

中国語  
(簡体字)



# 安全安心 攻略手冊

Master Guide for  
Safety and Security

TOKYO METROPOLITAN GOVERNMENT

# 本手册的角色介绍



勇者  
TOAN

他是刚来TOKYO的菜鸟勇者。  
他还没有具备防御敌人攻击的能力…。



魔法师  
SHIN

他是刚来TOKYO的菜鸟魔法师。  
他还没有学会拒绝不良诱惑的魔法……。



MIMAMORYINU

住在TOKYO的安全安心措施的专家。当你们遇到无法独立解决的问题时，他一定鼎力相助。

# 通关任务

要在TOKYO快乐且安全地生活，你须要具备抵御敌人，保护自己的“防御能力”，以及辨别好与坏的“察觉能力”。你还须要寻找可以帮助你的小伙伴们。

## 第一章

一起学习！如何保护自己

## 第二章

一起学习！什么是绝不该做的坏事

## 第三章

一起认识！有哪些伙伴可以帮助我们

# 第一章



**一起学习！  
如何保护自己**

## 城市里到处充满危险

城市,看上去很安全,但实际上到处充满危险。

你要尽量与同学朋友一起上下学。

你不要边听音乐边走路,要注意观察周围的人的动作。

当你遇到危险情况时,一定要及时求助于别人。

《侵犯儿童生命、身体的犯罪发生情况》



上下学途中犯罪预防方案(出处:内閣官房資料)

## 绝对不能深夜外出!

大概到了11月份,天色在傍晚开始变黑。

晚上需要出门的话,哪怕要绕一段路,你要选择人流多且比较明亮的路段。

夜晚的大街小巷到处充满危险!

东京都条例有规定,

禁止未满18岁在下午11点到上午4点之间外出。



## 保护外出安全的个人防护装备

### 便捷式安全蜂鸣器

便捷式安全蜂鸣器可以通过按按钮或拉绳等操作发出很大的警报音。

警报音可以吓跑对方，也可以让周围的人知道你遇到了危险。



### 反光材质饰件

反光材料可以在黑暗中反射车灯的光，可以让司机和周围的人知道路上有人。这种材质的饰件有很多，有的可以绑在胳膊，有的可以挂在书包或自行车等。



即使是作为防身用品使用，  
禁止携带刀子等利器！

你已经学会如何  
安全外出，有了自我保护  
能力！

LEVEL  
UP

## 一个人在家里，你应该注意这些事情

你一定要锁好房门和窗户。  
有些坏人确定了家里只有小孩之后，  
再干坏事。  
如果有人访问你家，你一定要确认好  
对方是谁，  
再去打开房门。



## 遇到陌生人跟你说话，你应该这样应对

在遇到陌生人跟你说话时，  
你一定要站在对方伸出手也触及不到你的地方，  
再跟他/她说话。  
如果对方一直缠着你说话，或者要求你上他/她的车，  
你去求助于附近的大人。



你已经学会如何  
应对陌生人跟你说话，  
有了自我保护能力！



## 你可以这样防范要抢劫你携带物品的人

你千万不要把自己的物品离开自己的身体。  
你一定要把钱包等贵重物品放在书包比较深的位置。



## 你可以这样防范“抢夺犯”

有些坏人骑着自行车或摩托车抢夺路人所携带的书包等物品。  
抢夺走在街道的时候，你要把书包领在与车道相反的一侧等，  
采取相应的防范措施。



LEVEL  
UP

你已经学会如何  
预防贵重物品被抢夺，  
有了自我保护能力！



## 如果有烦心事或困难,可以向周围的大人倾诉

当同学们故意不理你,或者说你坏话,你也不应该忍着不吭声。

你随时要找父母或老师诉苦。

这绝不是打小报告。

即使对方只是跟你“玩”或“开玩笑”,伤害别人是令人可耻的事情。



## 如果遇到了危险,你要马上跑去“交番”

城市里有很多“交番”(警察岗亭)。

当你遇到危险,

或遇到让你感到不安的事情,

你可以跑去就近的“交番”(警察岗亭)



## 遇到事件或事故，马上拨打“110”

“110”是紧急求助电话，  
当你遇到某种事件或事故，或者你看到了它，可以拨打该号码，以与警察取得联系。

**这是110警视厅。  
请问，是发生事件还是发生事故？  
(第一句对方会用日语说话)**



- ① 告诉对方你想要用哪种语言跟他交流。
- ② 告诉对方事件或事故发生的时间、地点和具体内容。  
(如果你目击了作案人，也要告诉其特征)
- ③ 告诉对方你的姓名和联系方式等。

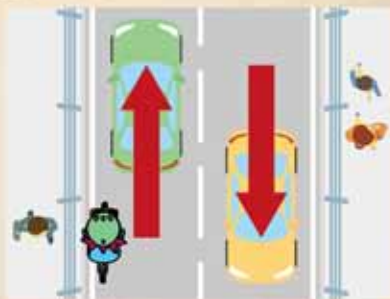
## 教你如何安全走路

设有人行道的道路,你要走右边的人行道。  
要过马路,要走人行横道。  
过马路要左右看,  
确定没有车子之后再走。



## 教你如何安全骑自行车

按原则,骑自行车要走车行道,  
有时自行车也可以走人行道,但这是例外。  
要骑自行车走人行道时,  
你一定要降低速度,走在靠车行道的一边。  
道路是大家的,行走时一定要互  
相关怀,安全骑车。



## 骑自行车时，禁止做以下动作

打着伞骑着自行车，或边骑车边刷手机是非常危险的行为，千万不要做。

按法律规定，禁止两个人坐一辆自行车。

东京都推荐骑乘自行车时佩戴安全头盔。



你已经学会遵守  
交通规则，有了自我保护  
能力！

## 有效利用“过滤”功能

浏览“不良网站”，有可能被要求支付高额费用。

你一定要设置“过滤”功能，

以自动屏蔽“不良网站”。

如果你不知道如何设置“过滤”功能，

你可以向手机运营商咨询。

※“过滤”……

是指屏蔽危害儿童青少年网络信息的功能

## SNS安全使用方法

SNS非常便利,可以发帖,也可以上传照片。  
但是在通过SNS认识的人中,有的可能以诈骗为目的,  
也有的想要恶意利用他人的个人信息。  
所以,你千万不要把自己的实名、地址和照片等发到SNS,  
也不要与在SNS上认识的人见面。



## 慎重看待SNS上流传的不可靠信息

有些人故意把错误信息发到SNS。  
你一定要确认在SNS上流传的信息来源。  
想要获取有关灾害和生活等重要信息时,  
你一定要到政府机关等官方网站获取信息。



你已经学会如何  
安全使用网络信息,  
有了自我保护能力!



## 小心遇到“色狼”

有些坏人要偷拍裙底,或在电车上摸别人的身体,这种行为叫做“色狼行为”。

特别是你一个人的时候,一定要对有这些可疑动作的人提高警惕。

## 你要坚决拒绝提供裸体照片等无理要求

当通过SNS认识的人提出要与你交换只穿内衣的照片或裸体照片等,你一定要坚决拒绝。

即使对方是朋友或男女朋友,也绝对不能答应。

你不要怕对方会不喜欢你,一定要坚决拒绝。

照片一旦被传出去,就无法删除。



你已经学会如何  
预防性犯罪,有了自我保  
护能力!

# 你全部通关了!

现在你可以安全地在TOKYO生活  
.....你已经是非常出色的勇者了!



你还学会了如何帮助周围正遇到困难的人,有了帮助他人的能力!



## 第二章



**一起学习！  
什么是绝不该做的坏事**



## 不能把捡到的物品据为己有

当你在街道捡到了金钱或物品，  
应该把它交给警察或送到交番(警察岗亭)。  
不交给警察，据为己有是一种犯罪。  
未经允许，骑他人的自行车也属于犯罪。



## 不付钱拿走商店里的商品叫做“偷窃”，是犯罪

不付钱拿走商店里的商品，并据为己有是叫做“偷窃”的犯罪。  
这种行为构不构成犯罪与金额大小无关。  
实施偷窃的是未成年，也会被报警的。  
吃喝还未完成支付的食物和饮料也属于犯罪。



## “协助他人偷窃”也属犯罪

你要坚决拒绝朋友让你协助他实施偷窃的要求。  
为了使得他不被商店的工作人员发现，  
为朋友望风，或提供其他协助也是犯罪行为。  
“偷窃”和“协助他人偷窃”绝对会被人发现，并被逮捕的。



你已经学会如何  
拒绝朋友让你帮助其进  
行偷窃的要求！



## 绝对不能殴打朋友

即使你有烦心事，也不能殴打朋友。  
在选择打架之前，你要先好好地与朋友谈一谈。  
如果仍不能解决问题，你去告诉周围的大人，找他们帮助。



## 不能随便在墙壁等地方涂鸦

侵入他人住宅,进行涂鸦是一种犯罪。

也不能在公园里的板凳和墙壁等公共设施上进行涂鸦。



## 不能携带刀子等利器

即使是防身用的,也不能携带刀子等利器。

携带利器是法律和条例禁止的行为。

你不要携带利器,而要携带安全蜂鸣器!



你已经学会如何  
不对他人或他人物品造成  
伤害了!



## 满20岁才能抽烟喝酒，满18岁才可以开车

按相关法律规定，禁止未满20岁抽烟喝酒。

抽烟喝酒还会对你的健康造成负面影响。

此外，有驾驶证才可以驾驶汽车和摩托车等。

如果你没有驾驶证，

一定要坚决拒绝朋友要你去驾驶的诱惑。



## 绝对不能碰“毒品”！

当有人跟你说“有很好的减肥药”、“吃了这个药，

可以提高学习效率”、“可以提神醒脑，不会觉得困”等，

你都要坚决拒绝。

“毒品”，绝对不能碰！



## 绝对不能碰“毒品”!

吸食“毒品”对大脑、神经和心脏等重要脏器造成损害,从而导致身体出现各种障碍。万一吸毒成瘾,甚至有可能导致死亡。



冰毒



大麻



MDMA



可卡因



海洛因



危险药物

出处: 警视厅H P

现在国外有卖含“大麻”的零食还、流传“大麻很安全,没有依赖性”等错误信息,可大麻是有害的,也有依赖性,这才是正确的认识。

持有毒品、吸食毒品、将毒品交予他人,或收受毒品均构成犯罪。

你已经学会如何  
辨别禁止事物,有了自我  
保护能力!



## 要搭乘电车或公交车，须要支付车钱

你要搭乘电车或公交车，须要支付相应的车钱。

初中生以上要支付成人票价。

你已到了初中生以上的年龄，却只付儿童票价搭乘电车或公交车，是一种犯罪。



## 这世上没有能够容易赚钱的工作

这世上没有能够轻松赚大钱的工作。

在SNS上被说明为“只去拿文件即可赚钱”的工作，很可能是一种叫做“电信网络诈骗”的犯罪，即诈取陌生人的财物。

“我不知情”这种说法不会减免你的罪刑。



你已经学会和认识了这世上没有能轻松赚钱的工作！

## 在使用SNS时，你要慎重处理他人的个人信息

你不能把实名、地址和相貌照片等可以识别个人的信息上传到SNS和其他网站等媒体。  
你也不能随便把朋友的个人信息上传到上述媒体。



## 不可以在SNS等媒体发恶意帖子，以伤害别人

即使只是开玩笑，你不能在SNS等媒体上写别人的坏话等伤害他人的内容。  
不管你是否有意，对方都会受到伤害。  
这种行为有时甚至会构成犯罪的。  
在SNS等媒体上发帖时，  
你一定要深思熟虑之后再发帖子。



## 互联网不正当行为

利用互联网时,有可能你不经意地触犯了法律。

### 《事例》

- 在违法网站,免费下载了原本是收费的游戏,也玩了该游戏。
- 你未经允许使用朋友的ID和密码,上了互联网。
- 有人通过SNS发来同学的裸体照片,你也把它转发给别的同学。
- 你在SNS上无恶意地写了对某家店的负面评价,结果导致这家店里没了客人,最后倒闭了。

即使你是匿名进行的上述行为,  
这些不正当行为一定会被查到的。

做了坏事,一定被人发现。

当你心里有了“这会不会触犯法律”这一疑问,  
一定要找周围的大人商量。

你已经学会如何  
正确使用互联网,有了自  
我保护能力!





# 你已经全部通关!

现在你可以坚决拒绝各种诱惑和不正当的要求，  
以在TOKYO安全地生活。

.....你已经是非常出色的魔法师了!



你也已经有了当你发现有人遇到困难时  
提供帮助的能力!



### 第三章



一起认识!  
有哪些伙伴可以帮助我们

## 当你遇到了困难,要寻求帮助

当你遇到了困难,要去找周围的大人或公共机构进行咨询或寻求帮助。区市町村和东京都等政府机构设有各种窗口,你可以去那里寻求帮助。你也可以在网上查找政府机构的相关网站。

### 【东京都咨询窗口】

#### 《东京都外国人咨询窗口》

当外籍人员遇到任何问题,都可以向以下窗口咨询信息,并寻求帮助。

语种	工作日	咨询时间	电话
英文	周一到周五	上午9点半到上午12点 下午1点到下午5点	03-5320-7744
中文	周二、周五		03-5320-7766
韩文	周三		03-5320-7700

#### 《安全咨询窗口》

警视厅 生活安全咨询中心(外籍人员咨询求助窗口)

☎ 03-3503-8484(工作日8点30分-下午5点15分)

警视厅 青少年电话热线

☎ 03-3580-4970(24小时受理咨询、无休息日)

※只有日语服务

## 利用网站信息和手机应用(APP)

东京都设有给大家提供有用信息的网站和很好用的手机应用。你可以利用它,以“预防”被卷入各种事件和问题。

- 网站  
<https://www.tomin-anzen.metro.tokyo.lg.jp/english/>
- 传单  
<https://www.tomin-anzen.metro.tokyo.lg.jp/about/poster-leafret/>
- 该门户网站为住在东京的外籍人员提供各种有用的生活信息  
<https://tabunka.tokyo-tsunagari.or.jp/>



### 多语种语音翻译APP “VoiceTra”

你对着智能手机说话,  
这款APP自动将其翻成外语(免费)。



服务网站  
<https://voicetra.nict.go.jp/>



## 当你的朋友诱惑你做“坏事”，该怎么办？

如果你的朋友诱惑你做你认为“这很可能是犯罪”的事情，你应该怎么做？

这时候你不要害怕他/她以后“不理你，排斥你”。

诱惑你犯罪的绝不是真正的朋友。

**你一定要坚决拒绝他/她！**

### 拒绝诱惑的技巧

#### ■ 重复表示拒绝。

“我不做！绝对不做！”

#### ■ 以他人或法律为拒绝的理由

“我爸爸不允许我那么做”

“法律不允许那么做”

#### ■ 离开现场

“我有事要马上离开”

“我不感兴趣”



## 请家长们注意

### “日本很安全”

这是经常听到的一种说法。但是在日本也有发生青少年被卷入的案件和事故。所以，请您每天在家里与孩子们沟通交流，以培养孩子们自我保护的能力，也为他们营造出随时都可以轻松地向您诉苦和求助的家庭氛围。有很多孩子虽然遇到了可怕的事情，但因为以为说出来被父母骂，从而不吭声。如果您发现自己的孩子好像有点不对劲，请及时跟他/她进行交流沟通。

尤其是最近，通过SNS等媒体被卷入犯罪或问题的青少年越来越多。“过滤”功能可以有效防止孩子们访问不良网站和成为犯罪被害人，请你们务必给孩子的手机设置过滤功能。

公共机构开设有咨询服务，该服务可配有口译或翻译器。有什么疑问或问题，请您向这些窗口等进行咨询。



你已经具备了在TOKYO安全生活的能力！  
但那些恶劣的坏人也会进化，很可能又来对你进行攻击……。

最后，我给你传授到时  
所需要的“力量”！



**每天都要热情向大家打招呼！**

与社区的大人们增进感情，当你遇到困难时，他们一定会帮你。



**珍惜你周围的人和物品！**

以自己觉得不喜欢的事物为标准去思考，很多问题自然会有答案。



**遵守约定和规则规定！**

不遵守约定和规则规定的时候是被卷入危险的可能性最大的时候。

你已成为了可以在TOKYO快乐且  
安全地生活的出色勇者！





東京都

【咨询窓口】

✉ S1120302@section.metro.tokyo.jp

协助 警視庁

リサイクル選性(A)

この印刷物は、印刷用の紙へ、  
リサイクルできます。

石版印刷物を  
再生紙のトンキを  
採用しています。

ねん がつはつごころ  
2022年5月発行

印刷物登録番号

(04) 63