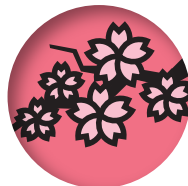


# 让您的日本之旅更加安心

## 身体不适时的 应急指南

监修／近藤太郎（东京都医师会副会长）  
石井正三（日本医师会常任理事）  
釜范敏（日本医师会常任理事）

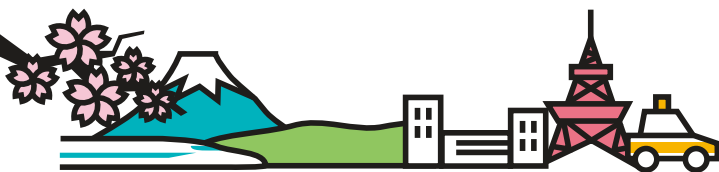
### 医疗机构使用指南



观光厅  
Japan Tourism Agency



Japan. Endless Discovery.



我们希望访日游客在日本期间能够保持健康舒适。但是难免会遇上意料之外的疾病或者受伤。这本指南可以在发生意外、接受日本医疗服务时为您提供帮助。出门的时候把它放在随身的背包里，以备不时之需。



## ○ 目錄 ○

日本医疗机构的种类……………3

想请医生检查……………4

医疗机构的就诊指南以及注意事项……………5

急救医院就诊指南……………6

提前写下，添一分安心 医疗相关的个人信息……………7

说明症状・病情时使用的手指会话卡……………8

安心・安全建議……………10



# 想请医生检查

## 前往医疗机构的方式



酒店前台或者礼宾部  
说明症状，请工作人员介绍医疗机构



\*1  
旅游信息中心  
向工作人员询问附近  
医疗机构



海外旅游保险  
如有购买海外旅游保  
险，请联系保险公司  
咨询医疗机构详情

\*2

## 有用的医疗信息网站（只提供英文版本）

### 「可接收访日外国游客医疗机构列表」

全国可接收外国患者的医疗机构一览  
[http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/essential/emergency/mi\\_guide.html#search](http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/essential/emergency/mi_guide.html#search)



### 「医疗信息网站」

厚生劳动省各都道府县的医疗功能信息提供制度  
[http://www.mhlw.go.jp/english/policy/health-medical/medical-care/info\\_hospitals.html](http://www.mhlw.go.jp/english/policy/health-medical/medical-care/info_hospitals.html)

※可以访问各都道府县的 HP，但部分网站只有日文版本。

主要症状	诊疗科目
发烧・喉咙痛・咳嗽・流鼻水	内科
头痛	内科・脑神经外科
胸部痛	心脏血管内科・呼吸系统内科
腹痛	内科・消化内科・妇科(女性)
吐血・便血	内科・消化内科
腹泻	内科・消化内科
受伤・割伤	外科・整复外科
骨折・关节痛	整形外科
烧伤/烫伤	皮肤科・整复外科・外科
湿疹・荨麻疹	皮肤科
晕眩・耳鸣	耳鼻咽喉科・神经内科
耳朵或鼻子	耳鼻咽喉科
儿童疾病	小儿科
牙痛	牙科
排尿困难・血尿・排尿时有疼痛感	泌尿科
怀孕中(腹痛或腹胀・出血・破水・担心宝宝的状况)	产科・妇科
紧急情况	急救科
不知道应该挂哪一个科室	综合诊疗科



## 医疗机构的就诊指南以及注意事项

### 医院内从挂号到付款的流程



### 注意事项

每个国家/地区的医疗系统各不相同。事先了解, 可避免不必要的麻烦。挂号的时候, 请事先咨询诊疗需要收取的大概费用。  
※只限提供外语服务的医疗机构。

※1  
请认真听取诊疗结果说明。

※2  
此处所付款项为目前为止所受诊疗的费用。只有大型医院才能使用信用卡支付。诊所一般用现金支付。  
如已购买附带无现金医疗服务的境外旅游保险, 则无需支付。  
(注) 无现金医疗服务的条件根据保险项目而有所不同, 请事先与保险公司联系确认详情。

※3  
药品费用需要单独在药房支付。部分医疗机构采用院内制剂处方。

# 急救医院就诊指南

救护车  
119 电话



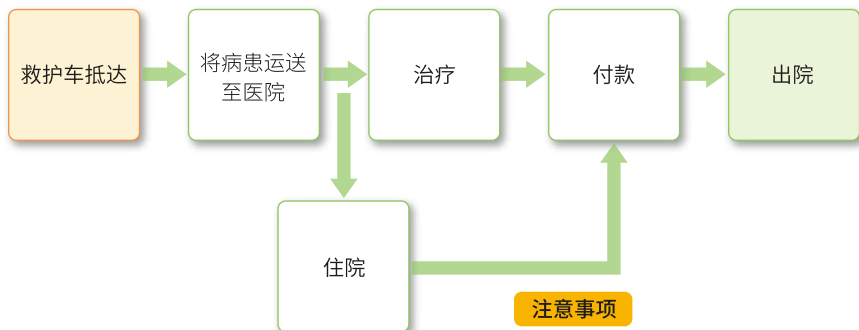
遇上交通事故或者紧急情况时可以帮忙运送伤者/患者到医院。

需要救护车的时候，请把以下的文字给周边的日本人看，请他们帮忙呼叫救护车。

**救急車を呼んでください。**

(请帮忙叫救护车。)

## 救护车抵达之后的流程



接收病人的医院不由病人自己决定。部分情况下有可能会不得不跳过问诊阶段直接展开治疗，因此请务必在第7页中填入必要的信息。



## AED

外出时突然出现心脏不适昏倒时，可以采取相应措施进行复苏。那就是AED (Automated External Defibrillator · 体外自动除颤器)。实际使用时，打开AED的包装就能看到带图示的使用方法，请认真阅读。机场等多数公共场所都有设置AED。



## 書いておけば安心 医療に関する自分情報

《提前写下，添一分安心 医疗相关的个人信息》

氏名 《姓名》

性別 《性別》

男性 / 女性

《男性 / 女性》

生年月日 《出生年月日》

年齢 《年齢》

歳 《岁》

● 現在治療中の疾患(ある／なし)

《正在接受治疗的疾病(有/无)》

● 現在服用中の薬(ある／なし)

《正在服用的药物(有/无)》

● 妊娠している・していない 《怀孕中・未怀孕》

● 既往症 《过往病史》

● アレルギー 薬／食物／虫(ハチなど)／動物／そのほか

《致敏物 药物 / 食物 / 蚊虫(蜜蜂等) / 动物 / 其他》

※具体的に書いてください

《※请尽量写上具体内容》

● 通常の会話は何語を使いますか？( )

《平时对话使用什么语言?》

● 信仰する宗教は？( )

《信仰的宗教是?》

# 症状・病状説明のための指さしシート

《说明症状・病情时使用的手指会话卡》

## このシートの利用方法

《本卡片的使用方法》

病状と、その程度を示して伝えます。

《用手指出相应的症状以及轻重程度。》

〈例〉



● 頭が痛い  
《头痛》

+



● かなり辛い  
《非常难受》



● 頭が痛い  
《头痛》

\*4



● 熱がある  
《发烧》

\*6



● めまいがする  
《眩晕》



● 腹が痛い  
《腹痛》

● 胃が痛い  
《胃痛》

● 下痢  
《腹泻》



● 眼が痛い  
《眼睛痛》

● 見えない・見えにくい  
《看不见・看不清》

● 眼のかゆみ  
《眼睛痒》

\*8



● 喉が痛い  
《喉咙痛》

● 声が出ない  
《发不出声音》

● たんがが出る  
《咳嗽》

● せきが出る  
《咳嗽》



● 耳が痛い  
《耳朵痛》

● 聞こえない  
《听不见》

● 耳鳴り  
《耳鸣》

\*5



● 口の中が痛い  
《嘴巴里面痛》

● 舌が痛い  
《舌头痛》

● 味がわからない  
《尝不出味道》



● 歯が痛い  
《牙痛》

● 歯茎が痛い  
《牙龈痛》

\*7



● 首が回らない  
《脖子转动不》

● 首が痛い  
《脖子痛》

● 首が腫れている  
《脖子肿》



● 腰が痛い  
《腰痛》

● 下肢にしびれがある  
《下肢酸麻》



● 膝が痛い  
《膝盖痛》

● 曲げられない  
《无法弯曲》

● 歩けない  
《无法走动》

## 痛みや症状の程度を示します

《指出症状轻重程度》



我慢できる

《可以忍受》



かなり辛い

《非常难受》



- 鼻水が出る  
《流鼻水》
- 鼻血が出る  
《流鼻血》
- くしゃみ  
《打喷嚏》



- 息苦しい  
《呼吸困難》
- ヒューヒューする  
《有哮喘声》
- ゼーゼーする  
《有喘息声》
- 息切れがする  
《气喘》



- 胸が痛い  
《胸痛》
- 動悸がする  
《心悸》
- 脈が乱れる  
《脉搏紊乱》



- 不正出血  
《不正常出血》
- 腹が痛い  
《腹部痛》



- かぶれた  
《起斑疹》
- 発疹がでた  
《发疹》
- かゆみがひどい  
《严重瘙痒》
- じんましん  
《荨麻疹》



- 泣き続けている  
《一直哭》
- 吐いた  
《呕吐》
- 熱がある  
《发烧》
- 食事をしない  
《不吃饭》
- 元気がない  
《没有精神》



- お腹が痛い  
《腹痛》
- お腹が張る  
《腹胀》
- 膣から出血  
《阴道出血》
- 膣から水が出た  
《阴道流水》
- 赤ちゃんについて  
気になることがある  
《有点担心宝宝》



- 血尿がでた  
《尿血》
- 排尿困難  
《排尿困难》
- 頻尿  
《尿频》
- 排尿時に痛みがある  
《排尿时有疼痛感》



●ケガをした  
《受伤了》

- 交通事故  
《交通事故》
- ころんだ  
《摔倒了》
- あたった  
《撞伤了》
- 落ちた  
《跌倒了》

- 切った  
《割伤了》
- 刺さった  
《扎伤了》
- やけどをした  
《烧伤/烫伤了》
- 虫に刺された  
《蚊虫叮咬》

# 安心・安全建议

灾害时有用的网站（只提供英文版本）

**「Safety tips」** 以英语通报日本国内紧急地震警报以及海啸警报的信息推送型应用程序。具备面向访日外国人以及日本在住外国人的多项可在灾害时发挥作用的功能。

● Android



● iPhone



● 下载 URL

**Android** <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>

**iPhone** <https://itunes.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174?mt=8>

## 关于「紧急地震警报」

在地震多发的日本，日本气象局会在地震引发剧烈摇晃前发出“紧急地震警报”。这是日本独自研发的对策，可在地震发生之后立即预测可能发生剧烈摇晃的地区的烈度，并尽可能迅速地通过电视、收音机、手机等手段通知给尽可能多的居民。听到、

看到紧急地震警报的时候，请不要慌张，先保护好自身安全。另外，如果遇到困难，请到派出所寻求帮助。



※紧急地震警报象形图  
紧急地震警报利用者协议会  
制定

重大地震有可能会引发海啸。日本气象局会在地震发生之后大约3分钟左右发布大海啸警报、海啸警报或者海啸注意警报。收到海啸警报或者注意预警时，请立即撤离到远离海岸的安全高地避难。

<图表来源> ●p.4 \*1 日本政府观光局 ●p.6 \*3 一般财团法人日本救急医疗财团  
●P4~P9 \*2、\*4、\*5、\*6、\*7、\*8、\*9、\*10、\*11 自制  
●其他 JIS T0103: 2005 引用（部分插图与原本的含义可能有所不同）

※なお、「指さし」、「指さし会話帳」、「接客指さし会話」については、株式会社エビデンスの登録商標となります。  
同社による許諾なく、これらと同一又は類似の標章を商標として使用することはできませんので、ご注意ください。

PR

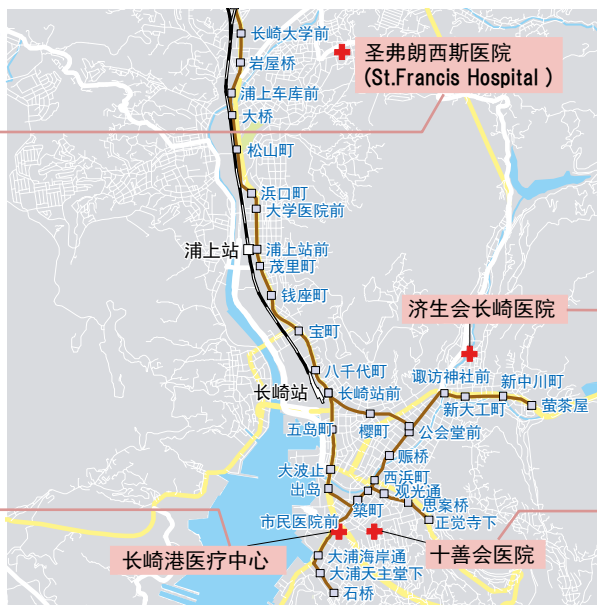


# 参加实证项目的医疗机构

【实证期间：～2017年12月22日】

医院名称 (HP)	地址	电话号码	挂号时间	信用卡支付
长崎港医疗中心 <a href="http://shibyو.nmh.jp/">http://shibyو.nmh.jp/</a>	长崎市 新地町6-39	095-822-3251	【初诊患者】 周一～周五 8:30～11:00 ■停诊日：周六、周日、 节假日 ※急诊患者除外	○
圣弗朗西斯医院 (St. Francis Hospital ) <a href="http://www.sfh.or.jp/">http://www.sfh.or.jp/</a>	长崎市 小峰町9-20	095-846-1888	周一～周五 8:00～11:30 周六 8:00～11:00 ■停诊日：周日、节假日、 12月25日 ※急诊患者除外	○
济生会长崎医院 <a href="http://www.nsaisei.or.jp/index.php">http://www.nsaisei.or.jp/index.php</a>	长崎市 片渊2-5-1	095-826-9236	周一～周五 8:30～11:30 ■停诊日：周六、周日、 节假日 ※急诊患者除外	○
十善会医院 <a href="http://juzenkai-hospital.or.jp/">http://juzenkai-hospital.or.jp/</a>	长崎市 笼町7-18	095-821-1214	周一～周五 8:30～11:30 周六 8:30～11:00 ■停诊日：周日、节假日 ※急诊患者除外	○

圣弗朗西斯医院  
(St. Francis Hospital)  
(HP)



济生会长崎医院(HP)



长崎港医疗中心  
(HP)



十善会医院(HP)





For safe travels in Japan

# Guidebook for when you are feeling ill

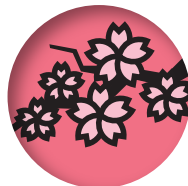
Editorial supervisor:

Taro Kondo (Vice Chairman of the Tokyo Medical Association)

Masami Ishii (Executive Director of the Japan Medical Association)

Satoshi Kamayachi (Executive Director of the Japan Medical Association)

Guide for using medical institutions

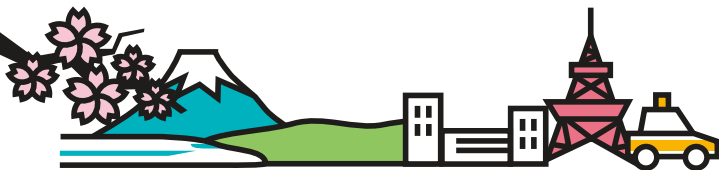


**Japan Tourism Agency**

Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism



**Japan.** Endless Discovery.



We want visitors to Japan to enjoy their stay here. Sometimes, an unexpected illness or injury occurs. To prepare for this, we have created a guidebook to help you receive medical care in Japan. Please keep it handy in your bag when going out.



## ○ Contents ○

Types of medical institutions in Japan ..... 3

If you need doctors' assistance ..... 4

How to use medical institutions and important points ..... 5

How to use an emergency care hospital ..... 6

Personal information concerning medical care to write down ..... 7

Page for pointing to symptoms and their descriptions ..... 8

Safety advice ..... 10

## Types of medical institutions in Japan

The type of medical institution you need differs between time of use, if it is an emergency, and with the level of severity.

<p>If you need doctors' assistance.</p>			<ul style="list-style-type: none"><li>● Visit a clinic or general hospital during regular hours.</li><li>● Otherwise, go to after-hours reception (varies by region).</li></ul>
		<p>▶ P. 4 ▶ P. 5</p>	<p>See the list on p. 4 for medical institutions that are well-prepared to accommodate foreigners.</p>
<p>Emergency hospital</p>			<p>* Accepts emergency care patients. Available 24 hours a day, 365 days a year.</p>
		<p>▶ P. 6</p>	
<p>If you do not need doctors' assistance.</p>			<ul style="list-style-type: none"><li>● Nearby pharmacy</li><li>● Drugstore</li><li>* Consult a pharmacist, if possible.</li><li>* Some types of medicines cannot be purchased at night when the pharmacist is not there.</li></ul>

## If you need doctors' assistance

### Accessing medical institutions



**Front desk or concierge at a hotel**  
Describe your symptoms for referral to a medical institution.



**\*1**  
**Tourist Information Center**  
Receive a referral to a nearby medical institution.



**International Travel Medical Insurance**  
If you have international travel medical insurance, the staff can contact the insurance company and refer you to a medical institution.

**\*2**

### Useful medical information websites

## List of medical institutions that accept overseas visitors

List of medical institutions around Japan that are well-prepared to accommodate foreign patients.

[http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/essential/emergency/mi\\_guide.html#search](http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/essential/emergency/mi_guide.html#search)



## Medical Information Internet

Ministry of Health, Labour and Welfare system for each prefecture to share medical care information.

[http://www.mhlw.go.jp/english/policy/health-medical/medical-care/info\\_hospitals.html](http://www.mhlw.go.jp/english/policy/health-medical/medical-care/info_hospitals.html)

\* Websites for all prefectures are open to the public, but some are only in Japanese.

Primary symptoms	Diagnosis and treatment departments
Fever, sore throat, cough, runny nose	Internal Medicine
Headache	Internal Medicine, Neurosurgery
Chest pain	Cardiovascular Internal Medicine, Respiratory Internal Medicine
Abdominal pain	Internal Medicine, Gastroenterological Medicine, Obstetrics & Gynecology
Bloody vomit or stool	Internal Medicine, Gastroenterological Medicine
Diarrhea	Internal Medicine, Gastroenterological Medicine
Injury, wound	Surgery, Plastic Surgery
Bone fracture, joint pain	Orthopedic Surgery
Burns	Dermatology, Plastic Surgery, Surgery
Eczema/Hives	Dermatology
Dizziness/Tinnitus	Otorhinolaryngology, Neurology
Ears, nose, or throat	Otorhinolaryngology
Children's illnesses	Pediatrics
Toothaches	Oral Health
Difficulty urinating, bloody urine, pain when urinating	Urology
During pregnancy (abdominal pain or bloating, spotting, water breakage, concerns about the baby)	Obstetrics/Gynecology
In emergencies	Emergency Medicine
Unsure what department to visit	General Diagnosis and Treatment

## How to use medical institutions and important points

Procedure  
from hospital reception  
to payment



Reception



Fill out medical sheet.



Receive doctor  
examination and  
**treatment**, and  
receive a prescription.<1>



Complete **payment**.<2>



Submit prescription  
to pharmacy and  
purchase **medications**.<3>

### Important

The medical care system varies by country. Avoid difficulties by learning about them in advance. Ask for a general estimate of the treatment cost at reception.

\* There is a limited number of medical institutions that can accommodate other languages.

<1> Be sure to listen carefully to the explanation of the examination results.

<2> Payment here is the cost for treatment received up to this point. Keep in mind that payment by credit card is only accepted at major hospitals. Clinics generally accept cash only.

With cash-free international travel medical insurance, no payments are necessary. Note: The cash-free conditions vary by insurance company. Please check beforehand.

<3> You will be charged separately at the pharmacy for any medicine you need. Some medical institutions provide in-house prescriptions.

## How to use an emergency care hospital

Ambulance  
Call 119



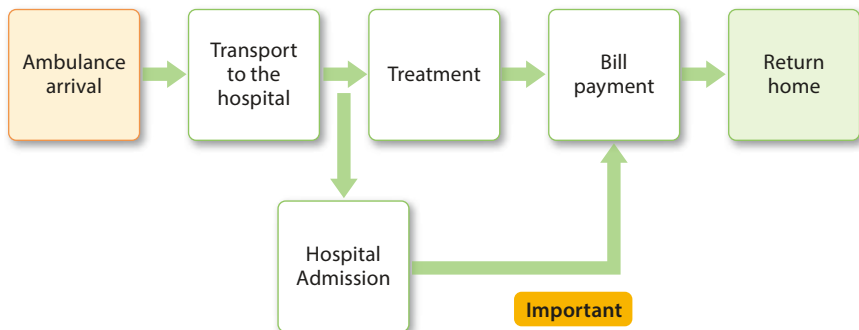
Be transported to an emergency care hospital in the event of a traffic accident or other emergency.

If you need an ambulance, show the sentence below to a nearby Japanese person so they will call one for you.

救急車を呼んでください。

(Please call an ambulance.)

### Procedure from arrival of the ambulance



**Important**  
You cannot choose what hospital you will be brought to. Depending on your condition, you may be given treatment without questioning, so it is important to fill out p. 7.



### AED

There is a device that can be used if someone has heart problems and collapses while out of the home. This device is called an Automated External Defibrillator (AED). When actually using the device, you find illustrated instructions inside the AED package after you open it, so follow those instructions. Many airports and other public facilities have AEDs.



## 書いておけば安心 医療に関する自分情報

Personal information concerning medical care to write down

氏名 Name

性別 Gender

男性 / 女性

Male/Female

生年月日 Date of birth

年齢 Age

歳 years old

● 現在治療中の疾患(ある/なし)

Are you currently in treatment for any illnesses? (Yes / No)

● 現在服用中の薬(ある/なし)

Are you currently taking any medications? (Yes / No)

● 妊娠している・していない Are you pregnant? [Yes / No]

● 既往症 Past illnesses

● アレルギー 薬/食物/虫(ハチなど)/動物/そのほか

Allergies to medications, foods, insects (e.g. bees), animals, other

※具体的に書いてください

\*Please use specifics.

● 通常の会話は何語を使いますか？( )

What is your language of preference?

● 信仰する宗教は？( )

Do you practice a particular religion?

# 症状・病状説明のための指さしシート

Page for pointing to symptoms and their descriptions.

## このシートの利用方法

How to use this page.

病状と、その程度を示して伝えます。

Describe your condition and its severity.

〈例〉



● 頭が痛い  
I have a headache.

+



● かなり辛い  
Very severe



● 頭が痛い  
I have a headache.



\*4

● 熱がある  
I have a fever.



\*6

● めまいがする  
I feel dizzy.



● 腹が痛い  
I have a pain in my abdomen.

● 胃が痛い  
I have a stomachache.

● 下痢  
I have diarrhea.



● 眼が痛い  
My eye hurts.  
● 見えない・見えにくい  
I cannot see well.  
● 眼のかゆみ  
My eyes are itchy.



\*8

● 喉が痛い  
I have a sore throat.  
● 声が出ない  
I have lost my voice.  
● たんが出る  
I cough up phlegm.

● せきが出る  
I have a cough.



● 耳が痛い  
My ear hurts.  
● 聞こえない  
I cannot hear well.  
● 耳鳴り  
My ears are ringing.



\*5

● 口の中が痛い  
My mouth hurts.  
● 舌が痛い  
My tongue hurts.  
● 味がわからない  
My taste is dull.



● 歯が痛い  
I have a toothache.  
● 歯茎が痛い  
My gums hurt.



\*7

● 首が回らない  
My neck is stiff.  
● 首が痛い  
My neck hurts.  
● 首が腫れている  
My neck is swollen.



● 腰が痛い  
My lower back hurts.  
● 下肢にしびれがある  
My legs are numb.



● 膝が痛い  
My knee hurts.  
● 曲げられない  
I cannot bend my knees.  
● 歩けない  
I cannot walk.



## 痛みや症状の程度を示します

Please indicate the severity of your pain or symptoms.



我慢できる

Tolerable



かなり辛い

Very severe



- 鼻水が出る  
I have a runny nose.
- 鼻血が出る  
I have a nosebleed.
- くしゃみ  
I am sneezing.



- 息苦しい  
I have difficulty breathing.
- ヒューヒューする  
I am wheezing (lightly).
- ゼーゼーする  
I am wheezing (heavily).
- 息切れがする  
I am out of breath.



- 胸が痛い  
My chest hurts.
- 動悸がする  
I am having chest palpitations.
- 脈が乱れる  
My pulse is irregular.



- 不正出血  
I am having irregular bleeding.
- 腹が痛い  
I have a pain in my abdomen.



- かぶれた  
I have a rash (in one place).
- 発疹がでた  
I have a rash (all over).
- かゆみがひどい  
I am very itchy.
- じんましん  
I have hives.



- 泣き続けている  
My baby won't stop crying.
- 吐いた  
My baby threw up.
- 熱がある  
My baby has a fever.
- 食事をしない  
My baby won't eat.
- 元気がない  
My baby is listless.



- お腹が痛い  
I have a pain in my abdomen.
- お腹が張る  
I am bloated.
- 膣から出血  
I have vaginal bleeding.
- 膣から水が出た  
I am leaking water.
- 赤ちゃんについて  
気になることがある  
I worry about the baby.



- 血尿がでた  
There is blood in my urine.
- 排尿困難  
I have difficulty urinating.
- 頻尿  
I have to urinate frequently.
- 排尿時に痛みがある  
Urinating is painful.



- ケガをした  
I injured myself.

- 交通事故  
I was in a traffic accident.
- ころんだ  
I fell down.
- あたった  
I bumped against something.
- 落ちた  
I fell.

- 切った  
I cut myself.
- 刺さった  
I pricked myself.
- やけどをした  
I burned myself.
- 虫に刺された  
I was stung/bitten by an insect.

## Safety Advice

### Useful websites for natural disasters

**Safety tips** This is a push notifications app that gives you notices in English when there is an Earthquake Early Warning (EEW) or tsunami warning in Japan. It has various functions to assist foreign tourists and people from other countries living in Japan in the event of a disaster.

● Download URL

**Android** <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>

**iPhone** <https://itunes.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174?mt=8>

● Android



● iPhone



### Earthquake early warnings

Earthquakes are common in Japan, and the Japan Meteorological Agency gives an earthquake early warning before strong shaking from an earthquake is expected. This is a unique system in Japan. Immediately after an earthquake occurs, the seismic intensity of strong shaking in each area is predicted and warnings are

broadcast as soon as possible on TV, radio, mobile phones, and other media to inform people. If you see or hear an earthquake early warning, stay calm and ensure your safety. Also, if you are in trouble, go to a police box.



Protect your head.



Step away from furniture.



Step away from walls.



Beware falling objects.



Do not rush outside.



Get off at the nearest floor.



Do not brake suddenly.



Put on your hazard lights and slow down.

\* Pictogram of earthquake early warning. Made by the Earthquake Early Warning Users' Association.

Major earthquakes are sometimes followed by a tsunami (seismic wave). About 3 minutes after an earthquake has occurred, the Japan Meteorological Agency may issue a major tsunami warning, tsunami warning, or tsunami advisory. If a tsunami warning or advisory is issued, immediately retreat to safe, elevated evacuation places away from the coast.

Pictogram: ●p.4 \*1 Japan Tourism Agency ●p.6 \*3 Japan Foundation for Emergency Medicine  
●P4-P9 \*2, \*4, \*5, \*6, \*7, \*8, \*9, \*10, \*11 Original  
●Other from JIS T0103:2005 (the pictures may depict a different meaning than the original meaning.)

※なお、「指さし」、「指さし会話帳」、「接客指さし会話」については、株式会社エビデンスの登録商標となります。同社による許諾なく、これらと同一又は類似の標章を商標として使用することはできませんので、ご注意ください。



**Japan Tourism Agency**  
Ministry of Land, Infrastructure, Transport and Tourism

PR

# Medical institutions participating in the demonstration project.

[Demonstration period: ~ December 22, 2017]

Hospital name (HP)	Address	Telephone	Hours	Credit card
Nagasaki Harbor Medical Center <a href="http://shibyو.nmh.jp/">http://shibyو.nmh.jp/</a>	6-39 Shinchi-machi, Nagasaki City	095-822-3251	【First visit patients】 Mon-Fri 8:30-11:00 ■ Closed: Sat, Sun and National Holiday ※ Except for emergencies.	○
St.Francis Hospital <a href="http://www.sfh.or.jp/">http://www.sfh.or.jp/</a>	9-20 Komine-machi, Nagasaki City	095-846-1888	Mon-Fri 8:00-11:30 Sat 8:00-11:00 ■ Closed: Sun, National Holiday and Dec. 25 ※ Except for emergencies.	○
Saiseikai Nagasaki Hospital <a href="http://www.nsaiei.or.jp/index.php">http://www.nsaiei.or.jp/index.php</a>	2-5-1 Katafuchi, Nagasaki City	095-826-9236	Mon-Fri 8:30-11:30 ■ Closed: Sat, Sun and National Holiday ※ Except for emergencies.	○
Juzenkai Hospital <a href="http://juzenkai-hospital.or.jp/">http://juzenkai-hospital.or.jp/</a>	7-18 Kago-machi, Nagasaki City	095-821-1214	Mon-Fri 8:00-11:30 Sat 8:00-11:00 ■ Closed: Sun and National Holiday ※ Except for emergencies.	○

St.Francis Hospital (HP)



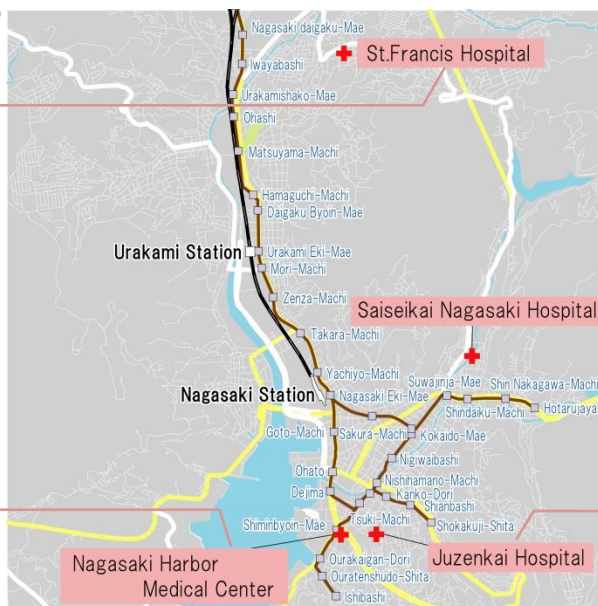
Saiseikai Nagasaki Hospital (HP)



Nagasaki Harbor Medical Center (HP)



Juzenkai Hospital (HP)

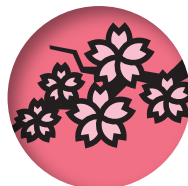


# 讓您的日本之旅更加安心

## 身體不適時的 應急指南

監修／近藤太郎（東京都醫師會副會長）  
石井正三（日本醫師會常任理事）  
釜范敏（日本醫師會常任理事）

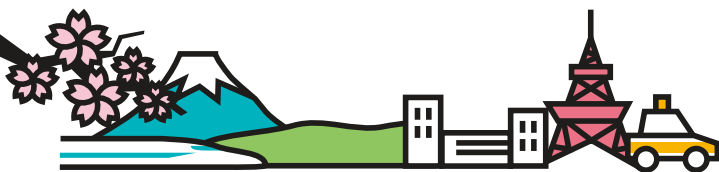
### 醫療機構使用指南



觀光廳  
Japan Tourism Agency



Japan. Endless Discovery.



我們希望訪日遊客在日本期間  
能夠健康舒適。

但是難免會遇上意料之外的疾病或者受傷。

這本指南可以在發生意外、接受日本醫療服務時  
為您提供幫助。

出門的時候把它放在隨身的背包裡，  
以備不時之需。



## ○ 目錄 ○

日本醫療機構的種類……………3

想請醫師檢查……………4

醫療機構的就診指南以及注意事項……………5

急救醫院就診指南……………6

提前寫下，添一分安心 醫療相關的個人信息……………7

說明症狀・病情時使用的手指會話卡……………8

安心・安全建議……………10

## 日本醫療機構的種類

依據使用時間、緊急程度、嚴重程度的不同，所接受的醫療服務也有所差異。

想請醫師檢查



- 在診療時間內可以選擇診所・綜合醫院
- 其他時間段可以選擇夜間診療窗口（各個地區有所不同）

關於可接待國外病患的醫療機構，請參照P4的列表。

▶4P  
▶5P

急救醫院



※接收急救患者。365天24小時應對

▶6P

無需醫師診療



- 附近的藥局
- 藥店（藥妝店）

※盡可能找藥劑師諮詢。  
※夜間購藥，當藥劑師不在場時，無法購買部分藥物。

# 想請醫師檢查

## 前往醫療機構的方式



飯店前台或者禮賓部  
說明症狀，請工作人員  
介紹醫療機構



\*1  
旅客詢問處  
向工作人員詢問附近  
醫療機構



海外旅遊保險  
如已購買海外旅遊保  
險，請聯繫保險公司  
了解醫療機構資訊

\*2

## 有用的醫療資訊網站（只提供英文版本）

### 「可接待國外旅客的醫療機構列表」

全國各地可接待國外病患的  
醫療機構一覽

[http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/essential/emergency/mi\\_guide.html#search](http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/essential/emergency/mi_guide.html#search)



### 「醫療資訊網站」

厚生勞動省各都道府縣的醫療機能情報提供制度

[http://www.mhlw.go.jp/english/policy/health-medical/medical-care/info\\_hspitals.html](http://www.mhlw.go.jp/english/policy/health-medical/medical-care/info_hspitals.html)

※可以訪問各都道府縣的 HP，但部分網站只有日文版本。

主要症狀	診療科目
發燒・喉嚨痛・咳嗽・流鼻水	內科
頭痛	內科・腦神經外科
胸部痛	心臟血管內科・呼吸系統內科
腹痛	內科・消化系內科・婦科(女性)
吐血・便血	內科・消化系內科
腹瀉	內科・消化系內科
受傷・割傷	外科・整復外科
骨折・關節痛	整形外科
燒傷／燙傷	皮膚科・整復外科・外科
濕疹・蕁麻疹	皮膚科
暈眩・耳鳴	耳鼻咽喉科・神經內科
耳朵或鼻子	耳鼻咽喉科
兒童疾病	小兒科
牙痛	牙科
排尿困難・血尿・排尿時有疼痛感	泌尿科
懷孕中(腹痛或腹脹・出血・破水・擔心寶寶的狀況)	產科・婦科
緊急情況	急救科
不知道應該掛哪一個科室	綜合診療科



## 醫療機構的就診指南以及注意事項

### 醫院內從掛號到付款的流程



### 注意事項

每個國家／地區的醫療系統各不相同。事先了解，可避免不必要的麻煩。掛號的時候，請先諮詢一下診療需要收取的大概費用。  
※只適用於提供外語服務的醫療機構。

#### ※1

請認真聽取診療結果說明。

#### ※2

此處所付款項為目前為止所受診療的費用。只有大型醫院才能用信用卡付款。診所一般用現金付款。

如已經購買附帶醫療直付服務的海外旅遊保險，則無需付款。

(注) 醫療直付服務的條件依據不同保險項目有所差異，敬請事先聯繫保險公司確認相關詳情。

#### ※3

藥品費用需要在藥局單獨付款。部分醫療機構採用院內處方藥。

# 急救醫院就診指南

救護車  
撥打 119



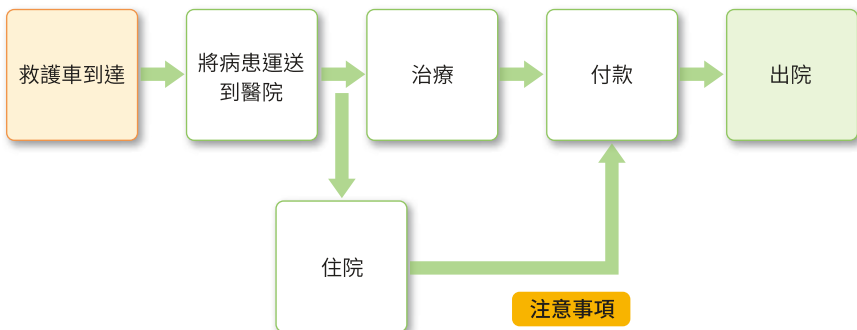
遇上交通事故或者緊急情況時可以幫忙運送傷者／患者到醫院。

需要救護車的時候，請把以下的文字給周邊的日本人看，請他們幫忙呼叫救護車。

**救急車を呼んでください。**

(請幫忙叫救護車。)

## 救護車抵達之後的流程



接收病人的醫院不能自己決定。部分情況下有可能會跳過問診，直接進入治療階段，因此請務必在第7頁中填入必要的信息。



## AED

外出時突然出現心臟不適昏倒時，可以採取相應措施進行復甦。那就是AED(Automated External Defibrillator・自動體外心臟去顫器)。實際使用時，打開AED的包裝就能看到帶圖示的使用方法，請認真閱讀。機場等多數公共場所都有設置AED。



## 書いておけば安心 医療に関する自分情報

《提前寫下，添一分安心 醫療相關的個人信息》

氏名 《姓名》

性別 《性別》

男性 / 女性

《男性 / 女性》

生年月日 《出生年月日》

年齢 《年齢》

歳 《歳》

● 現在治療中の疾患(ある／なし)

《正在接受治療的疾病(有／無)》

● 現在服用中の薬(ある／なし)

《正在服用的藥物(有／無)》

● 妊娠している・していない 《懷孕中・未懷孕》

● 既往症 《過往病史》

● アレルギー 薬／食物／虫(ハチなど)／動物／そのほか

《過敏物 藥物／食物／蚊蟲(蜜蜂等)／動物／其他》

※具体的に書いてください

《※請盡量寫上具體內容》

● 通常の会話は何語を使いますか？( )

《平時對話使用什麼語言？》

● 信仰する宗教は？( )

《信仰的宗教是？》

# 症状・病状説明のための指さしシート

《説明症状・病情時使用的手指會話卡》

## このシートの利用方法

《本卡片的使用方法》

病状と、その程度を示して伝えます。

《用手指出相應的症狀以及輕重程度。》

〈例〉



● 頭が痛い  
《頭痛》

+



● かなり辛い  
《非常難受》



● 頭が痛い  
《頭痛》

\*4



● 熱がある  
《發燒》

\*6



● めまいがする  
《暈眩》



● 腹が痛い  
《腹痛》

● 胃が痛い  
《胃痛》

● 下痢  
《腹瀉》



● 眼が痛い  
《眼睛痛》

● 見えない・見えにくい  
《看不見・看不清》

● 眼のかゆみ  
《眼睛癢》

\*8



● 喉が痛い  
《喉痛》

● 声が出ない  
《發不出聲音》

● たんがが出る  
《咳嗽》

● せきが出る  
《咳嗽》



● 耳が痛い  
《耳朵痛》

● 聞こえない  
《聽不見》

● 耳鳴り  
《耳鳴》

\*5



● 口の中が痛い  
《嘴巴裡痛》

● 舌が痛い  
《舌頭痛》

● 味がわからない  
《嚐不出味道》



● 歯が痛い  
《牙痛》

● 歯茎が痛い  
《牙齦痛》

\*7



● 首が回らない  
《脖子無法轉動》

● 首が痛い  
《脖子痛》

● 首が腫れている  
《脖子腫》



● 腰が痛い  
《腰痛》

● 下肢にしびれがある  
《下肢痲痺》



● 膝が痛い  
《膝蓋痛》

● 曲げられない  
《無法彎曲》

● 歩けない  
《無法走動》

# 痛みや症状の程度を示します

《指出症状軽重程度》



我慢できる

《可以忍受》



かなり辛い

《非常難受》



- 鼻水が出る《流鼻水》
- 鼻血が出る《流鼻血》
- くしゃみ《打喷嚏》



- 息苦しい《呼吸困難》
- ヒューヒューする《有咻咻聲》
- ゼーゼーする《有喘息聲》
- 息切れがする《氣喘》



- 胸が痛い《胸痛》
- 動悸がする《心悸》
- 脈が乱れる《脈搏紊亂》



- 不正出血《不正常出血》
- 腹が痛い《腹痛》



- かぶれた《起斑疹》
- 発疹がでた《發疹》
- かゆみがひどい《嚴重搔癢》
- じんましん《蕁麻疹》



- 泣き続けている《一直哭》
- 吐いた《嘔吐》
- 熱がある《發燒》
- 食事をしない《不吃飯》
- 元気がない《沒有精神》



- お腹が痛い《腹痛》
- お腹が張る《腹脹》
- 膣から出血《陰道出血》
- 膣から水が出た《陰道流水》
- 赤ちゃんについて気になることがある《有點擔心寶寶》



- 血尿がでた《尿血》
- 排尿困難《排尿困難》
- 頻尿《頻尿》
- 排尿時に痛みがある《排尿時疼痛感》



●ケガをした《受傷了》

- 交通事故《交通事故》
- ころんだ《摔倒了》
- あたた《撞傷了》
- 落ちた《跌倒了》

- 切った《割傷了》
- 刺さった《刺傷了》
- やけどをした《燒傷/燙傷了》
- 虫に刺された《蚊蟲叮咬》

## 安心・安全建議

災害發生時有用的網站 (只提供英文版本)

### 「Safety tips」

以英語通報日本國內緊急地震警報以及海嘯警報的推送型發信應用程式。具備面向訪日外國人以及日本常住外國人的多項可在災害時發揮作用的功能。

●Android



●iPhone



●下載 URL

**Android** <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>

**iPhone** <https://itunes.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174?mt=8>

### 關於「緊急地震警報」

日本地震頻繁，日本氣象局會在地震引發劇烈搖晃前發出「緊急地震警報」。這是日本獨自研發的措施，可在地震發生之後立即預測可能發生劇烈搖晃的各地的震度，並盡可能快速地透過電視、收音機、手機等手段通知給盡可能多的

居民。聽到、看到緊急地震警報的時候，請不要慌張，並先保護好自己。另外，如果遇到困難，請找派出所的警察幫忙。



保護住頭部



遠離家具



遠離牆壁



注意掉落物品



不著急往外衝



在最近的樓層停下，  
並迅速離開電梯



不要緊急剎車



打開危險警示燈  
並減速

※緊急地震警報象形圖  
緊急地震警報利用者協議會  
制定

重大地震有可能會引發海嘯。日本氣象局會在地震發生大約3分鐘之後發佈大海嘯警報、海嘯警報或者海嘯注意警報。收到海嘯警報或者注意警報時，請立即撤離到遠離海岸的安全高地避難。

<圖表資料來源> ●p.4 \*1 日本政府觀光局 ●p.6 \*3 一般財團法人日本救急醫療財團  
●P4~P9 \*2、\*4、\*5、\*6、\*7、\*8、\*9、\*10、\*11 自製  
●其他 JIS T0103:2005 引用 (部分插圖與原本的含義可能產生變化)

※なお、「指さし」、「指さし会話帳」、「接客指さし会話」については、株式会社エビデンスの登録商標となります。  
同社による許諾なく、これらと同一又は類似の標章を商標として使用することはできませんので、ご注意ください。



觀光廳  
Japan Tourism Agency

PR

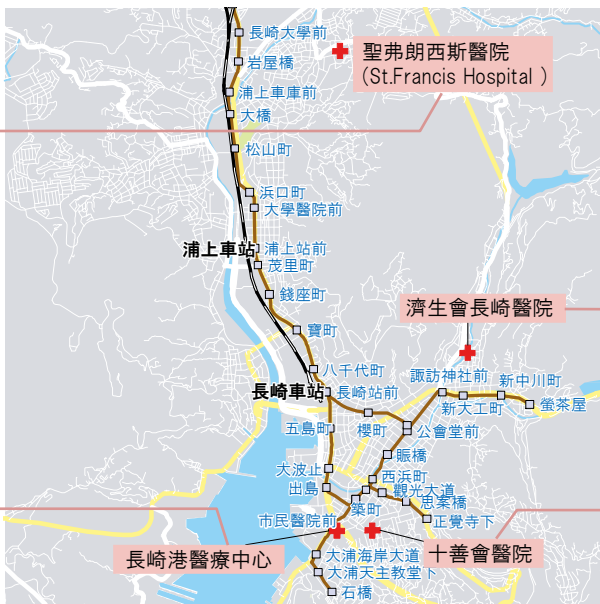


## 參加實證項目的醫療機構

【實證期間：～2017 年 12 月 22 日】

醫院名稱 (HP)	地址	電話號碼	掛號時間	信用卡支付
長崎港醫療中心 <a href="http://shibyonomh.jp/">http://shibyonomh.jp/</a>	長崎市 新地町6-39	095-822-3251	【初診患者】 週一～週五 8:30～11:00 ■停診日：週六、週日、 節假日 ※急診患者除外	○
聖弗朗西斯醫院 (St.Francis Hospital) <a href="http://www.sfh.or.jp/">http://www.sfh.or.jp/</a>	長崎市 小峰町9-20	095-846-1888	週一～週五 8:00～11:30 週六 8:00～11:00 ■停診日：週日、節假 日、12月25日 ※急診患者除外	○
濟生會長崎醫院 <a href="http://www.nsaisei.or.jp/index.php">http://www.nsaisei.or.jp/index.php</a>	長崎市 片淵2-5-1	095-826-9236	週一～週五 8:30～11:30 週六 8:00～11:00 ■停診日：週六、週日、 節假日 ※急診患者除外	○
十善會醫院 <a href="http://juzenkai-hospital.or.jp/">http://juzenkai-hospital.or.jp/</a>	長崎市 籠町7-18	095-821-1214	週一～週五 8:30～11:30 週六 8:30～11:00 ■停診日：週日、節假日 ※急診患者除外	○

聖弗朗西斯醫院  
(St.Francis Hospital)  
(HP)



濟生會長崎醫院(HP)



長崎港醫療中心  
(HP)



十善會醫院(HP)



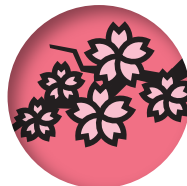


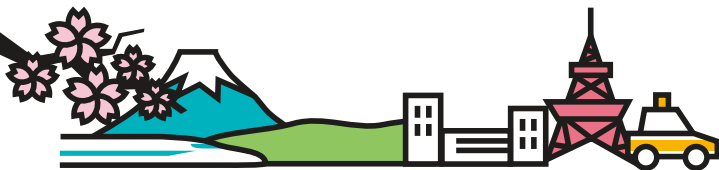
일본을 안심하고 여행하실 수 있도록

# 몸이 좋지 않을 때 도움이 되는 가이드북

감수/곤도 타로 (도쿄도 의사회 부회장)  
이시이 마사미 (일본 의사회 상임이사)  
가마야치 사토시 (일본 의사회 상임이사)

의료기관의 이용 가이드





일본을 찾아주신 분들이 체류하시는 동안  
기분 좋게 지내실 수 있길 바랍니다.  
그러나 뜻밖의 질병과 부상이 생길 수도 있습니다.  
중요한 순간에 일본에서 치료를 받으실 때  
도움이 될 수 있도록 가이드북을 제작했습니다.  
밖에 나가실 때 손에 든 가방에  
넣어 두시면 좋습니다.



## ○ 목차 ○

일본의 의료기관 종류……………3

의사의 진찰을 받고 싶을 때……………4

의료기관 이용법과 주의사항……………5

구급병원 이용법……………6

미리 써두면 안심, 의료에 관한 자기 정보……………7

증상·병상 설명을 위한 대화 지목 시트……………8

안심·안전의 조언……………10

## 일본의 의료기관 종류

어떤 의료기관을 이용할지는 이용시간과 긴급 정도, 중증 정도에 따라 달라집니다.

의사에게  
진료를 받고  
싶다



▶4P  
▶5P

- 의료 시간 내에는 클리닉·종합 병원
- 그 외에는 야간 진료 창구 (지역에 따라 다양함)

외국인 수용태세가 갖춰져 있는 의료기관에 대해서는 4P 리스트를 참조하세요.

구급 병원



※구급 환자 수용. 365일 24시간 대응

▶6P

의사에게  
진료를 받을  
정도는 아니다



- 가까운 약국
- 약점 (드럭 스토어)

※가능하면 약제사에게 상담을.  
※야간에 약제사가 부재일 경우에는 약의 종류에 따라 구입할 수 없는 것도 있습니다.

# 의사의 진찰을 받고 싶을 때

## 의료기관 찾아가는 법



호텔 프런트나 안내 데스크

증상을 설명하고 의료기관을 소개 받는다



\*1

관광 안내소

가까운 의료기관을 소개 받을 수 있다



해외여행보험

해외여행보험에 가입했을 경우 보험회사에 연락하여 의료기관을 소개 받는다

\*2

## 의료 정보 헬프 사이트(영어 한정)

### 「방일 외국인 여행자 수용 의료기관 리스트」

외국인 환자 수용태세가 갖춰져 있는 전국 의료기관 일람

[http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/essential/emergency/mi\\_guide.html#search](http://www.jnto.go.jp/eng/arrange/essential/emergency/mi_guide.html#search)



### 「의료 정보넷」

후생노동성 각 도도부현의 의료기능 정보 제공 제도

[http://www.mhlw.go.jp/english/policy/health-medical/medical-care/info\\_hospitals.html](http://www.mhlw.go.jp/english/policy/health-medical/medical-care/info_hospitals.html)

※각 도도부현의 홈페이지에 접속할 수 있으나, 해당 사이트에서 일본어만 제공될 수도 있습니다.

주요 증상	진료과목
발열 · 목 안의 통증 · 기침 · 콧물	내과
두통	내과 · 뇌신경외과
흉부통증	순환기내과 · 호흡기내과
복통	내과 · 소화기내과 · 산부인과 (여성)
토혈 · 하혈	내과 · 소화기내과
설사	내과 · 소화기내과
부상 · 베인 상처	외과 · 성형외과
골절 · 관절통	정형외과
화상	피부과 · 성형외과 · 외과
습진 · 두드러기	피부과
어지럼증 · 이명	이비인후과 · 신경내과
귀나 코	이비인후과
아이의 질병	소아과
치통	치과
소변 곤란 · 혈뇨 · 소변시 통증	비뇨기과
임신중 (복부 통증이나 당김 · 출혈 · 파수 · 아기에게 걱정되는 부분이 있다)	산과 · 부인과
긴급시	구급과
어떤 과로 가야 할지 알 수 없음	종합진료과

## 의료기관 이용법과 주의사항

### 병원에서 접수 및 수납까지의 과정



접수를 합니다



문진표를 기입합니다



의사의 진찰과 **처리**를  
받고 처방전을  
수령합니다<sup>※1</sup>



수납을 합니다<sup>※2</sup>



약국에 처방전을  
제출하고 **약**을  
구입합니다<sup>※3</sup>

### 주의사항

의료 시스템은 국가에 따라 다릅니다. 사전에 알아 두면 트러블을 회피할 수 있습니다. 접수할 때 진료에 필요한 예상 비용을 사전에 확인하세요.

※외국어에 대응 가능한 의료기관은 한정되어 있습니다.

※1 진료 결과의 설명을 확실히 들으세요.

※2 여기서 수납은 지금까지 받은 진료에 대한 보수. 신용카드 지불이 가능한 곳은 대형 병원에 한정됩니다. 클리닉에서는 현금이 일반적입니다.

비현금거래 포함 해외여행 보험에 가입되어 있을 경우 지불할 필요가 없습니다.

(주) 비현금거래의 조건은 보험에 따라 상이하니 사전에 보험회사에 확인하시기 바랍니다.

※3 약제비에 대해서는 약국에서 별도 요금이 발생합니다. 의료기관에 따라서는 원내 처방을 하는 경우도 있습니다.

## 구급병원 이용법

구급차  
119call



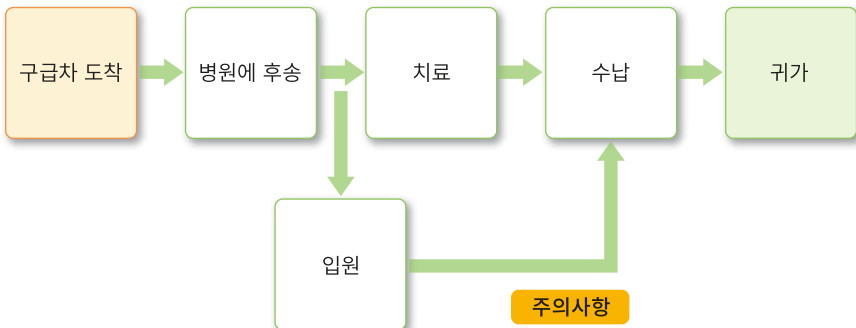
구급차를 부를 때 주위 일본인에게 아래 문장을 보여주고 불러 달라고 하세요.

**救急車を呼んでください。**

(구급차를 불러 주세요.)

교통사고나 긴급한 경우에는 구급병원에 후송을 부탁드립니다.

### 구급차 도착 후의 흐름



수용병원은 스스로 결정할 수 없습니다. 상황에 따라서는 문진 없이 치료에 들어가야 하므로 P7을 미리 기입해 두는 것이 중요합니다.



### AED

외출한 곳 등에서 심장에 문제가 생겨 쓰러져도 소생을 위해 할 수 있는 일이 있습니다. 그것이 AED (Automated External Defibrillator·자동 체외식 제세동기)입니다. 실제로 사용할 때는 AED의 패키지를 열면 사용방법이 그림으로 표시되어 있으니 확인하시기 바랍니다. 공항을 비롯해 많은 공공기관에 AED가 설치되어 있습니다.



## 書いておけば安心 医療に関する自分情報

《미리 써두면 안심, 의료에 관한 자기 정보》

氏名 《이름》

性別 《성별》

男性 / 女性

《남성 / 여성》

生年月日 《생년월일》

年齢 《연령》

歳 《세》

● 現在治療中の疾患(ある／なし)

《현재 치료 중인 질환 (있다/없다)》

● 現在服用中の薬(ある／なし)

《현재 복용 중인 약 (있다/없다)》

● 妊娠している・していない 《임신 중이다·아니다》

● 既往症 《과거 경험한 질병》

● アレルギー 薬／食物／虫(ハチなど)／動物／そのほか

《알러지 약 / 음식 / 벌레 (벌 등) / 동물 / 그 외》

※具体的に書いてください

《※구체적으로 써주세요.》

● 通常の会話は何語を使いますか？( )

《일반 대화는 어떤 언어를 사용합니까?》

● 信仰する宗教は？( )

《신앙하고 있는 종교는?》

# 症状・病状説明のための指さしシート

《증상·병상 설명을 위한 대화 지목 시트》

## このシートの利用方法

《본 시트의 이용방법》

病状と、その程度を示して伝えます。

《증상과 그 정도를 손으로 가리켜 전달합니다.》

〈例〉



● 頭が痛い  
《머리가 아프다》

+



● かなり辛い  
《상당히 괴롭다》



● 頭が痛い  
《머리가 아프다》

\*4



● 熱がある  
《열이 있다》

\*6



● めまいがする  
《어지럽다》



● 腹が痛い  
《배가 아프다》

● 胃が痛い  
《위가 아프다》

● 下痢  
《설사》



● 眼が痛い  
《눈이 아프다》

● 見えない・見えにくい  
《보이지 않는다·보기 힘들다》

● 眼のかゆみ  
《눈이 가렵다》

\*8



● 喉が痛い  
《목 안이 아프다》

● 声が出ない  
《목소리가 나오지 않는다》

● たんがが出る  
《가래가 나온다》

● せきが出る  
《기침이 나온다》



● 耳が痛い  
《귀가 아프다》

● 聞こえない  
《들리지 않는다》

● 耳鳴り  
《이명》

\*5



● 口の中が痛い  
《입안이 아프다》

● 舌が痛い  
《혀가 아프다》

● 味がわからない  
《맛을 느낄 수 없다》



● 歯が痛い  
《이가 아프다》

● 歯茎が痛い  
《잇몸이 아프다》

\*7



● 首が回らない  
《목이 돌아가지 않는다》

● 首が痛い  
《목이 아프다》

● 首が腫れている  
《목이 부어 있다》



● 腰が痛い  
《허리가 아프다》

● 下肢にしびれがある  
《다리가 저리다》



● 膝が痛い  
《무릎이 아프다》

● 曲げられない  
《굽힐 수 없다》

● 歩けない  
《걸을 수 없다》



痛みや症状の程度を示します

《고통과 증상의 정도를 가리킵니다.》



我慢できる

《참을 수 있다》



かなり辛い

《상당히 괴롭다》



- 鼻水が出る  
《콧물이 나온다》
- 鼻血が出る  
《코피가 나온다》
- くしゃみ  
《재채기》



- 息苦しい  
《숨쉬기 힘들다》
- ヒューヒューする  
《휘휘 소리가 난다》
- ゼーゼーする  
《쌩쌩 소리가 난다》
- 息切れがする  
《호흡이 벅차다》



- 胸が痛い  
《가슴이 아프다》
- 動悸がする  
《가슴이 두근거린다》
- 脈が乱れる  
《맥이 고르지 않다》



- 不正出血  
《부정출혈》
- 腹が痛い  
《배가 아프다》



- かぶれた  
《염증이 생겼다》
- 発疹がでた  
《발진이 생겼다》
- かゆみがひどい  
《가려움증이 심하다》
- じんましん  
《두드러기》



- 泣き続けている  
《계속 울고 있다》
- 吐いた  
《토했다》
- 熱がある  
《열이 있다》
- 食事をしない  
《밥을 먹지 않는다》
- 元気がない  
《기운이 없다》

\*10



- お腹が痛い  
《배가 아프다》
- お腹が張る  
《배가 당긴다》
- 膣から出血  
《질에서 출혈》
- 膣から水が出た  
《질에서 물이 나왔다》
- 赤ちゃんについて  
気になることがある  
《아기에게 걱정되는 부분이 있다》

\*11



- 血尿がでた  
《혈뇨가 나왔다》
- 排尿困難  
《소변이 힘들다》
- 頻尿  
《빈뇨》
- 排尿時に痛みがある  
《소변시 고통이 있다》



● ケガをした  
《다쳤다》

- 交通事故  
《교통사고》
- ころんだ  
《넘어졌다》
- あたった  
《부딪혔다》
- 落ちた  
《떨어졌다》

- 切った  
《베었다》
- 刺さった  
《찔렸다》
- やけどをした  
《화상을 입었다》
- 虫に刺された  
《벌레에 물렸다》

# 안심·안전의 조언

재해시 도움이 되는 사이트(영어 한정)

## 「Safety tips」

일본 국내의 긴급 지진 속보 및 쓰나미 경보를 영어로 통지하는 푸시형 정보 발송 어플리케이션입니다. 일본을 방문 중인 외국인 여행자 및 거주 중인 외국인 대상으로 재해시 도움이 되는 다양한 기능을 가지고 있습니다.

●Android



●iPhone



●다운로드 URL

**Android** <https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.rcsc.safetyTips.android>

**iPhone** <https://itunes.apple.com/jp/app/safety-tips/id858357174?mt=8>

## 「긴급 지진 속보」

지진이 자주 발생하는 일본에서는 지진에 의한 강한 흔들림을 사전에 알리는 “긴급 지진 속보”를 일본 기상청에서 발표합니다. 이것은 일본의 독자적인 시스템으로 지진 발생 직후 각지에서 강한 흔들림의 진도를 예상하여 최대한 신속하게 TV, 라디오, 휴대전화 등을



을 통해 많은 사람들에게 알립니다. 긴급 지진 속보를 보거나 들었을 때는 당황하지 말고 우선 몸을 지키도록 하세요. 또한 문제가 있을 경우에는 파출소를 방문하시기 바랍니다.

※긴급 지진 속보 픽토그램  
긴급 지진 속보 이용자 협의회 제정

큰 지진이 발생했을 때 지진해일을 동반하는 경우가 있습니다. 일본 기상청은 지진이 발생하고 약 3분 이내에 대형 지진해일 경보, 지진해일 경보 또는 지진해일 주의보를 발표합니다. 지진해일 경보 및 주의보가 발령되면 재빨리 해안에서 떨어진 안전한 고지대의 피난 장소로 피난하시기 바랍니다.

<픽토그램> ●p.4 \*1 일본 정부 관광국 ●p.6 \*3 일반재단법인 일본구급의료 재단

●P4~P9 \*2, \*4, \*5, \*6, \*7, \*8, \*9, \*10, \*11 오리지널

●그 외 JIS T0103 : 2005 인용 (도판과 본래의 의미가 다른 경우도 있습니다)

※なお、「指さし」、「指さし会話帳」、「接客指さし会話」については、株式会社エビデンスの登録商標となります。

同社による許諾なく、これらと同一又は類似の標章を商標として使用することはできませんので、ご注意ください。

PR

# 실증사업 참가 의료기관

【실증기간:~2017년 12월 22일】

병원명 (HP)	주소	전화번호	접수시간	신용카드 대응
나가사키 미나토 메디컬센터 <a href="http://shibyo.nmh.jp/">http://shibyo.nmh.jp/</a>	나가사키시 신치마치 6-39	095-822-3251	【초진 환자】 월~금요일 8:30~11:00 ■휴진일: 토·일·축일 *응급환자는 제외	○
성프란시스코병원 <a href="http://www.sfh.or.jp/">http://www.sfh.or.jp/</a>	나가사키시 고미네마치 9-20	095-846-1888	월~금요일 8:00~11:30 토요일 8:00~11:00 ■휴진일: 토·일·축 일, 12/25 *응급환자는 제외	○
사이세카이 나가사키병원 <a href="http://www.nsaisei.or.jp/index.php">http://www.nsaisei.or.jp/index.php</a>	나가사키시 가타후치 2-5-1	095-826-9236	월~금요일 8:30~11:30 ■휴진일: 토·일·축일 *응급환자는 제외	○
주젠카이병원 <a href="http://juzenkai-hospital.or.jp/">http://juzenkai-hospital.or.jp/</a>	나가사키시 가고마치 7-18	095-821-1214	월~금요일 8:30~11:30 토요일 8:30~11:00 ■휴진일: 일·축일 *응급환자는 제외	○

성프란시스코병원(HP)



사이세카이 나가사키병원(HP)



나가사키 미나토 메디컬센터(HP)



주젠카이병원(HP)

