

致外国朋友

多种语言生活信息

下列网页以中文、韩国朝鲜语、英语、法语、西班牙语和葡萄牙语等多种语言提供日常生活中不可缺少的信息。不懂日语遇到困难时，请利用此网页查询。找不到所需要的信息时，请跟西宫市国际交流协会打电话联系。

<https://www.nishi.or.jp/shisei/seisaku/tabunkakyosei/teikyo.html>



西宫市国际交流协会 (NIA)

欢迎来到西宫市！在市政府办理迁入手续后，西宫市国际交流协会 (NIA) 将向您提供生活信息。



■若有下列情况，请向西宫市国际交流协会 (NIA) 咨询。

- 想学习日语 → 可介绍日语学习讲座
- 因不懂日语，在市政府或保育所遇到困难 → 使用三方电话可提供翻译。可提供各类口笔译相关信息。
- 想了解有关社区的活动、加深对日本文化的理解、参加志愿活动 → 可介绍NIA参与的社区活动以及志愿、小组等活动。
- 想接受生活、法律及在留资格等方面的咨询 → 通过窗口、电话和邮件，可接受咨询。
- 想了解可用外语沟通的某某(例如：医院、生活咨询、法律咨询等)

■问讯处

您找不到所需要的信息或需要帮助时，请跟NIA联系。协会工作人员会说英语和中文。若需要其它语种，三方电话可提供翻译。

地址 池田町11-1 弗兰蒂西宫4楼
 电话 0798-32-8680 邮件 nia@nishi.or.jp
 开馆时间 9:45~18:00 (周二、节日休息)

火灾和急救

发生火灾或紧急情况，请立即拨打119电话。不懂日语时，可通过翻译讲话。报警时，请不要慌张，清楚地说明。

■发生火灾时

- 1) 拨打119报警电话
 - 2) 先要说“Kaji desu” (着火了)
 - 3) 接着要说发生地点(町名、门牌号码和公寓名称等)。
 - 4) 具体情况 (在哪儿燃烧什么，有无不能逃离火场的人)。
 - 5) 报警者姓名等 (你的姓名和电话号码等)
- 上述报警内容讲完后，请立即向安全的地方逃生。

■需要救护车时

- 1) 拨打119报警电话
 - 2) 先要说“Kyukyu desu” (需要急救)
 - 3) 接着要说发生地点(町名、门牌号和公寓名称等)
 - 4) 具体情况(受伤或疾病的内容、人数、性别、年龄、受伤部位和有意识等)
 - 5) 报警人姓名等 (你的姓名和电话号码)
- 有时会请你采取急救措施，届时请积极配合。



■使用公共电话报警

公共电话机均设有紧急通报按钮。不用投币或磁卡，即可拨打119报警电话。操作程序如下：

- 1) 先拿起话筒
- 2) 按红色紧急通报按钮
- 3) 再拨打119报警电话

■使用手机报警

使用手机报警时，根据电波状态不同，电话可能会通往其它城市的消防部门。请告知紧急情况发生在哪座城市以及你的手机号码。西宫消防部门接报警后，将会回电话，请不要关掉手机电源。





防灾

发生灾害时的避难场所

西宫市设置应急避难所，应对地震、洪水和泥石流等灾害发生。请查看相关网页等信息，确认具体位置。平时要熟知通往各应急避难所的路线。在发生灾害时，镇静地采取行动。

台风和大雨

日本夏秋季是台风高发期。强风和豪雨会造成洪水、塌方等灾害。

- 刮强风时，不要外出。
- 不要靠近折断的电线杆和垂下的电线。
- 请关注气象信息。发出避难劝告或避难指示（紧急）时，立即避难。尤其，有老年人、病人或婴幼儿的家庭必须尽早避难。

地震

日本是地震多发国家。时刻做好防灾准备，力图将损失控制在最小程度。

- 确认家里最安全的地方。
 - 储存饮用水，按照每人每天3公升标准作准备。
 - 储存足够一周的食物和饮用水。
 - 备好装有应急物品的背包或紧急逃生包，放在家人都知道的地方。
- 例如：手电筒、干电池、饮用水、食物、携带收音机、手机充电宝、现金（10日元硬币便于使用公共电话）、身份证复印件、护照、存折等贵重品、火柴、打火机、蜡烛、急救药箱（有老毛病者必须携带常用药）、卫生用品、口罩、头盔或防灾帽子、手套、袜子、内衣、御寒服、防水苫布、绳索等。
- 将家具用家具固定架固定好。
 - 在窗户、橱柜和书柜的玻璃上贴好玻璃膜，以防止碎片飞溅。
 - 要记下紧急电话和语言沟通者的联络方式。
 - 事先确认避难所、附近的医院的位置及避难路线。

发生地震时

- 1) 首先顾好自己的人身安全。
- 2) 要关掉正在使用的煤气、煤炉等火源。其它会引起火的烹饪器具、取暖炉等东西也要关掉。
- 3) 要打开房门和大门，确保逃生之路。
- 4) 要通过电视、收音机、电话随时掌握震灾信息。
- 5) 不要惊慌地跑到外面去，等到摇动暂时停下来，拿出救护包、用头盔等东西保护头部，再撤离。
- 6) 为了避免与家人或邻居走散，互相确认，立即向避难所避难。
- 7) 开车时，不要急刹车，缓缓减速，打开双闪警示灯，靠路左边停车。
- 8) 步行时，应远离水泥砖墙。若在繁华地区，务必小心广告牌子、电线杆子与玻璃窗户等物品掉下。

地震发生后

地震发生后，会引发余震或海啸。要通过收音机、电视机收集正确的信息。

因大地震而无家可归时，请把家人的安危和避难地点跟自己国家的在日大使馆或领事馆、以及公司单位或学校及时联系。

海啸

在地震发生后，海啸会突然发生。为保护自己家人的生命安全，事先了解在海岸地区如何采取行动，极为重要。平时必须知悉下列“海啸时的注意事项”，确保自身安全。

- 1) 从收音机、电视、高音喇叭和宣传车等掌握正确的信息。
- 2) 出现下列情况之一，应立即避难。
 - 发出海啸警报、大海啸警报。
 - 感觉到强烈或长时间（1分钟以上）的摇动。
 - 发出避难指示（紧急）。
- 3) 海啸避难必须采取下列逃生行动之一。
 - 向鸣尾御影线公路以北地区避难。
 - 离开海岸和河边地区，往高楼的三层以上楼层避难。
 - 如果你在钢筋混凝土大厦的3层以上楼层时，不要离开。
- 4) 禁止开车坐车，应步行或骑自行车避难。
- 5) 因海啸可能反复发生，所以在海啸警报解除之前，不要离开安全处。

防灾指南提供灾害时有用的信息

西宫市国际交流协会制作的防灾指南可提供台风、地震等自然灾害时有用的信息。如需要打印版，请前往西宫市国际交流协会（池田町11-1弗兰蒂西宫4楼）拿取。防灾指南也可在下列网页上阅读。

http://www.nishi.or.jp/media/2017/bousaiguide_ec.pdf
(英语·中文)

http://www.nishi.or.jp/media/2017/bousaiguide_kj.pdf
(韩国朝鲜语·日语)



为外国人开设的防灾教室

NIA面向外国人开设防灾教室。相关报名方法、举办日期等详细情况，请查看官方网站。开设日期确定后，将立即刊登在网页。

遇到事故或盗窃时

■紧急报警电话 110

万一遇到暴力、盗窃、交通事故等时，请拨打110报警。打通110后，不要慌张，保持镇静，说清以下事情。

- 1) 发生何事
- 2) 何时
- 3) 何处

听到警车警笛声，请前往迎接带路。100报警电话，免收电话费。使用公共电话，不用投币10日元硬币或磁卡。为了保持镇静报警，最好平日把自己的姓名、地址、附近明显建筑物的名称，用平假名或罗马字写得大些，贴在电话附近。

■使用手机拨打110（报警）时

- 1) 请务必告诉通报地点（地址）和手机号码。若不清楚地址，请告知现场附近明显标志物或使用就近的公用电话。
- 2) 警察会回拨确认地点和事故情况。报警后，请不要切断电源并留在现场。
- 3) 开车时，请先把车停在安全的地方，然后再报警。

■派出所

各地区设有派出所，警官执行任务。派出所没人接待时，请使用派出所的座机联系。派出所执行社区巡逻、照看迷路的孩子、处理遗失物等任务。如想问路，也可以去派出所。

垃圾・资源

处理垃圾时，请务必分出可燃垃圾、不可燃垃圾和资源，于收集日早上8:00以前拿到指定场所。

■可燃垃圾

每周收集两次，可燃垃圾是指厨房垃圾、废塑料、废橡胶、不能再利用的废纸以及废衣服。西宫市没有政府指定的专用垃圾袋。塑料瓶的收集日另定，请不要在可燃垃圾收集日投放。

■不可燃垃圾

每周收集一次。不可燃垃圾是指废玻璃、废金属和废陶瓷。垃圾不用装在塑料袋子里，请直接放在专用垃圾箱里。

■资源A

每月收集一次。资源A是指旧报纸、纸板箱和牛奶等纸盒以及旧衣物。旧报纸、纸板箱和纸盒，请包扎成捆。旧衣物，请装在透明或半透明的袋子里。

■资源B

每月收集两次。资源B是指旧杂志、旧书、纸箱和广告单。请包扎成捆。

■其它塑料制品及包装

每月收集一次。请把带有[♻️]标志的东西装在透明的袋子里投放。洗不干净的归为可燃垃圾。

■塑料瓶

每月收集两次。请取掉瓶盖和标签，把瓶子里面冲洗干净。塑料瓶不必装在塑料袋子里，请直接投放至专用垃圾箱。瓶盖与标签归为其它塑料制品及包装。

■大件垃圾（收费）

长度超过40厘米或重量超过5公斤的垃圾归为大件垃圾。委托市政府收集时，必须打电话申请。按垃圾的大小处理费不同，申请时，请确认处理费用。

- 1) 向垃圾受理中心打电话。（0798-33-6776）
- 2) 购买处理券。（在方便店等地方可以购买）
- 3) 在该处理券上填写受理号码后，贴在大件垃圾上。
- 4) 在收集日当天早上8:30以前放在指定场所。

■废旧小型家电

小型家电含有稀有金属（稀土）和金、银等贵金属。市内食品类超市、市政府大楼、分所和公民馆等35处设置回收箱。请投放到回收箱。（对象为使用电池或外接电源供电的电子机器，大小为能够投入回收箱的投入口（竖20cm×横30cm）

