 不要

Tôi không cần

## てちょう おくすり手帳がある

I have my prescription record.

持有药用手册 / 持有藥用手冊

Tôi có đơn thuốc



## もっている

I have my medicine.

有、带 / 有、帶

Tôi có thuốc

じ びょう  
**持病はどれですか？**

Which chronic diseases do you have?

患有以下哪种疾病？ / 患有以下哪种疾病？

Bạn có bệnh mãn tính nào

しんぞうびょう  
**心臓病**

Heart disease

心脏病/心臟病

Bệnh tim

じんぞうびょう  
**腎臓病**

Kidney disease

肾脏疾病/腎臟疾病

Bệnh thận

とうようびょう  
**糖尿病**

Diabetes

糖尿病/糖尿病

Bệnh tiểu đường

こうけつあつ  
**高血圧**

Hypertension

高血压/高血圧

Bệnh cao huyết áp

**がん**

Cancer

癌症/癌症

Bệnh ung thư

のうしっかん  
**脳疾患**

Brain disease

脑部疾病/腦部疾病

Bệnh về não

**てんかん**

Epilepsy

癲癇/癲癇

Bệnh động kinh

ぜんそく  
**喘息**

Asthma

哮喘/哮喘

Bệnh hen suyễn

かんぞうびょう  
**肝臓病**

Liver disease

肝脏疾病/肝臟疾病

Bệnh gan

せいしんしっかん  
**精神疾患**

Mental disorder

精神疾病/精神疾病

Bệnh tâm thần

めんえきしっかん  
**免疫疾患**

Immune disease

免疫疾病/免疫疾病

Bệnh về hệ miễn dịch

た  
**その他**

Others

其他/其他

Những bệnh khác



症状や場合により、かかりつけ医や医療機関に連絡してください。  
緊急時の対応方法を事前にヒアリングしておきましょう。

# た 食べてはいけないものはどれですか？

Which food you should avoid?

不能食用以下哪种食物？ / 不能食用以下哪种食物？

Những thức ăn bạn không thể ăn được là gì

たまご  
卵



Eggs  
鸡蛋/雞蛋  
Trứng

こむぎ  
小麦



Wheat  
小麦/小麥  
Lúa mì

えび



Shrimp  
虾/蝦  
Tôm

かに



Crab  
螃蟹/螃蟹  
Cua

そば



Buckwheat  
荞麦/蕎麥  
Kiều mạch

らっかせい  
落花生



Peanuts  
花生/花生  
Đậu phộng

ぎゅうにゅう  
牛乳



Milk  
牛奶/牛奶  
Sữa bò

さけ  
お酒



Alcohol drink  
酒/酒  
Rượu

ぎゅうにく  
牛肉



Beef  
牛肉/牛肉  
Thịt bò

ぶたにく  
豚肉



Pork  
猪肉/猪肉  
Thịt heo

とりにく  
鶏肉



Chicken  
鸡肉/雞肉  
Thịt gà

た  
その他

Others  
其他/其他  
Những loại khác



緊急時の対応方法を事前にヒアリングしておきましょう。

# あなたのことを教えてください

Tell me about yourself.

请告知你的信息 / 請告知你的信息

Hãy cho chúng tôi biết về bạn

なまえ  
**名前**

Name  
姓名 / 姓名  
Tên

でんわばんごう  
**電話番号**

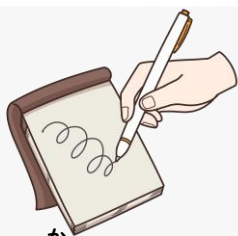
Phone Number  
电话号码 / 電話號碼  
Số điện thoại

じゅうしょ  
**住所**

Address in Japan  
住址 / 住址  
Địa chỉ

せいねんがっぴ  
**生年月日**

Date of birth  
出生日期 / 出生日期  
Ngày tháng năm sinh



か  
**書ける**

I can write it down.  
可以写字 / 可以寫字  
Tôi có thể viết



にゅうりょく  
**入力できる**

I can enter the information.  
可以输入文字 / 可以輸入文字  
Tôi có thể nhập



**わからない**

I'm not sure.  
不明白 / 不明白  
không hiểu, không biết

## いまも持っていますか？

Do you have any of the following items with you?

现在有带着吗？ / 现在有帶著嗎？

Hiện tại bạn đang có những thứ nào sau đây ?

しんたいしょうがいしゃてちょう  
**身体障害者手帳**

Physical Disability Certificate  
残疾人手册 / 殘疾人手册  
Sổ khuyết tật thân thể



りょういくてちょう  
**療育手帳**

Medical Rehabilitation Handbook  
智力障碍辅导手册 / 智力障礙輔導手册  
Sổ điều dưỡng



せいしんしょうがいしゃ  
**精神障害者  
保健福祉手帳**

Mental Disability Certificate  
精神障碍患者保健福利手册 / 精神障礙患者保健福利手册  
Sổ tay phúc lợi cho người khuyết tật tâm thần



けんこうほけんしょう  
**健康保険証**

Health Insurance Card  
保険证 / 保險證  
Thẻ bảo hiểm



**ヘルプマーク**

Help mark  
求助标记 / 求助標記  
Ký hiệu cần giúp đỡ



**ヘルプカード**

Help card  
求助卡 / 求助卡  
Thẻ cần giúp đỡ





# ホワイトボードとして利用してください

(水性ペンで書いたり消したりできます)



**制作** 高松市 **監修** 坂井聡(香川大学 教授) **イラスト** 大山未々子

**協力** 井手あかり・久保遥香・久米みづき・玉水睦己・中谷早希・中村千友莉・長谷川樺乃・渡邊芽生・坂野文香・下江咲穂・須田向日葵・米盛心優・渡部楓花(香川大学 教育学部), KHUC THI THU HIEN・NGUYEN NHAT KHOA VINH(香川大学 経済学部)