

## 8. 安心、安全なくらしのために

### ぼうさい 防災

日本は、地震、台風など、自然災害の多い国です。  
災害がおこったときに、命や財産を守るために準備をすることを「防災」といいます。

#### ぼうさい やくだ じょうぼう ● 防災に役立つ情報

兵庫県国際交流協会のホームページから、防災に役立つ情報がダウンロードできます。

#### こ おや ぼうさい ① 子どもと親の防災ガイドブック

<https://www.hyogo-ip.or.jp/torikumi/tabunkakyose/guidemap.html>

英語、中国語（簡体字）、ベトナム語、ポルトガル語、スペイン語、韓国語、フィリピン語、インドネシア語、タイ語、ウクライナ語、フランス語、中国語（繁体字）、ロシア語、ミャンマー語、ネパール語、トルコ語



#### ひなん きんきゆうれんらくさき ② マイ避難カード・緊急連絡先カード

<https://www.hyogo-ip.or.jp/torikumi/tabunkakyose/myhinan.html>

災害発生時にあわてないように、「いつ」「どこに」「どのように」に避難するかなど、家族と事前に話し合い、「マイ避難カード」と「緊急連絡先カード」を作成しましょう。作った各カードは印刷し、冷蔵庫等の見える場所に貼って、いつでも確認できるようにしておきましょう。



#### たげんごゆびさ ③ 多言語指差しボード

[https://www.hyogo-ip.or.jp/torikumi/saigaiji\\_gaikokujin\\_shien/yubisashi\\_board.html](https://www.hyogo-ip.or.jp/torikumi/saigaiji_gaikokujin_shien/yubisashi_board.html)

英語、中国語（簡体/繁体）、韓国語、タガログ語、ポルトガル語、スペイン語、フランス語、ロシア語、ベトナム語、タイ語、ミャンマー語、インドネシア語、ネパール語  
避難所で困っていることや、体調、食事制限など支援に必要な情報を多言語で確認、伝えることができます。



# 8. Para sa Ligtas at Panatag na Buhay

## | Pag-iwas sa Kalamidad

---

Ang Japan ay lugar kung saan madalas na may kalamidad gaya ng lindol at bagyo.

Ang paghahanda para protektahan ang buhay at ari-arian kung sakaling may sakuna ay ang tinatawag na “pag-iwas sa kalamidad”(Bosai sa Nihongo)

### ● **Kapaki-pakinabang na Impormasyon sa Pag-iwas sa Kalamidad**

---

Maaari kang mag-download ng kapaki-pakinabang na impormasyon sa pag-iwas sa Kalamidad mula sa website ng Hyogo International Association.

#### ① **Guidebook ng Bata at Magulang para sa Pag-iwas sa Kalamidad**

<https://www.hyogo-ip.or.jp/torikumi/tabunkakyose/guidemap.html>

Ingles, Tsino(pinadali), Vietnamese, Portuges, Espanyol, Koreyano, Pilipino, Indonesian, Thai, Ukrainian, Pranses, Tsino(tradisyonal), Ruso, Myanmar, Nepali, Turkish.



#### ② **Ang aking Evacuation Card at Emergency Contact Card**

<https://www.hyogo-ip.or.jp/torikumi/tabunkakyose/myhinan.html>

Para maiwasang mataranta sa panahon ng kalamidad, pag-usapan kung kailan, saan, at kung paano lilikas kasama ang pamilya ng mas maaga at gumawa ng “My evacuation card” at “Emergency Contact Card”.

I-print ang bawat card at i-post ito sa refrigerator o ibang madaling makitang lugar para maaari siyang i-check kahit kailan.



#### ③ **Multilingual Pointing Board**

[https://www.hyogo-ip.or.jp/torikumi/saigaiji\\_gaikokujin\\_shien/yubisashi\\_board.html](https://www.hyogo-ip.or.jp/torikumi/saigaiji_gaikokujin_shien/yubisashi_board.html)

Ingles, Tsino(Pinadali/tradisyonal) Koreyano, Tagalog, Portuges, Espanyol, Pranses, Ruso, Vietnamese, Thai, Myanmar, Indonesian, Nepali

Maaaring suriin at ihatid ang impormasyong kailangan para sa suporta, gaya ng problema sa evacuation center, kondisyong pisiskal, bawal na pagkain sa iba't ibang wika.



## ● べんり 便利なアプリ

### ① ひょうご防災ネット

さいがい かん きんきゆうじょうほう ひなんじょうほう し たげんごたいおう  
災害に関する緊急情報や避難情報のお知らせをもらえます（多言語対応）。



### ② Safety Tips

さいしん さいがいじょうほう こうつうきかん いりょうきかん じょうほう  
最新の災害情報がわかるアプリ。交通機関や医療機関の情報もあります。

たいおうげんご こくご げんご  
対応言語 14 か国語 15 言語

えいご ちゅうごくご かんたいじ ほんたいじ かんこくご にほんご へいじんご べトナムご タイご イン  
英語、中国語（簡体字・繁体字）、韓国語、日本語、スペイン語、ポルトガル語、ベトナム語、タイ語、イン  
ドネシア語、タガログ語、ネパール語、クメール語、ビルマ語、モンゴル語

#### ダウンロード UEL

##### ▶ 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>



せいかつ

## 生活にこまったとき

しごと びょうき まいにち せいかつ くる がいこくじんしえんだんたい そうだん  
仕事がなかったり、病気などで毎日の生活が苦しいときには、外国人支援団体に相談しましょう。

→ 「困ったとき相談できる場所」(36 ページ)

す かが しょくりょうはいふ だんたい  
住むところを探したり、食料配布をしているボランティア団体もあります。  
ぎょうせいていきょう せいかつしえんせいど き  
行政が提供する生活支援制度についても聞いてみましょう。

## ● がいこくじんしえんだんたい 外国人支援団体

### ① NGO 外国人救援ネットの食料配布

NGO Network for Foreigners' Assistance KOBE (GQnet)

ホットライン **078-232-1290**

## ● Mga Kapaki-pakinabang na Apps

### ① Hyogo Bosai Net

Maaari kang makatanggap ng abiso ng emerhensiya at impormasyon para sa paglikas tungkol sa kalamidad (mayroon sa iba't ibang wika)



### ② Tip para sa Kaligtasan

Isang aplikasyon na nagbibigay ng mga bagong impormasyon sa kalamidad. Impormasyon sa transportasyon at medikal na pasilidad ay mayroon din.

Sinusuportahang wika: 15 wika

Ingles, Tsino (Pinadali/Tradisyonal), Koreyano, Nihongo, Espanyol, Portuges, Vietnamese, Thai, Indonesian, Tagalog, Nepali. Khmer, Burmese, Mongolian

#### 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>



## Kapag mayroon kang kahirapan sa ekonomiya sa iyong pang araw-araw na buhay

Kung ikaw ay nahihirapan sa pamumuhay dahil sa kulang ang trabaho, pagkakasakit, atbp. Kumonsulta kasama ang grupo ng dayuhan.

➔ (Tingnan ang Serbisyo ng Konsultasyon sa pahina 37)

Mayroon mga grupo ng mga boluntaryo na tumutulong kung saan ka makakahanap ng lugar kung saan makakatira at namamahagi ng pagkain. Maaari ka rin magtanong tungkol sa Sistema ng suporta sa kabuhayan na binibigay ng pamahalaan.

## ● Grupo na Sumusuporta sa Dayuhan

### ① Pamamahagi ng Pagkain

**Ng NGO Network for Foreigners' Assistance KOBE (GQnet)**

Hotline: **078-232-1290**

## ② PHD 協会の居住支援

日本にほんで暮らすく外国籍がいくせきの方かたたちの住居確保じゅうきょかくほや生活せいかつに困難こんなんを抱えるかかの方かたのための相談窓口そうだんまどぐちを開設かいせつしています。

【居住支援相談窓口】

TEL : 078-414-7750

相談時間 :

月曜日、火曜日、木曜日、金曜日 10:00 ~ 17:00 水曜日 10:00 ~ 18:00

Email: info@phd-kobe.org



## ③ 特定非営利活動法人神戸定住外国人支援センター

住むところの問題す もんだいや子どもこの学校がっこうの問題もんだい、外国人がいくじんの高齢者こうれいしゃの居場所いばしょなどについて相談そうだんができます。

病院びょういんや役所やくしょでの手続きてつづを助けてたすもらえます。また、日本語学習にほんごがくしゅうの教室きょうしつもあります。

ホームページホームページは、日本語にほんご、韓国語かんこくご、中国語ちゅうごくご、ベトナム語こえいご、英語えいごがあります。

Tel : 078-612-2402 (9:30~18:00 月曜日~金曜日)

Fax : 078-612-3052

E-mail : kfc@social-b.net

Website: <http://www.social-b.net/kfc/index.htm>



## ● 社会福祉事務所や社会福祉協議会に相談

お金かねがなく困こまっているときは、住すんでいるところの市役所しやくしょや区役所くやくしょの福祉課ふくしか（社会福祉事務所しゃかいふくしじむしょ）に相談そうだんできます。一時的にお金を借りる制度いちじてきや毎月生活費かが支給せいどされる「生活保護」制度まいつきせいかつひがあります。

一人ひとりで相談そうだんに行くことが難しい場合は、外国人支援団体むずかに同行ばあいを頼むか、役所がいくじんしえんだんたいでの通訳制度どうこうを利用してたのください。

## ① 生活福祉資金貸付事業

住すんでいるところの社会福祉協議会しゃかいふくしきょうぎかいで相談そうだんできます。

## ② 「生活保護」制度

「生活保護」とは、生活せいかつに困こまっている日本人にほんじんに、国くにが、最低限度さいていげんどの生活せいどを保障する制度です。外国人がいくじんの場合は、永住者ばあい、永住者の配偶者等えいじゅうしゃ、日本人にほんじんの配偶者等はいぐうしゃなど、定住者ていじゅうしゃ、特定活動とくていかつどう（就労に制限しゅうろうのない）

## ② PHD Suporta sa Pabahay ng Asosasyon

May serbisyo ng konsultasyon para sa mga dayuahn naninirahan sa Japan na nahihirapan na makakuha ng pabahay at manirahan sa Japan.

<Serbisyo ng Konsultasyon sa Suporta ng Pabahay>

TEL: **078-414-7750**

Oras:

Lunes, Martes, Huwebes, Biyernes 10:00 – 5:00

Miyerkules: 10:00- 6:00

Email: info@phd-kobe.org



## ③ The Kobe Foreigners' Friendship Center

Nagbibigay ng suporta sa dayuhang naninirahan sa Japan sa mga isyu na may relasyon sa pang araw-araw na pamumuhay.

- Pagpapayo sa pabahay at edukasyon
- Suporta sa pamaraan sa ospital at opisina sa lungsod, atbp.
- Lesson sa Nihongo

TEL: **078-612-2402** (9:30-6:00 mula Lunes hanggang Biyernes)

FAX: **078-612-3052**

Email: kfc@social-b.net

Maaari nyo i-check ang website na multi-lingwal (Nihongo, Koreyano, Tsino, Vietnamese, at Ingles).

Website: <https://www.social-b.net/kfc/index.htm>



## ● Konsultasyon sa opisina ng Social Welfare o Konseho ng Social Welfare

Kung ikaw ay nangangailangan ng pera, maaari kang kumonsulta sa dibisyon ng kapakanan (opisina ng social welfare) sa opisina ng purok o bulwagaan ng lungsod kung saan ka nakatira. May Sistema kung saan maaaring panandalian makahiram ng pera at ang tawag sa Sistema na ito ay “seikatsu hogo” na nagbibigay ng pang araw-araw na panggastos.

Mahirap ang pumunta ng mag-isa para sa konsultasyon, magtanong sa grupong sumusuporta sa dayuhan para Samahan ka o gumamit ng serbisyo ng interpretasyon sa opisina ng lungsod.

## ① Programa para maka-utang para sa Pangkabuhayan at Kapakanan

Mayroong konsultasyon sa Konseho ng Social Welfare kung saan ka nakatira.

## ② Sistema ng Kapakanan ng Proteksyon sa Kabuhayan na ang tawag ay Seikatsu Hogo

“Proteksyon sa Kabuhayan” ay ang Sistema kung saan ang pamahalaan ay gumagarantiya ng pinakamababang pamantayan ng pamumuhay sa mga Hapon na nangangailangan.

9. 安心（あんしん）、安全（あんぜん）なくらしのために

ざいりゅうしかく ひと しんさ とお たす  
の在留資格の人は、審査に通れば、助けてもらうことができます。

たとえば、びょうき やげがで働けない人、年をとって働けなくなった人、夫や妻と離婚したり、夫や妻が死んだりして収入がなくなった人、働いていても収入が少なくて生活費や医療費が払えない人などは、国から「扶助費」（お金）がもらえます。ほかに、子どもの学習支援、仕事を探すこと、自立できるように技能実習など助けてくれます。預金などの自分の財産や収入のある人はもらえません。小さい子どもを育てるシングルマザーやDVなどの被害者で、何も持っていない女性などの場合には、助けてもらえることがあります。住んでいるところの福祉事務所で相談してください。

ふじょひ  
つぎのような「扶助費」がもらえます。

せいかつふじょひ にちじょうせいかつ ひつよう ひよう  
「生活扶助費」日常生活に必要な費用

そうさいふじょひ せいかつ ほ ご う ひと な ばあい そうしき ひよう  
「葬祭扶助費」生活保護を受けていた人が亡くなった場合のお葬式などの費用

なりわいふじょひ せいけい い じ ひつよう じぎょう おこな しぎん  
「生業扶助費」生計を維持するために必要な事業を行うための資金や  
ぎのうしゅうとく しゅうろうじゅんび がっこう かよ ひよう  
技能習得・就労準備・学校へ通うための費用など

しゅっさんふじょひ びょういん じょさんいん こ う にゅういん ひ  
「出産扶助費」病院や助産院で子どもを産むときにかかる入院費など

きょういくふじょひ こ ぎ む きょういく う ひつよう ひよう  
「教育扶助費」子どもが義務教育を受けるのに必要な費用

じゅうたくふじょひ かしや ひよう  
「住宅扶助費」アパートや貸家の費用

いりようふじょひ いりよう ひよう  
「医療扶助費」医療サービスの費用

かいごふじょ かいご ひよう  
「介護扶助費」介護サービスの費用

Ang mga dayuhan na may status of residence na permanent resident, asawa o anak ng permanent resident, asawa o anak ng Hapon, long-term resident, o yung mga nakikibahagi sa tinutukoy na gawain (walang restriksyon sa pagtatrabaho) ay makakatanggap ng tulong kung makapasa sila sa proseso.

Halimbawa, yung mga taong hindi makapag-trabaho dahil sa sakit o pinsala, matanda na para magtrabaho, diborsyado na sa asawa, nawalan ng kita dahil sa pagkamatay ng asawa, o nagtatrabaho ngunit maliit lang ang kita at di makababayad ng gastos sa pamumuhay o bayarin pang-medikal ay karapat-dapat sa “tulong sa pagbabayad” mula sa pamahalaan. Sa karagdagan, ang pamahalaan ay nagbibigay rin ng tulong gaya ng suporta sa pag-aaral ng bata, paghahanap ng trabaho, at teknikal na pagsasanay upang makatayo sa sariling sikap. Ang mga taong may ari-arian gaya ng naipon pera sa banko o kita ay hindi karapat-dapat sa programang ito. Ang mga single-mom na nagpapalaki ng bata at biktima ng DV na walang ari-arian ay maaaring maging karapat-dapat sa tulong. Mangyari lang na kumonsulta sa opisina ng kapakanan kung saan ka nakatira.

Ang listahan sa ibaba ay nagpapakita ng iba't ibang klase ng tulong na maaarin matanggap ng tao.

- **Tulong Kabuhayan**  
(pagkain, damit, gas, tubig, bayarin sa kuryente, atbp.)
- **Tulong sa Libing**  
(gastos sa libing para sa tumatanggap ng welfare)
- **Tulong sa Trabaho**  
(gastos para sa pagpapanatili ng trabaho o Negosyo, gastos para makakuha ng teknikal na kaalaman, tuition para makapasok sa paaralan)
- **Tulong sa Pagbubuntis/Pangsilang**  
(gastos para sa ospital at pangangalagang medikal para maisilang ang sanggol)
- **Tulong sa Pag-aaral**  
(bayarin para sa obligadong pag-aaral ng bata)
- **Tulong sa Pabahay**  
(buwanang bayad sa apartment o renta ng bahay)
- **Tulong Pang-medikal**  
(bayarin para sa pangangalagang medikal na babayaran ng direkta sa institusyong medikal na walang bayad sa tumatanggap)
- **Tulong para sa Matagalang pag-aalaga**  
(bayarin para sa serbisyo ng nursing care na direktang babayaran sa mga tagapagbigay ng nursing care).