

- Help Card ● 援助卡 ● 援助卡
- 헬프 카드 ● Tulong Card

ヘルプカード



※このカードは、財団法人自治体国際化協会の助成事業を活用し作成しております。

- Contact Information for the Miyagi Support Center for Foreign Nationals
- 미야기외국인상담센터연락처
- 宮城外国人中心联系方式 ● 宮城外國人中心聯繫方式
- Miyagi Sanggunian Sentro para sa mga Dayuhan

〈みやぎ外国人相談センター連絡先〉 ☎022(275)9990

相談・助言

- Consultation & Advice
- 상담·조언
- 咨询、帮助 ● 諮詢、幫助
- Konsultasyon / Payo



〇 語を
はな
話せる人は
いますか。

- Is there someone who speaks 〇 ?
- 〇 어를 할 수 있는 사람이 있습니까?
- 有会说 〇 语的人吗? ● 有會說 〇 語的人嗎?
- Mayroon po bang marunong mag salita sa wikang 〇 .

〇 への
い かた おし
行き方を教えて
ください。

- Please tell me the way to 〇 .
- 〇 로 가는 방법을 가르쳐 주세요.
- 去 〇 怎么走? ● 去 〇 怎麼走?
- Pakituruan po ako kung paano ang pumunta sa 〇 .

病院・症状

びょういん しょうじょう

- When speaking to the doctor:
- 병원·증상
- 医院、症状 ● 醫院、症狀
- Ospital / Sintomas



〇 の薬を
の
飲みました。

- I took medicine for my 〇 .
- 〇 약을 먹었다.
- 吃了 〇 药 ● 吃了 〇 藥
- Uminom po ako ng gamot sa 〇 .

〇 の
ちょうし わる
調子が悪い。

- My 〇 doesn't feel good.
- 〇 의 상태가 나쁘다.
- 〇 不舒服 ● 〇 不舒服
- Masama po ang pakiramdam ko sa 〇 .

しびれがある。

- I feel numb.
- 저리다.
- 发麻 ● 發麻
- Nakakaramdam po ng pamamanhid.

は
腫れている。

- My 〇 is swollen.
- 부었다.
- 肿了 ● 種了
- Namamaga po.



きゅうきゅうしゃ よ
救急車を呼んで
ください。

- Please call an ambulance.
- 구급차를 불러 주세요.
- 请叫救护车 ● 請叫救護車
- Pakitawag po ng Ambulansiya.

病院・症状

びょういん しょうじょう

- When speaking to the doctor:
- 병원·증상
- 医院、症状 ● 醫院、症狀
- Ospital / Sintomas



ねつ
熱がある。

- I have a fever. ● 发烧
- 열이 있다. ● 發燒
- May lagnat po.

さむけ
寒気がする。

- I am having chills. ● 发寒
- 한기가 들다. ● 發寒
- Nilalamig po.

は け
吐き気がする。

- I feel nauseous. ● 恶心
- 구토가 나다. ● 惡心
- Nasusuka po.

せき
咳がでる。

- I am coughing a lot.
- 기침이 나다.
- 咳嗽 ● 咳嗽
- Inuubo po.

めまいがする。

- I feel dizzy.
- 현기증이 나다.
- 头晕 ● 頭暈
- Nakakaramdam po ng pagkahilo.

〇 が
いた
痛い。

- My 〇 hurts.
- 〇 가 아프다.
- 〇 疼 ● 〇 疼
- Masakit po ang 〇 .

火事・救急 ☎119

かじ きゅうきゅう

- In case of fire or emergency :
- 화재·구급
- 火灾、急救 ● 火災、急救
- Sunog / Emerhensiya



けがを
しています。

- I am injured.
- 부상을 입었습니다.
- 受伤了 ● 受傷了
- May sugatan po.

たいちょう
体調が
わる
悪いです。

- I don't feel good.
- 몸상태가 좋지 않습니다.
- 身体不舒服 ● 身體不舒服
- Masama po ang pakiramdam.

びょういん
病院に
いきたいです。

- I want to go to the hospital. ● 想去医院
- 병원에 가고 싶습니다. ● 想去醫院
- Nais ko pong pumunta sa Ospital.

かかりつけの
びょういん
病院は
〇 です。

- The hospital I usually go to is 〇 .
- 다니는 병원은 〇 입니다.
- 经常去 〇 医院 ● 經常去 〇 醫院
- Ang lagi ko pong pinupuntahang ospital ay 〇 .

きんきゅうれんらくさき
緊急連絡先に
れんらく
連絡して
ください。

- Please contact this emergency contact number.
- 긴급연락처로 연락해 주세요.
- 请与紧急联系人联系 ● 請與緊急聯繫人聯繫
- Pakitawagan po ang taong dapat kontakin sa panahon ng emerhensiya.



かじきゅうきゅう

火事・救急

☎119

In case of fire or emergency :

● 화재·구급

● 火灾、急救

● 火災、急救

● Sunog / Emerhensiya



かじ

火事です。

● There's a fire.

● 화재입니다.

● 着火了

● 著火了

● May sunog po!



なかひと

中に人がいます。

● There are people inside.

● 안에 사람들이 있습니다.

● 里面有人

● 裡面有人

● May tao po sa loob.



しょうぼうしょ

消防署に

れんらく

連絡して

ください。

● Please call the fire department.

● 소방서에 연락해 주세요.

● 请与消防署联系

● 請與消防署聯繫

● Pakitawagan po ang Fire Department.

にん

けが人がいます。

● Someone has been hurt.

● 부상자가 있습니다.

● 有伤员

● 有傷員

● May sugatan po.

びょういん

病人がいます。

● There is a sick person here.

● 환자가 있습니다.

● 有病人

● 有病人

● Mayroon pong maysakit.

じことうなん

事故・盗難

☎110

In case of accident or theft :

● 사고·도난

● 事故、被盜

● 事故、被盜

● Aksidente / Nanakawan



こうつうじこ

交通事故が

お

起きました。

● There has been a car accident.

● 교통사고가 났습니다.

● 发生了交通事故

● 發生了交通事故

● May naganap po na aksidenteng pangtrapiko.

が

ぬす

盗まれました。

● Someone has stolen my .

● 를 도난 당했습니다.

● 被偷了

● 被偷了

● Ninakaw po ang .

が

な

無くなりました。

● I have lost my .

● 가 없어졌습니다.

● 丢了

● 丢了

● Nawawala po ang .

こうばん

交番は

どこですか。

● Where is the local police box?

● 파출소는 어디입니까?

● 派出所在哪儿？

● 派出所在那兒？

● Saan po ba ang Himpilan ng Pulisya?

けいさつれんらく

警察に連絡して

ください。

● Please call the police.

● 경찰에 연락해 주세요.

● 请与警察联系

● 請與警察聯繫

● Pakitawagan po ang Pulis.

さいがい

災害

In case of a natural disaster :

● 재해

● 災害

● 災害

● Disaster (kalamidad)



なに

お

何が起こった

のですか。

● What happened?

● 무슨일이 일어났나요?

● 发生了什么事？

● 發生了什麼事？

● Ano po ba ang nangyari?

ひなんばしょ

つ

避難場所に連れて

いってください。

● Please take me to the evacuation shelter.

● 피난장소로 데려가 주세요.

● 请带我去避难所

● 請帶我去避難所

● Pakidala po ako sa Bahay Likasan o Evacuation Site.

かぞく

家族を

さが

捜しています。

● I am looking for my family.

● 가족을 찾고 있습니다.

● 我在找我的家人

● Hinahanap ko po ang aking mga kamag anak.

たもの

食べ物はどこで

もらえますか。

● Where can I receive food?

● 먹을거리는 어디서 받을 수 있습니까?

● 在哪儿领取食物？

● 去那兒領取食物？

● Saan po ba makakakuha / makakahingi ng pagkain?

トイレはどこに

ありますか。

● Where is the bathroom?

● 화장실은 어디에 있습니까?

● 廁所在哪儿？

● 廁所在那兒？

● Saan ko po ba matatagpuan ang palikuran / Toilet ?

Name in Japanese Furigana Full name	한자의 일본식 읽는 법 성명	日通発音 日語發音	Furigana Pangalan
フリガナ しめい 氏名			
● Sex ● 性別 ● 性別 ● Kasarian	● Blood Type ● 혈액형 ● 血型 ● Uri / Tipo ng Dugo	けつえき 血液型	
● Date of Birth ● 생년월일 ● 生年月日 ● Panahon ng Kapanganakan		せいねんがっぴ 生年月日	
● Nationality ● 国籍 ● 国籍 ● Nasyonalidad		こくせき 国籍	
● Native Language ● 언어 ● 使用语言 ● 使用語言 ● Wika		げんご 言語	
● Current Address ● 현주소 ● 现住址 ● Tinitirhan sa kasalukuyan		げんじゅうしょ 現住所	
● Emergency Contact Information ● 긴급연락처 ● 紧急联系人地址 ● 緊急聯繫人地址 ● Numero sa panahon ng emerhensiya		きんきゅうれんらくさき 緊急連絡先	
● Chronic Illness ● 질병 ● 既往病史 ● Sakit na Dinadala sa Kasalukuyan		● Allergy ● 알레르기 ● Allergy ● 是否有过敏症 ● 是否有過敏症	
しびょう 持病		アレルギー	