シンハラ語

අයසේ පිළිගැනීමේ පැකේජය

විදේශීය පුරවැසියන් සඳහා වන දෛනික ජීවන මාර්ගෝපදේශ

あやせウェルカムパック

外国人市民のための生活ガイド



අන්තර්ගත වගුව

1. හදිසි අවස්ථාවකදී **1**

1-1 තමා මාර්ග අනතුරක් සිදු කිරීමක් හෝ අපරාධයකට සම්බන්ධ වීමකදී "110" වෙත දුර කථන ඇමතුම් 1

1-2 හදිසි අසනීප බරපතල තුවාල සිදු වූ විටක "119" දුර කථනය 1

1-3 ගින්නක් ඇති වූ විටක "119" අංක දුර කථනය 3

1-4 ගෘහස්ථ ගිනි අනතුරු ඇඟවීමක් නාද වුවහොත් 3

2. අසනීප සහ තුවාල **5**

2-1 රෝහල වෙත යාම 5

2-2 රෝහල්වල පරිවර්තන කටයුතු
(අයාසේ නගරයේ වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ත්‍රි-මාර්ග ඇමතුම් සේවාව) 5

3. නගර සභා භාෂා පරිවර්තන සේවා **7**

3-1 විදේශ භාෂා පරිවර්තන ඇමතුම් මධ්‍යස්ථානය 7

3-2 නගර සභා භාෂා පරිවර්තන සේවා
(ප්‍රධාන ගොඩනැගිල්ල: 550 හයකාවා, අයසේ නගරය) 7

4. දෛනික ජීවිතය **9**

4-1 කසළ බැහැර කරන්නේ කෙසේද? 9

4-2 පදිංචිකාර අසල්වැසි සංගම් වලට බැඳෙමු 11

4-3 දෛනික ජීවිතය සඳහා නියාමන සහ ආචාර විධි 13

4-4 බදු ගෙවීම 15

4-5 පදිංචිය පිළිබඳ තත්වය ආදිය පිළිබඳ උපදෙස් 17

5. ආපදා වැළැක්වීම **19**

5-1 විපත් සඳහා සූදානම් වමු 19

5-2 ආපදා සහ ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීම පිළිබඳ තොරතුරු 19

5-3 භූමිකම්පාවක් සිදුවුවහොත් 21

5-4 ටයිෆූ සුළි කුණාටුවක් හෝ තද වැස්සක් ඇති වූ විට 23

6 ජපන් භාෂා අධ්‍යනය **25**

6-1 ජපන් භාෂාව අධ්‍යනය පිළිබඳ උපදෙස් 25

7. නගර සභාවේ බහුභාෂා තොරතුරු **25**

7-1 බහුභාෂා තොරතුරු සඟරාව "අයසේ ටුඩේ" 25

7-2 බහුභාෂා සංස්කරණය "අයාසේ මහජන සම්බන්ධතා" 25

目次

１　緊急のとき　2

1　事故や犯罪にあったら「１１０」に電話・・・・・・・2
2　急病やひどいケガをしたら「１１９」に電話・・・・・2
3　火事が起きたら「１１９」に電話・・・・・・・・・・4
4　住宅用火災警報器が鳴ったら・・・・・・・・・・・・4

２　病気・ケガ　6

1　病院に行く・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・6
2　病院での通訳　（綾瀬市の医療用３者通話サービス）・・6

３　市役所の通訳サービス　8

1　外国語通訳コールセンター・・・・・・・・・・・・・8
2　市役所での通訳・・・・・・・・・・・・・・・・・・8

４　くらし　10

1　ごみの出し方・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 10
2　自治会に入りましょう・・・・・・・・・・・・・・・ 12
3　生活のルールとマナー・・・・・・・・・・・・・・・ 14
4　納税・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 16
5　在留資格などの相談・・・・・・・・・・・・・・・・ 18

５　防災　20

1　災害に備えよう・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 20
2　災害の情報や避難・・・・・・・・・・・・・・・・・ 20
3　地震が起きたら・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 22
4　台風や大雨がきたら・・・・・・・・・・・・・・・・ 24

６　日本語学習　26

1　日本語の学習の相談・・・・・・・・・・・・・・・・ 26

７　市役所の多言語情報　26

1　多言語情報誌「あやせトゥデイ」・・・・・・・・・・ 26
2　多言語版「広報あやせ」・・・・・・・・・・・・・・ 26

හදිසි අවස්ථාවලදී

1. හදිසි අවස්ථාවකදී

1-1 තමා මාර්ග අනතුරක් සිදු කිරීමක් හෝ අපරාධයකට සම්බන්ධ වීමකදී "110" වෙත දුර කථන ඇමතුම්

තමා මාර්ග අනතුරක් සිදුකිරීමක්, හෝ මාර්ග අනතුරකට මුහුණ දුන් විටක "110" දුර කථනය අමතන්න.
තමා මාර්ග අනතුරකට මෙන්ම අපරාධයකට මුහුණ දුන් විටක හෝ දුටුවහොත් දුර කථනයෙන් අමතන්න. <පැය 24 පුරා>
පොලිසිය වහාම එහි එනු ඇත.
තුවාල සිදුවූ පුද්ගලයන් සිටින විටක "119" අංකයටද අමතන්න.

"**110**" දුරකථනය අමතන අයුරු <විදේශීය භාෂා ද පිළිගනු ලැබේ>
(1) "110" ඔබන්න
(2) කවදාද, කොහෙද සහ සිදු වූයේ කුමක්ද යන්න දැනුම් දීම කරමි.
(3) තම නම ප්‍රකාශ කරමි.
(4) දුරකථනය විසන්ධි කරනවා
(5) පොලිසිය එනතුරු මම ආරක්ෂිත ස්ථානයක සිටිමි.



කලබල නොවී, සෙමින් හා පැහැදිලිවම "කවදාද", "කොහෙද" සිදු වූයේ කුමක්ද යන්න සහ "ඔබේ නම" සඳහන් කරන්න.

අනතුරක් සිදු වූ විට, තමාට තුවාල සිදුවී නොමැති බව සිතුවත්, පසුව තමාට තුවාල ඇති වී තිබෙන බව
පසුව දැනගත හැකි අවස්ථාද ඇත. ඔබ මාර්ග අනතුරකට ලක් වුවහොත්, නොවරදවා රෝහල වෙත පැමිනෙමු.

1-2 හදිසි අසනීප බරපතල තුවාල සිදු වූ විටක "119" දුර කථනය

තමාට බරපතල තුවාලය හෝ හදිසි අසනීප සිදු වූ විටක, "119" දුර කථනය අමතන්න. <පැය 24 පුරා>
වහාම ගිලන් රථයක් පැමිණෙනු ඇත.

"119" දුරකථනය අමතන අයුරු <විදේශීය භාෂා ද පිළිගනු ලැබේ>
(1) "119" ඔබන්න
(2) "Kyūkyū desu" (හදිසි අවස්ථාවක්.) යනුවෙන් පවසන්න.
(3) ගිලන් රථය පැමිණීමට අවශ්‍ය ලිපිනය ලබා දෙන්න.
(4) තුවාල හෝ අසනීපයේ ස්වාභාවය විස්තර කරමි.
(5) තම නම ප්‍රකාශ කරමි.
(6) දුරකථනය විසන්ධි කරනවා.
(7) ගිලන් රථ සයිරන් හඬක් ඇසුන විට මම ඔබව හමුවීමට හා ඔබට මාර්ගය පෙන් වීමට පැමිනෙන්නෙමි.



කලබල නොවී, සෙමින් හා පැහැදිලිවම, "ගිලන් රථය පැමිණීමට උචමනා ස්ථානය" සහ "තම නම" සඳහන් කරන්න.

- "මට එය වඩා පහසුයි" "මා රෝහලින් ගත් ඖෂධ අවසන් විය" "කුමණ රෝහලකට යා යුතුදැයි නොදනියි" වැනි බරපතල තුවාලයක් හෝ හදිසි අසනීපයක් නොමැති විටක, තමා විසින්ම රෝහල වෙත යා යුතු වේ. ⇒ පිටු අංක 6
- රෝහල වෙත යන ප්‍රවාහන වියදම නොමිලේ වන අතර, රෝහල් වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ගාස්තු තමා විසින්ම දැරිය යුතු වේ. තම සෞඛ්‍ය රක්ෂණ කාඩ්පත සහ අවශ්‍ය මුදල් සූදානම් කර ගැනීමට අමතක නොකරන්න.

1　緊急のとき

1-1　事故や犯罪にあったら「１１０」に電話

交通事故を起こしたり、交通事故にあったりしたときは
「１１０」に電話します。
事件や犯罪にあったり、見たときも電話します。〈24 時間〉
すぐに警察が向かいます。
ケガをした人がいるときは「１１９」にも電話します。

「１１０」に電話をかける方法〈外国語も通じます〉



①「１１０」を押します。
② いつ、どこで、なにが起きたか伝えます。
③ 名前を伝えます。
④ 電話を切ります。
⑤ 警察が来るまで安全な場所で待ちます。

あわてないで、ゆっくり、はっきりと「いつ」「どこで」「なにが起きたか」「自分の名前」を伝えてください。

事故のときは、ケガをしていないと思っても後でケガが分かるときがあります。交通事故にあったら、一度病院に行きましょう。

1-2　急病やひどいケガをしたら「１１９」に電話

ひどいケガや急病になったら「１１９」に電話します。〈24 時間〉
すぐに救急車が向かいます。

「１１９」に電話をかける方法〈外国語も通じます〉



①「１１９」を押します。
②「kyūkyū desu」（救急です。）と言います。
③ 救急車に来てほしい住所を伝えます。
④ ケガや病気の症状を伝えます。
⑤ 名前を伝えます。
⑥ 電話を切ります。
⑦ 救急車のサイレンが聞こえたら道案内のために迎えに出ます。

あわてないで、ゆっくり、はっきりと「救急車に来てほしい場所」「自分の名前」を伝えてください。

- 「便利だから」「病院でもらった薬がなくなった」「どの病院に行けばよいか分からない」などひどいケガや急病でない場合は、自分で病院に行きましょう。⇒６ページ
- 病院までの搬送は無料ですが、病院での治療費は自己負担です。健康保険証や必要なお金を用意してください。

1. හදිසි අවස්ථාවකදී

1-3 ගින්නක් ඇති වූ විටක "119" අංක දුර කථනය

ගින්නක් ඇති වූ විටක "119" අංකය අමතන්න. <පැය 24 පුරා>
ගිනි නිවන රථයක් වහා පැමිණෙනු ඇත.

"119" දුරකථනය අමතන අයුරු <විදේශීය භාෂා ද පිළිගනු ලැබේ>
(1) "119" ඔබන්න.
(2) "Kaji desu" (ගින්නක් හට ගෙන ඇත.) යනුවෙන් පවසන්න.
(3) ගින්න හටගත් ස්ථානය පවසන්න
(4) තම නම ප්‍රකාශ කරමි.
(5) දුරකථනය විසන්ධි කරනවා



කලබල නොවී, සෙමින් හා පැහැදිලිවම ගින්න "හට ගත්ස්ථානය" සහ "තම නම" සඳහන් කරන්න.

1-4 ගෘහස්ථ ගිනි අනතුරු ඇඟවීමක් නාද වුවහොත්

දකුණු පස ඇති QR කේතය මගින් ඔබට පත්‍රිකාව නැරඹිය හැකිය.

- සහාය දක්වන භාෂා: ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම, පෘතුගීසි, ස්පාඤ්ඤ, චීන, කොරියානු

1　緊急のとき

1-3　火事が起きたら「１１９」に電話

火事がおきたら「**１１９**」に電話します。〈24 時間〉
すぐに消防車が向かいます。

「１１９」に電話をかける方法〈外国語も通じます〉
①「**１１９**」を押します。
②「kaji desu」（火事です。）と言います。
③ 火事の場所を伝えます。
④ 名前を伝えます。
⑤ 電話を切ります。



あわてないで、ゆっくり、はっきりと
「火事の場所」「自分の名前」を伝えてください。

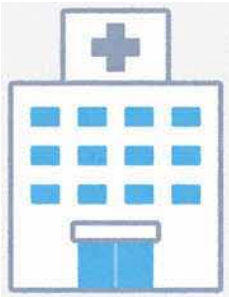
1-4　住宅用火災警報器が鳴ったら

右のＱＲコードからパンフレットが読めます。

・対応言語　英語、ベトナム語、ポルトガル語、
スペイン語、中国語、韓国語

2. අසනීප සහ තුවාල

2-1 රෝහල වෙත යාම



තමා යා යුතු රෝහල රෝගයේ හෝ තුවාලයේ වර්ගය මත රඳා පවතී. ඔබ රෝහලට යන විට, තම සෞඛ්‍ය රක්ෂණ කාඩ්පත, නේවාසික පදිංචි කාඩ්පත සහ යම් මුදලක් අවශ්‍ය වනු ඇත. සෞඛ්‍ය රක්ෂණ කාඩ්පතක් නොමැති පුද්ගලයන් සම්පූර්ණ මුදලම තමා විසින්ම දැරිය යුතුයි. ඔබ ඔබේ සෞඛ්‍ය රක්ෂණ කාඩ්පත වෙනත් කිසිවෙකුට පැවරීම නොකළ යුතුය, නැතහොත් වෙනත් කිසිවෙකුගෙන් ලබා නොගත යුතුය.

ඔබ බරපතල තුවාලයක් හෝ හදිසියේ රෝගාතුර වුවහොත්, ඔබ වහාම "119" අමතන්න. <24 පැය පුරා> ⇒ පිටු අංක 2

2-2 රෝහල්වල පරිවර්තන කටයුතු (අයාසේ නගරයේ වෛද්‍ය ප්‍රතිකාර ත්‍රී-මාර්ග ඇමතුම් සේවාව)

(1) (2) ස්ථානවල, වීඩියෝ පරිවර්තන සේවාවක් (ටැබ්ලටය හරහා) ලබා ගත හැකිය.

- සහාය දක්වන භාෂා: ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම, පෘතුගීසි, චීන, ස්පාඤ්ඤ, ටගාලොග්, කොරියානු, තායි, ආදිය.

(1) සෞඛ්‍ය උපදෙස්
- අයාසේ නගර සෞඛ්‍ය ප්‍රවර්ධන අංශය
  (4-7-10, ෆුකායා නකා සෞඛ්‍ය සහ සුභසාධන ප්ලාසා තුල)

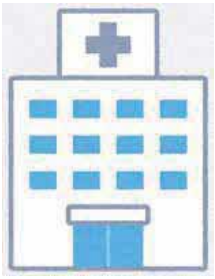
(2) රෝහල
- අයාසේ නිවාඩු සායනය
  (සෞඛ්‍ය සහ සුභසාධන ප්ලාසා තුල)

නොතේරෙන යමක් ඇත්නම්, කරුණාකර විදේශ භාෂා පරිවර්තන ඇමතුම් මධ්‍යස්ථානය (**0467-70-5682**) අමතන්න. <විදේශීය භාෂා කතා කළ හැකිය>

2　病気・ケガ

2-1　病院に行く

病気やケガの種類によって、受診する病院が変わります。病院に行くときは、保険証、在留カード、お金がいります。保険証がない人は、お金を全部自分で払います。保険証は他の人に貸しても借りてもいけません。



もしもひどいケガをしたときや急病の場合はすぐ「１１９」に電話します。〈24 時間〉⇒２ページ

2-2　病院での通訳（綾瀬市の医療用３者通話サービス）

①②の場所では、テレビ通訳（タブレット）が利用できます。

・対応言語　英語、ベトナム語、ポルトガル語、中国語、
スペイン語、タガログ語、韓国語、タイ語など

①健康相談
・綾瀬市健康づくり推進課（深谷中 4-7-10 保健福祉プラザ内）

②病院
・綾瀬休日診療所（保健福祉プラザ内）

分からないことは、外国語通訳コールセンター（０４６７-７０-５６８２）で聞いてください。〈外国語で話せます〉

3. නගර සභා භාෂා පරිවර්තන සේවා

3-1 විදේශ භාෂා පරිවර්තන සේවා ඇමතුම් මධ්‍යස්ථානය

භාෂා පරිවර්තකයෙකු (ක්‍රියාකරුවෙකු) නගර ශාලාවේ අදාළ දෙපාර්තමේන්තුවට යොමු කරනු ඇති අතර, පසුව පරිවර්තකයා සමඟ ඇමතුම දිගටම කරගෙන යා හැකිය.

- දුරකථන අංකය: 0467-70-5682
- සහාය දක්වන භාෂා: ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම, පෘතුගීසි, ස්පාඤ්ඤ, චීන, ටගාලොග්, කොරියානු, තායි
- විවෘත වේලාවන්: සතියේ දිනවල පෙ.ව. 8.30 සිට ප.ව. 5.00 දක්වා (රජයේ නිවාඩු දින හැර)

විදේශ භාෂා පරිවර්තන ඇමතුම් මධ්‍යස්ථානයක් අමතන්නේ කෙසේද?

(1) ඔබන්න 0467-70-5682.
(2) අපි ඔබේ පණිවිඩය දැනුම් දෙන්නෙමු.
(3) ඒ භාෂාව සඳහා පරිවර්තකයෙකු දුරකථනයට පිළිතුරු දෙනු ඇත.
(4) ඔබ, පරිවර්තකයා සහ සභා නිලධාරියා යන 3 දෙනාට සංවාද පැවැත්විය හැකිය.

උදාහරණයක් ලෙස, මෙවැනි අවස්ථාවන්හිදී කරුණාකර අපට කතා කරන්න.
"මට නගර ශාලාවෙන් ලිපියක් ලැබුණා, නමුත් එහි සඳහන් දේ මට තේරෙන්නේ නැහැ."
"මට දරුවෙක් ලැබුණාම මට කරන්න ඕන ක්‍රියා පටිපාටි මොනවාද කියලා දැනගන්න කැමතියි"
"දරුවන්ගේ එන්නත් සහ පාසල් කටයුතු ගැන මම දැන ගැනීමට කැමතියි"
"ජාතික සෞඛ්‍ය රක්ෂණය ගැන වැඩි විස්තර දැන ගැනීමට මම කැමතියි" යනාදිය.

3-2 නගර සභා භාෂා පරිවර්තන සේවා (ප්‍රධාන ගොඩනැගිල්ල: 550 හයකාවා, අයසේ නගරය)

➢ නගර සභා සේවා කවුළුවල රූපවාහිනී පරිවර්තන සේවා ලබා ගත හැකිය.

- සහාය දක්වන භාෂා: ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම, පෘතුගීසි, ස්පාඤ්ඤ, චීන, ටගාලොග්, ඉන්දුනීසියානු, තායි
- විවෘත වේලාවන්: සතියේ දිනවල පෙ.ව. 8.30 සිට ප.ව. 5.00 දක්වා (රජයේ නිවාඩු දින හැර)

➢ සෑම මසකම ස්ථාවර දිනයක කවුන්ටරයේ පරිවර්තකයෙකු ද ලබා ගත හැකිය.

- සහාය දක්වන භාෂා: මසකට දෙවරක් (පෘතුගීසි, ස්පාඤ්ඤ)
  මසකට වරක් (ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම)
- පරිවර්තකයෙකු සිටින දිනවල, කරුණාකර විදේශ භාෂා පරිවර්තන ඇමතුම් මධ්‍යස්ථානය (0467-70-5682) විමසන්න. <විදේශීය භාෂා කතා කළ හැකිය>

නගර සභා සේවා කවුළුවල රූපවාහිනී පරිවර්තන සේවාව භාවිතා කරන්නේ කෙසේද?

(1) "පුරවැසි ක්‍රියාකාරකම් ප්‍රවර්ධන අංශය" පිහිටා ඇති අයසේ නගර ශාලාවේ දෙවන මහලේ අංක 1 කවුන්ටරය වෙත යන්න.
(2) අපි ඔබේ පණිවිඩය දැනුම් දෙන්නෙමු.
(3) එම භාෂාව සඳහා පරිවර්තකයෙකු රූපවාහිනී පරිවර්තන සේවාව (ටැබ්ලටය) හරහා පෙනී සිටිනු ඇත.
(4) ඔබ, පරිවර්තකයා සහ නගර සභා නිලධාරියා යන 3 දෙනාට සංවාද පැවැත්විය හැකිය.

３　市役所の通訳サービス

3-1　外国語通訳コールセンター

通訳者（オペレーター）が市役所の担当部署へつなぎ、そのまま通訳者を交えて通話ができます。

・電話番号　０４６７-７０-５６８２

・対応言語　英語、ベトナム語、ポルトガル語、スペイン語、中国語、タガログ語、韓国語、タイ語

・対応時間　平日　８時３０分～１７時（祝日除く）

外国語通訳コールセンターに電話をかける方法
① ０４６７-７０-５６８２ を押します。
② あなたの言語を伝えます。
③ その言語の通訳者が電話にでます。
④ あなたと通訳者と市職員との３人で話せます。

たとえば、こんなときに電話してください。
『市役所から手紙が届いたが内容が分からない』
『子どもが生まれたら必要な手続きを知りたい』
『子どもの予防接種のことや、学校のことを知りたい』
『国民健康保険のことを知りたい』　など

3-2　市役所での通訳（本庁舎：綾瀬市早川５５０）

➢ 市役所窓口では、テレビ通訳が利用できます。

・対応言語　英語、ベトナム語、ポルトガル語、中国語、スペイン語、タガログ語、韓国語、タイ語
・対応時間　平日　８時３０分～１７時（祝日除く）

➢ 毎月決まった日に、窓口に通訳者もいます。
・対応言語　月２回　ポルトガル語、スペイン語
　　月１回　英語、ベトナム語
・通訳者がいる日は、外国語通訳コールセンター（０４６７-７０-５６８２）で聞いてください。〈外国語で話せます〉

市役所窓口でテレビ通訳を使う方法
① 綾瀬市役所の２階１番窓口「市民活動推進課」に行きます。
② あなたの言語を伝えます。
③ テレビ通訳（タブレット）でその言語の通訳者がでます。
④ あなたと通訳者と市職員との３人で話せます。

4. දෛනික ජීවිතය

4-1 කසළ බැහැර කරන්නේ කෙසේද?

තම නිවසේ කසළ නගර සභාව විසින් නියම කරන ලද වේලාවට සහ නිශ්චිත ස්ථානයට බැහැර කරන්න.
විවිධ කසළ වර්ග ඇති අතර, එක් එක් වර්ගය සඳහා බැහැර කරන දින සහ බැහැර කිරීමේ ක්‍රමය නිශ්චිතව දක්වා ඇත.
නියාමනයන් උල්ලංඝනය කරමින් බැහැර කරන ලද කසළ එකතු නොකෙරේ.

කසළ බැහැර කරන ආකාරය පිළිබඳ නියාමන සඳහා **"ප්‍රතිචක්‍රීකරණ අපද්‍රව්‍ය හා කසළ වර්ග කිරීම සහ බැහැර කිරීම සඳහා මාර්ගෝපදේශය"** බලන්න.

- **"ප්‍රතිචක්‍රීකරණ අපද්‍රව්‍ය හා කසළ වර්ග කිරීම සහ බැහැර කිරීම සඳහා මාර්ගෝපදේශය"** ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම, පෘතුගීසි, ලාඕ, චීන, ස්පාඤ්ඤ, ටගාලොග්, කොරියානු සහ තායි භාෂාවලට පරිවර්තනය කර ඇත.
- කසළ, නියම කරන ලද දිනයේ පෙ.ව. 7.00 සිට පෙ.ව. 8.30 දක්වා බැහැර කරන්න.
- කසළ, එකතු කරන දින සහ එකතු කිරීමේ ස්ථාන තීරණය වන්නේ තම ජීවත් වන ප්‍රදේශය අනුව ය. **"ප්‍රතිචක්‍රීකරණ අපද්‍රව්‍ය හා කසළ වර්ග කිරීම සහ බැහැර කිරීම සඳහා මාර්ගෝපදේශය"** කියවන්න.
- ගෘහ භාණ්ඩ වැනි විශාල අපද්‍රව්‍ය, ගෙයින් ගෙට එකතු කිරීම සඳහා වන ඉල්ලුම් කිරීමෙන් එක්රැස් කිරීම හෝ ප්‍රතිචක්‍රීකරණ මධ්‍යස්ථානයට වෙත රැගෙන යාම සිදු කරන්න.
- නොතේරෙන යමක් ඇත්නම්, කරුණාකර විදේශ භාෂා පරිවර්තන ඇමතුම් මධ්‍යස්ථානය (0467-70-5682) අමතන්න. <විදේශීය භාෂා කතා කළ හැකිය>

තම නිවසේ කසළ එකතු කරන දිනය සඳහා "✔" ලකුණ යොදන්න.

සතියේ දිනය	සඳුදා	අඟහරුවාදා	බදාදා	බ්‍රහස්පතින්දා	සිකුරාදා	සෙනසුරාදා
දහනය කළ හැකි කසළ (ඉවුම් පිහුම් ඉතිරි, ඉඳුල් ආදිය)						
ප්‍රතිචක්‍රීකරණය කළ හැකි අපද්‍රව්‍ය (ටින්, බෝතල්, PET බෝතල්, කඩදාසි, ආදිය)						
ප්ලාස්ටික් මෙම සංකේතය ගැන විමසිල්ලෙන් සිටින්න →						

4　くらし

4-1 ごみの出し方

家庭のごみは、市で決められた日時に、決められた場所へ出しましょう。
ごみには種類があり、種類ごとに出す曜日や出し方が決まっています。
ルールを守らずに出されたごみは収集されません。

ごみの出し方などのルールは**「資源とごみの分け方・出し方ガイド」**を読んでください。

・**「資源とごみの分け方・出し方ガイド」**は
英語、ベトナム語、ポルトガル語、ラオス語、
中国語、スペイン語、タガログ語、韓国語、
タイ語に翻訳しています。
・ごみは、決められた曜日の朝７時から８時３０分までに出してください。
・ごみを出す曜日やごみを出す場所は、住んでいる地域ごとに決まっています。**「資源とごみの分け方・出し方ガイド」**を読んでください。
・家具などの粗大ごみは、申込みによる戸別収集かリサイクルプラザに持ち込んでください。
・分からないことは外国語通訳コールセンター（０４６７-７０-５６８２）で聞いてください。〈外国語で話せます〉

自分の家のごみを出す曜日に ○を書きましょう。

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
可燃ごみ （調理くず，残飯など）						
資源ごみ （缶，瓶，ペットボトル，紙など）						
プラスチック このマークが目印→プラ						

4. දෛනික ජීවිතය

4-2 පදිංචිකාර අසල්වැසි සංගම් වලට බැඳෙමු

එකම ප්‍රදේශයක ජීවත් වන ක්‍රියාකාරකම් සංවිධානය කිරීම සඳහා වන පදිංචි කරුවන්ගෙන් සමන්විත කණ්ඩායමකි. ඒවාට බැඳීමේ හෝ නොබැඳීමේ නිදහස ඇති අතර, ව්‍යසනයක් ඇති වූ විට හෝ දෛනික ජීවිතයට දුෂ්කරතාවන්ට මුහුණ දෙන විට එකිනෙකාට උපකාර කළ හැකි වන පරිදි, ප්‍රාදේශීය ප්‍රජාවේ සම්බන්ධතා වැදගත්කම අවබෝධ කර ගනිමු.

පදිංචිකාර අසල්වැසි සංගම් සංවිධානය කරන ක්‍රියාකාරකම් කිහිපයක් මෙන්න!

- තොරතුරු සැපයීම (ප්‍රාදේශීය තොරතුරු කොට්ඨාශ ප්‍රජා අත් පත්‍රිකා දැන්වීම් ලේඛණ ආදිය හරහා සන්නිවේදනය කෙරේ)
- පදිංචිකරුවන් අතර අන්තර්ක්‍රියා (ගිම්හාන උත්සව වැනි)
- ආපදා සඳහා සූදානම් වීම (ආපදා සූදානම අභ්‍යාස ආදිය)
- ප්‍රාදේශීය ප්‍රජාවගේ ආරක්ෂාව ආරක්ෂා කිරීම (මාර්ග ආරක්ෂාව සහ අපරාධ වැළැක්වීමේ මූලපිරීම් ආදිය ඇතුළුව)
- ප්‍රාදේශීය ප්‍රජා පිරිසිදු කිරීමේ ක්‍රියාකාරකම් (කසළ එකතු කිරීමේ ස්ථාන කළමනාකරණය කිරීම සහ පිරිසිදු කිරීම වැනි)

පදිංචිකාර අසල්වැසි සංගමයට සම්බන්ධ වන්නේ කෙසේද?

(1) විදේශ භාෂා පරිවර්තන ඇමතුම් මධ්‍යස්ථානය (0467-70-5682) අමතන්න, නැතහොත් අයසේ නගර ශාලාවේ දෙවන මහලේ කවුන්ටර අංක 1 වෙත යන්න, එහිදී ඔබට "පුරවැසි ක්‍රියාකාරකම් ප්‍රවර්ධන අංශය" සොයාගත හැකිය.

(2) තම පදිංචිකාර අසල්වැසි සංගමයේ සභාපතිවරයාගේ සම්බන්ධතා තොරතුරු ප්‍රකාශ කරමු.
තම "පදිංචිකාර අසල්වැසි සංගමයේ සාමාජිකත්ව අයදුම්පත්‍රය" ලබා දෙන්නෙමු.

(3) පදිංචිකාර අසල්වැසි සංග සාමාජිකත්වය සඳහා අයදුම් කිරීමට සංගමයේ සභාපතිවරය" අමතන්න.

- පදිංචිකාර "අසල්වැසි සංගම් සාමාජිකත්ව අයදුම්පත" නගර සභා වෙබ් අඩවියෙන් මුද්‍රණය කළ හැක.
  පරිවර්තන භාෂා: ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම, පෘතුගීසි, ලාඕ, චීන, ස්පාඤ්ඤ, ටගාලොග්, කමේරු, තායි





4　くらし

4-2 自治会に入りましょう

同じ地域に住んでいる人たちが集まって活動している住民団体です。入るか入らないかは自由ですが、災害が起こったときや暮らしのなかで困ったときに助け合えるように、日ごろから地域の人とのつながりを大切にしましょう。

自治会ではこんな活動をしています！

◆情報の提供（地域の情報を回覧板などで伝えます）
◆住民同士の交流（夏祭りなど）
◆災害に備える（防災訓練など）
◆地域の安全を守る（交通安全や防犯の活動など）
◆地域の美化活動（ごみ収集所の管理や掃除など）

自治会に入る方法
① 外国語通訳コールセンター（０４６７-７０-５６８２）に電話するか綾瀬市役所の２階１番窓口「市民活動推進課」に行きます。
② あなたの地域の自治会長の連絡先をお伝えします。
『自治会の加入申込書』を渡します。
③ 自治会長に連絡して加入申し込みをしてください。

・『自治会加入申込書』は市ホームページから印刷できます。

翻訳言語　英語、ベトナム語、ポルトガル語、ラオス語、中国語、スペイン語、タガログ語、クメール語、韓国語、タイ語





4. දෛනික ජීවිතය

4-3 දෛනික ජීවිතය සඳහා නියාමන සහ ආචාර විධි

ජපන් නියාමන සහ ආචාර විධි වලට අනුකූලව අප දෛනික ජීවිත ගත කරමු. නොතේරෙන යමක් ඇත්නම්, ඔබ වටා සිටින අයගෙන් විමසන්න. අපගේ එදිනෙදා ජීවිතයේ දුෂ්කරතාවන්ට මුහුණ දෙන විට එකිනෙකාට උපකාර කළ හැකි වන පරිදි, අපගේ ප්‍රාදේශීය ප්‍රජාව සමඟ එදිනෙදා හොඳ සබඳතා වර්ධනය කර ගැනීමට අපි උත්සාහ කරමු.

- සෝෂාකාරී ශබ්ද

・ රාත්‍රියේදී නිහඬව සිටිමු. සාදවලදී, තම රටේ මෙන් කලහකාරී නොවීමට වග බලා ගන්න. එසේම, සංගීත භාණ්ඩයක් වාදනය කරන විට, ශබ්දයේ තීව්‍රතාවය ගැන සැලකිලිමත් වන්න.

・ තම අසල්වැසි කාමරවල සිටින පුද්ගලයන් සෝෂාකාරී නම්,දේපළ වෙළඳාම් නියෝජිතයා හෝ ඉඩම් හිමියා සමඟ සාකච්ඡා සිදු කරමු.

- ගෘහ නියාමන

・ භූමිකම්පාවක් හෝ ගින්නක් ඇති වූ විට ගොඩනැගිලිවල පොදු ප්‍රදේශ, කොරිඩෝ සහ පඩිපෙළ වැනි ඒවා ආරක්ෂණ ගැලවීමේ මාර්ග ලෙස භාවිතා කරනු ලබයි. එම ප්‍රදේශයේ කුණු කසළ, මල් පෝච්චි, පා පැදි හෝ වෙනත් ද්‍රව්‍ය තැබීමෙන් වළකිමු. ද්‍රව්‍යන් තැබූ විටක, තමාට ගිනි නිවන දෙපාර්තමේන්තුවෙන්ද සැලකිලිමත් වීම් කරවනු ලබයි.

・ මාර්ග සැමගේ පොදු දේවල් වේ. තම මෝටර් රථය රථගාලේ නවතා තබන්න. එය මාර්ගයේ නවතා තැබුවහොත්, පොලිසිය තමාට සැලකිලිමත් වීම් කරවනු ලබයි.



4　くらし

4-3 生活のルールとマナー

日本のルールやマナーを守って生活しましょう。
分からないことは、周りの人に聞きましょう。
暮らしのなかで困ったときに助け合えるように、日ごろから地域の人とのつながりを大切にしましょう。

●うるさい音

・夜は静かにしましょう。パーティーのとき自分の国と同じように騒がないように気をつけましょう。また、楽器を演奏するときは、音の大きさに注意しましょう。

・他の部屋の人がうるさいときは、不動産店や家主に相談しましょう。

●すまいのルール

・マンションやアパートの廊下や階段などの共用部分は、地震や火事のときに逃げるための道になります。ごみや植木鉢、自転車などの物を置かないようにしましょう。物を置くと消防署からも注意されます。

・道はみんなのものです。車は駐車場に置きましょう。道路に置くと警察からも注意されます。



4. දෛනික ජීවිතය

4-4 බදු ගෙවීම

පුද්ගල ආදායම මත පැනවෙන බදු, නේවාසික බද්ද සහ ජාතික සෞඛ්‍ය රක්ෂණ බද්ද ලෙස කාණ්ඩවලට බෙදා ඇත. විදේශීය පදිංචිකරුවන් ජපන් ජාතිකයන් මෙන් බදු ගෙවිය යුතුය.

යම් ලෙසකින්, තම බදු ගෙවීම් නොගෙවූයේ නම්

- ප්‍රමාද ගෙවීම් ගාස්තු අය කරනු ලබන්නේ නියමිත දිනට පසු දින සිට ගෙවීම් දිනය දක්වා කාලය අනුව ය.
- ගෙවීම් නොකර සිටීමක් වේ නම්, තම වත්කම් අත්පත් කර ගැනීමට හෝ වෙනත් බලාත්මක කිරීමේ පියවර ගැනීමට සිදුවනු ඇත.
- සමහර අවස්ථාවලදී, නේවාසික පදිංචි කාලය අලුත් කිරීම සඳහා වන අයදුම්පතක් ප්‍රතික්ෂේප කිරීමක් නැතහොත් ස්වභාවිකකරණය හෝ ස්ථිර පදිංචිය සඳහා වන අයදුම්පතක් ප්‍රතික්ෂේප කළ හැකිය.
- නොතේරෙන යමක් ඇත්නම්, කරුණාකර විදේශ භාෂා පරිවර්තන ඇමතුම් මධ්‍යස්ථානය (0467-70-5682) අමතන්න. <විදේශීය භාෂා කතා කළ හැකිය>

● නේවාසික බද්ද

- පෙර වසරේ ආදායම මත පදනම්ව, ප්‍රාන්තයට සහ නාගරික සභාවන්ට ගෙවිය යුතු බදු වේ.
- යම් ලෙසක, තමා මේ වසරේ වැඩ කර නොමැති වුවද, බදු ගෙවීමට අත්‍යාවශ්‍ය වේ.
- පුරවැසිභාවය කුමක් වුවත්, තමා සෑම වසරකම ජනවාරි 1 වන දින තම පදිංචි ප්‍රාන්තයට සහ නගර සභාවට මෙය ගෙවිය යුතුය.

● ජාතික සෞඛ්‍ය රක්ෂණ බද්ද

- ජාතික සෞඛ්‍ය රක්ෂණ යෝජනා ක්‍රමයට ඇතුළත් වූ පුද්ගලයින් විසින් මෙය නාගරිකයට ගෙවනු ලබන බද්දයි.
- තමාට පෙර වසරේ ආදායමක් නොතිබුණද මෙය ගෙවීම අවශ්‍ය වේ.
- තමා රෝහලට නොගියද මෙය ගෙවීම අවශ්‍ය වේ.
- බදු ගෙවීමේ වගකිව යුතු පුද්ගලයා, ගෘහ මූලිකයා වේ.

● ආදායම් බද්ද

- මෙය අදාල වසරේ ජනවාරි සිට දෙසැම්බර් දක්වා උපයන ලද ආදායම සඳහා, රජයට ගෙවන බද්දයි.
- වැඩ කරන පුද්ගලයන් සඳහා වන ආදායම් බද්ද සාමාන්‍යයෙන් ඔවුන්ගේ මාසික වැටුපෙන් ස්වයංක්‍රීයව අඩු කරනු ලැබේ. තමා ස්වයං රැකියාවක නියැලෙන්නෙකු නම් හෝ ඒ හා සමාන තනතුරක සිටී නම්, තම බදු වාර්තාව තමා විසින්ම බදු කාර්යාලයට ඉදිරිපත් කරන්න.

４　くらし

4-4 納税

個人の所得に対する税金は、住民税や国民健康保険税などに分かれます。外国人も日本人と同じく税金を払わなければなりません。

もし、税金を払わなかったら

・期限の次の日から払う日までの長さによって延滞金がかかります。
・払わないままでいると、財産の差し押さえなどの処分を受ける場合があります。
・在留期間の更新が認められなかったり帰化や永住が認められない場合があります。
・分からないことは外国語通訳コールセンター（０４６７-７０-５６８２）で聞いてください。〈外国語で話せます〉

●住民税
・前年の所得に対して、県と市に払う税金です。
・もし、今年働いていなくても税金を支払う必要があります。
・国籍にかかわらず、毎年１月１日に住んでいる県と市に払います。

●国民健康保険税
・国民健康保険に加入している人が市に払う税金です。
・前年に所得がなくても支払う必要があります。
・もし、病院に行かなくても支払う必要があります。
・納税義務者は、世帯主です。

●所得税
・その年の１月から 12 月までの所得に対して、国に払う税金です。
・勤めている人の所得税は、ふつう毎月の給料から自動的に引かれます。自営業などの人は自分で税務署に申告してください。

4. දෛනික ජීවිතය

4-5 පදිංචිය පිළිබඳ තත්වය ආදිය පිළිබඳ උපදෙස්

ආගමන කාර්යාංශය (ආගමන සහ නේවාසික පදිංචිය කළමනාකරණ කාර්යාංශය) **"විදේශීය පදිංචිකරුවන් සඳහා වූ පුළුල් තොරතුරු මධ්‍යස්ථානය"** ක්‍රියාත්මක කරයි. ආගමන ක්‍රියා පටිපාටි (ජපානයට පැමිණෙන විට ඔබ කළ යුතු දේ) හෝ නේවාසික පදිංචි ක්‍රියා පටිපාටි (ජපානයේ සිටියදී ඔබ කළ යුතු දේ) සම්බන්ධයෙන් ඔබට නොතේරන දෙයක් ඇති විටක, එම ගැටළුවලට පිළිතුරු ලබා දෙමු.
තමාට දුරකථනයෙන් හෝ විද්‍යුත් තැපෑලෙන් අප හා සම්බන්ධ විය හැක.

දුරකථන විමසීම් සහ ප්‍රශ්න

"විදේශීය පදිංචිකරුවන් සඳහා වූ පුළුල් තොරතුරු මධ්‍යස්ථානය" හරහා ඔබට දුරකථනයෙන් උපදෙස් ලබා ගත හැකිය.

- දුරකථන අංකය: **0570-013904**
- සහය දක්වන භාෂා: ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම, පෘතුගීසි, ස්පාඤ්ඤ, චීන, ටගාලොග්, කමේරු, කොරියානු, තායි, ඉන්දුනීසියානු, සිංහල, ආදිය.
- විවෘත වේලාවන්: සතියේ දිනවල පෙ.ව. 8.30 සිට ප.ව. 5.15 දක්වා (රජයේ නිවාඩු දින හැර)

විමසීම් සහ ප්‍රශ්න විද්‍යුත් තැපෑලෙන්

ඕනෑම විමසීමක් හෝ ප්‍රශ්නයක් සඳහා ඔබට **"විදේශීය පදිංචිකරුවන් සඳහා වූ පුළුල් තොරතුරු මධ්‍යස්ථානය"** විද්‍යුත් තැපෑලෙන් සම්බන්ධ කර ගත හැකිය.

- විද්‍යුත් තැපෑල: info-tokyo@i.moj.go.jp
- සහය දක්වන භාෂා: ජපන් හෝ ඉංග්‍රීසි භාෂාවෙන් ලියන්න.



4　くらし

4-5 在留資格などの相談

入管（出入国在留管理局）に『**外国人在留総合インフォメーションセンター**』があります。入国手続（日本に来るときにしなければならないこと）や在留手続（日本にいるためにしなければならないこと）などでわからないことがあるときに、質問に答えます。
電話やメールで相談できます。

電話での相談や質問

『**外国人在留総合インフォメーションセンター**』への電話で相談ができます。

・電話番号　**０５７０-０１３９０４**

・対応言語　英語、ベトナム語、ポルトガル語、スペイン語、中国語、タガログ語、クメール語、韓国語、タイ語、インドネシア語、シンハラ語など

・対応時間　平日　８時３０分～１７時１５分（祝日除く）

メールでの相談や質問

『**外国人在留総合インフォメーションセンター**』へメールで相談や質問ができます。

・メールアドレス　info-tokyo@i.moj.go.jp

・対応言語　日本語か英語で書いてください。



5. ආපදා වැළැක්වීම

5-1 විපත් සඳහා සූදානම් වමු

ජපානය යනු බොහෝ භූමිකම්පා විශාල සංඛ්‍යාවක් ඇති රටකි.
තවද, ටයිෆූන් සුළි කුණාටු අගෝස්තු සහ ඔක්තෝබර් අතර පැමිණේ.
ටයිෆූන් සුළි කුණාටු දැඩි සුළං සහ තද වැසි ගෙන එයි.

දෛනිකව, ළඟම ඇති ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ මධ්‍යස්ථාන, තම පවුලේ අය සමඟින් සම්බන්ධතා සන්නිවේදන කර ගන්නා ක්‍රමවේද යන්න කල්තබා නිශ්චය කර තබා ගන්න.
එපමණක් නොව, ජලය සහ ආහාර කල්තබා සූදානම් කර තබා ගනිමු.

5-2 ආපදා සහ ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීම පිළිබඳ තොරතුරු

- ආපදා ඇති වීමේ අවදානම වැඩි වන විටක, රජය හෝ පළාත් පාලන ආයතනය විසින් අනතුරු ඇඟවීම් සහ ආරක්ෂාකාරී ඉවත් පිළිබඳ නියෝග නිකුත් කරනු ලැබේ.
- ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ නියෝග ඉවත් කිරීමේ මධ්‍යස්ථාන විවෘත කිරීම පිළිබඳ තොරතුරු නගරයේ වෙබ් අඩවියෙන් සහ "අයසේ සුරක්ෂණ විද්‍යුත් තැපෑල " සේවාව හරහා නිවේදනය කෙරේ.
- නොතේරෙන යමක් ඇත්නම්, කරුණාකර විදේශ භාෂා පරිවර්තන ඇමතුම් මධ්‍යස්ථානය (0467-70-5682) අමතන්න. <විදේශීය භාෂා කතා කළ හැකිය>

◆ අයසේ නගර විද්‍යුත් තැපැල් බෙදාහැරීමේ සේවාව වන "අයසේ ආරක්ෂාව සහ සුරක්ෂණ තැපෑල", නගරය තුළ ආපදා තොරතුරු සහ ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ නියෝග, නාගරික පදිංචි කරුවන් විසින් ලියාපදිංචි විද්‍යුත් තැපැල් ලිපින වෙත බහු භාෂාවලින් ලබා දෙනු ලැබේ.

"අයසේ ආරක්ෂාව සහ සුරක්ෂණ විද්‍යුත් තැපෑල" ලියාපදිංචි වන ආකාරය

- දකුණු පස ඇති QR කේතය භාවිතා කර ලියාපදිංචි ලිපිනයට හිස් විද්‍යුත් තැපෑලක් යවන්න. ආපදාවක් හට ගැනීමට පෙර ලියාපදිංචි වන්න.

- සහාය දක්වන භාෂා: ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම, පෘතුගීසි, ස්පාඤ්ඤ, චීන, කොරියානු, සරල ජපන්, ආදිය.

◆ NHK හි ප්‍රවෘත්ති වෙබ් අඩවිය වන “NHK WORLD-JAPAN” හි, ඔබට නවතම ආපදා තොරතුරු බහු භාෂාවලින් නිශ්චය කිරීමට හැකිය.

- සහය දක්වන භාෂා: ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම, පෘතුගීසි, ස්පාඤ්ඤ, චීන, කොරියානු, තායි, ඉන්දුනීසියානු, ආදිය.

５　防災

5-1 災害に備えよう

日本は**地震**がとても多い国です。
また、８月～１０月ころには**台風**がきます。
台風は強い風と大雨をもたらします。

日ごろから、家の近くの避難所や家族との連絡方法を確認しておきましょう。また、水や食べ物を準備しておきましょう。

5-2 災害の情報や避難

・災害発生の危険性が高まると、警報や避難指示が国や市から出ます。
・避難指示や避難所の開設などは市のホームページや「あやせ安全・安心メール」などで知らせます。
・分からないことは外国語通訳コールセンター（０４６７-７０-５６８２）で聞いてください。〈外国語で話せます〉

◆綾瀬市のメール配信サービス「あやせ安全・安心メール」は市内の災害情報や避難指示などを、市民が登録したメールアドレスに多言語で配信します。

「あやせ安全・安心メール」の登録方法
・右のＱＲコードから登録用アドレスに空メールを送信します。災害が起きる前に登録しましょう。

・対応言語　英語、ベトナム語、ポルトガル語、スペイン語、中国語、韓国語、やさしい日本語など

◆ＮＨＫのニュースサイト『NHK WORLD-JAPAN』では最新の災害情報を多言語で確認することができます。

・対応言語　英語、ベトナム語、ポルトガル語、スペイン語、中国語、韓国語、タイ語、インドネシア語など

5. ආපදා වැළැක්වීම

5-3 භූමිකම්පාවක් සිදුවුවහොත්

භූමිකම්පාවක් සිදුවුවහොත්, කළ යුතු පළමු දෙය නම් කලබල නොවී ක්‍රියාවන් අනුගමනය කිරීම වේ.

(1) චලනය සිදු වෙමින් පවතින විට

- මෙස යටට ගොස් ශාරීරික ආරක්ෂාව සිදු කිරීම වේ.

(2) චලනය වීම නතර වූ පසු,

- උදුනේ ගිනි නිවා දමන්න
- දොරවල් සහ ජනෙල් විවෘත කර ආරක්ෂණ ගැලවීමේ මාර්ග සකස් කරගන්න.



(3) තම නිවස කඩා වැටීම යනාදියෙන්, නිවස තුල ජීවන කටයුතු කල නොහැකි වූ විටක, තාවකාලිකව "ප්‍රාථමික ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ මධ්‍යස්ථානයක" හෝ ඒ හා සමාන පහසුකමක රැකවරණය ලබා ගනු ඇත.

- ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ මධ්‍යස්ථාන නගරය තුළ ඇති ප්‍රාථමික සහ ද්විතීයික පාසල්වල ක්‍රීඩා ගාර ආදිය වේ.
- **තම නිවස අසල ඇති ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ මධ්‍යස්ථාන වෙත ආරක්ෂිතව ඉවත් වන්න.**
- ආරක්ෂාකාරී ඉවත්වීම පිණිස ඔබේ නිවසින් පිටවන විට විට, ගිනි ගැනීම් සහ අනෙකුත් උපද්‍රව වළක්වා ගැනීම සඳහා ග□ස් කපාටය ක්‍රියා විරහිත කර විදුලි පරිපථ බ්‍රේකරය ක්‍රියා විරහිත කරන්න.

(4) අනතුර පහව ගිය පසු, මම නැවත නිවසට පැමිනීම සිදු කරයි

ප්‍රාථමික ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ මධ්‍යස්ථාන (ප්‍රාථමික සහ ද්විතීයික පාසල් ක්‍රීඩා ක්‍රීඩා ගාර ආදිය)

නම	ස්ථානය	නම	ස්ථානය
අයසේ ප්‍රාථමික පාසැල	5-1-1 ෆුකයනකා	සෝඑන්ප්‍රාථමික පාසැල	420 කොසොනේ
අයසේ කනිෂ්ඨ උසස් පාසල	2-3-1 ෆුකයා මිනමි	ෂිරොයමා කනිෂ්ඨ උසස් පාසල	2230 හයකාවා
රියෝහොකු කනිෂ්ඨ උසස් පාසල	4-4-1 ෆුකයාකමි	රියෝසෙයි ප්‍රාථමික පාසැල	1-2-1 රියොසෙයි
කිතානොඩයි ප්‍රාථමික පාසැල	9-14-1 ඔකමි	කසුගාඩයි කනිෂ්ඨ උසස් පාසල	393-1 යොසිඔකා
කිතානොඩයි කනිෂ්ඨ උසස් පාසල	1-2-1 තතෙකාවා	ඔවිඅයි ප්‍රාථමික පාසැල	3-10-1 ඔවිඅයි කිතා
තෙන්ඩයි ප්‍රාථමික පාසැල	1-3-1 තෙරඔඩයි	රියෝනන් ප්‍රාථමික පාසැල	1-12-19 කමිටිසුවිඩනා නක
තෙරඔ ප්‍රාථමික පාසැල	1-3-1තෙරඔ මිනමි	ටිසුවිඩනා ප්‍රාථමික පාසැල	6-1-1කමිටිසුවිඩනා මිනමි
රියෝහොකු ප්‍රාථමික පාසැල	3-10-1 තෙරඔ හොන්චෝ		

- භූමිකම්පා වැනි ව්‍යසනයන් සිදු වූ පසු ප්‍රාථමික ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ මධ්‍යස්ථානය විවෘත කෙරේ.
- ආරක්ෂාකාරී ඉවත් වීම් යනු ව්‍යසන අවදානමක් ඇති ස්ථානයකින් ආරක්ෂිත ස්ථානයකට පලා යාමයි. ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ මධ්‍යස්ථාන පමණක් නොව, ඔබේම නිවසේ පළමු මහල හෝ ඥාතීන්ගේ සහ හිතෛෂීන්ගේ නිවාස වැනි සිය ආරක්ෂාව සුරක්ෂිතව තබා ගත හැකි ස්ථාන නිශ්චය කර ගැනීමට ඔබ පුරුදු විය යුතුය.



5　防災

5-3 地震が起きたら

地震が起きたら、まずは落ち着いて行動しましょう。



①ゆれているとき
・テーブルの下などに入って身を守ります。
②ゆれが止まったら
・コンロの火を消す。
・扉や窓を開けて、逃げる道をつくります。
③家の倒壊などで、自宅で生活できなくなったら、一時的に「一次避難所」などで避難生活を送ります。
・避難所は市内の小中学校の体育館などです。
・**自宅近くの避難所に避難してください。**
・自宅から避難するときは、火事などを防ぐため、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落とします。
④危険がなくなったら、自宅に戻ります。

一次避難所（小中学校体育館など）

名称	所在地	名称	所在地
綾瀬小学校	深谷中 5-1-1	早園小学校	小園 420
綾瀬中学校	深谷南 2-3-1	城山中学校	早川 2230
綾北中学校	深谷上 4-4-1	綾西小学校	綾西 1-2-1
北の台小学校	大上 9-14-1	春日台中学校	吉岡 393-1
北の台中学校	蓼川 1-2-1	落合小学校	落合北 3-10-1
天台小学校	寺尾台 1-3-1	綾南小学校	上土棚中 1-12-19
寺尾小学校	寺尾南 1-3-1	土棚小学校	上土棚南 6-1-1
綾北小学校	寺尾本町 3-10-1		

・一次避難所は地震などの災害の発生後に開設されます。
・避難とは、災害の危険がある所から安全な場所へ逃げることです。避難所だけでなく、自宅の２階や、親族・知人の家など、自分の身を守ることができる場所を日ごろから確認しておきましょう。



5. ආපදා වැළැක්වීම

5-4 ටයිෆූ සුළි කුණාටුවක් හෝ තද වැස්සක් ඇති වූ විට

(1) රූපවාහිනියේ සහ අනෙකුත් මාධ්‍යවල නවතම කාලගුණ තොරතුරු යාවත්කාලීන කිරීම් නිශ්චය කරන්න.

- ජල මට්ටම ඉහළ ගොස් ඇති ගංගා සහ බැම්ම ආසන්නයට යමෙන් වල කින්න.
- තද වැසි හෝ තද සුළං ඇති විටක, පිටතට නොගොස්, තම නිවස වැනි ආරක්ෂිත ගොඩනැගිල්ලක රැඳී සිටීමු.

(2) පළාත් පාලන ආයතනය "ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ නියෝගයක් දීම" හෝ තම නිවස අනාරක්ෂිත යැයි සිතන විටක, ඉතාමත් සැලකිලිමත්ව "සුළං සහ ගංවතුර ව්‍යසන වලදී ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ මධ්‍යස්ථානය" වැනි පහසුකම් ස්ථාන වෙත ගමන් කරමු.

- සුළං හෝ ගංවතුරව්‍යසන සිදුවුවහොත්, ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ මධ්‍යස්ථාන නගරය තුළ ප්‍රජා මධ්‍යස්ථාන සහ ඒ හා සමාන ස්ථානවල පිහිටා ඇත.
- **තම නිවස අසල ඇති ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ මධ්‍යස්ථාන වෙත ආරක්ෂිතව ඉවත් වන්න.**
- ඔබේ නිවස වෙතින් ආරක්ෂාකාරී ඉවත් වීමේදී, ගින්න සහ අනෙකුත් උපද්‍රව වළක්වා ගැනීම සඳහා ප්‍රධාන ගෑස් කපාටය ක්‍රියා විරහිත කර ප්‍රධාන පරිපථ බ්‍රේකරය ක්‍රියා විරහිත කරන්න.



(3) අනතුර පහව ගිය පසු, මම නැවත නිවසට පැමිණීම සිදු කරයි.

සුළං සහ ගංවතුර ව්‍යසන අවස්ථාවන්හිදී ආරක්ෂාකාරී ඉවත් වීම් ස්ථාන (ප්‍රජා මධ්‍යස්ථාන ආදිය)

නම	ස්ථානය	නම	ස්ථානය
ඔවිඅයි ප්‍රජා මධ්‍යස්ථානය	6-1-46 ඔවිඅයි මිනම්	යයොෂියෝකා ප්‍රජා මධ්‍යස්ථානය	2316-10 යොෂියෝකා
නකමුරා ප්‍රජා මධ්‍යස්ථානය	5-23-35ෆුකයා නක	රියෝසෙයි ප්‍රජා මධ්‍යස්ථානය	2-11-14 රියෝසෙයි
තතෙකාවා ප්‍රජා මධ්‍යස්ථානය	2-11-33 තතෙකාවා	කමිටිසුවිඩනා ප්‍රජා මධ්‍යස්ථානය	4-7-47 කමිටිසුවිඩනා කිතා
ඔගමි ප්‍රජා මධ්‍යස්ථානය	5-9-41 ඔගමි	වැඩිහිටි සුභසාධන මධ්‍යස්ථානය	1-3-1ෆුකයා නක
තෙරඔ ප්‍රජා මධ්‍යස්ථානය	2-3-16 තෙරඔ මිනමි	තෙරඔ ළමා මධ්‍යස්ථානය	2-2-1 තෙරඔ කිතා
තෙරඔ රියෝහොකු ප්‍රජා මධ්‍යස්ථානය	2-7-3 තෙරඔ හොන්වෝ	නම්බු ෆුරෙඅයි ශාලාව	1-5-10 කමිටිසුවිඩනා මිනමි
තෙරඔ තෙන්ඩයි ප්‍රජා මධ්‍යස්ථානය	1-12-15 තෙරඔඩයි	ශිරෝයාමා කනිෂ්ඨ උසස් පාසලේ සටන් කලා ශාලාව	2230 හයකාවා
කොසොනෝ ප්‍රජා මධ්‍යස්ථානය	398-1 කොසොනෝ		

- සුළං සහ ගංවතුර ව්‍යසන අවස්ථාවන්හිදී ආරක්ෂාකාරී ඉවත් වීම් ස්ථාන, ව්‍යසනයට පෙර විවෘත කරනු ලබන්නේ, පූර්ව-හංග ඉවත් කිරීමේ අරමුණ සඳහා ය.
- ආරක්ෂාකාරී ඉවත් වීම් යනු ව්‍යසන අවදානමක් ඇති ස්ථානයකින් ආරක්ෂිත ස්ථානයකට පලා යාමයි. ආරක්ෂාකාරී ඉවත් කිරීමේ මධ්‍යස්ථාන පමණක් නොව, ඔබේම නිවසේ පළමු මහල හෝ ඥාතීන්ගේ සහ හිතෛෂීන්ගේ නිවාස වැනි සිය ආරක්ෂාව සුරක්ෂිතව තබා ගත හැකි ස්ථාන නිශ්චය කර ගැනීමට ඔබ පුරුදු විය යුතුය.

５　防災

5-4 台風や大雨がきたら

①テレビなどで常に新しい気象情報を確認してください。
・水の多くなった川やがけには近づかないようにしましょう。
・雨や風が強いときには、外に出ないで、家などの安全な建物にいましょう。
②市から「避難指示」などが出たときや、家が危険なときは、十分注意して「風水害時避難所」などに行きましょう。
・風水害時避難所は市内の自治会館などです。
・**自宅近くの避難所に避難してください。**
・自宅から避難するときは、火事などを防ぐため、ガスの元栓を閉め、電気のブレーカーを落とします。
③危険がなくなったら、自宅に戻ります。



風水害時避難所（自治会館など）

名称	所在地	名称	所在地
落合自治会館	落合南 6-1-46	吉岡自治会館	吉岡 2316-10
中村自治会館	深谷中 5-23-35	綾西自治会館	綾西 2-11-14
蓼川自治会館	蓼川 2-11-33	上土棚自治会館	上土棚北 4-7-47
大上自治会館	大上 5-9-41	高齢者福祉会館	深谷中 1-3-1
寺尾南自治会館	寺尾南 2-3-16	寺尾児童館	寺尾北 2-2-1
寺尾綾北自治会館	寺尾本町 2-7-3	南部ふれあい会館	上土棚南 1-5-10
寺尾天台自治会館	寺尾台 1-12-15	城山中学校武道場	早川 2230
小園自治会館	小園 398-1		

・風水害時避難所は事前避難のため、災害発生前に開設されます。
・避難とは、災害の危険がある所から安全な場所へ逃げることです。避難所だけでなく、自宅の２階や、親族・知人の家など、自分の身を守ることができる場所を日ごろから確認しておきましょう。

භාෂාවලින් ඉගෙනීම

6. ජපන් භාෂාව අධ්‍යනය

6-1 ජපන් භාෂාව අධ්‍යනය පිළිබඳ උපදෙස්

◆ කනගාවා ජාත්‍යන්තර හුවමාරු සංස්ථාපිත පදනම විසින් ක්‍රියාත්මක කරනු ලබන වෙබ් අඩවියකි.
"කනගාවා ද නිහොන්ගෝ" වෙබ් අඩවියෙන්, ඔබට ප්‍රාන්තය තුළ ඇති ජපන් භාෂා පාසල් සෙවිය හැකිය.
ජපන් භාෂාව අධයනයටට ප්‍රයෝජනවත් වෙබ් අඩවි සහ අනෙකුත් සම්පත් ද අපි හඳුන්වා දෙන්නෙමු.

- පරිවර්තනභාෂා: ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම, පෘතුගීසි, චීන, ස්පාඤ්ඤ, කොරියානු

◆ කනගාවා ප්‍රාන්තයේ “කනගාවා බහුභාෂා සහාය මධ්‍යස්ථානය” හිදී, ඔබට දුරකථනයෙන් ජපන් භාෂාව ඉගෙන ගැනීම පිළිබඳ උපදෙස් ලබා ගත හැකිය.

- දුරකථන අංකය: **045-316-2770**
- සහාය දක්වන භාෂා: ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම, පෘතුගීසි, ස්පාඤ්ඤ, චීන, ටගාලොග්, කොරියානු, තායි, ඉන්දුනීසියානු, ආදිය.
-
- විවෘත වේලාවන්: සතියේ දිනවල පෙ.ව. 9.00 සිට ප.ව. 12.00 දක්වා, ප.ව. 1.00 සිට ප.ව. 5.15 දක්වා (රජයේ නිවාඩු දින හැර)

නගර සභාවේ බහුභාෂා තොරතුරු

7. නගර සභාවේ බහුභාෂා තොරතුරු

7-1 බහුභාෂා තොරතුරු සඟරාව "අයසේ ටුඩේ"

විදේශීය පුරවැසියන්ට නගර සභාව විසින් නිවේදන සහ දෛනික ජීවිතය පිළිබඳ තොරතුරු සැපයීම වසරකට තුන් වරක් සිදු කරනු ලබයි.
ඔබට එය මාර්ගගතව ද නැරඹිය හැකිය.

- පරිවර්තන භාෂා: ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම, පෘතුගීසි, ලාඕ, චීන, ස්පාඤ්ඤ, ටගාලොග්, කොරියානු, තායි, කමේරු

7-2 බහුභාෂා සංස්කරණය "අයාසේ මහජන සම්බන්ධතා"

ඔබට නාගරිකය විසින් මසකට දෙවරක් ප්‍රකාශයට පත් කරනු ලබන "අයාසේ මහජන සම්බන්ධතා" ඔබේ පරිගණකයෙන්, ස්මාර්ට් ජංගම දුරකතනයෙන් හෝ ටැබ්ලටයෙන් නැරඹිය හැකිය.

- පරිවර්තනය කරන ලද භාෂා: ඉංග්‍රීසි, වියට්නාම, පෘතුගීසි, ලාඕ, චීන, ස්පාඤ්ඤ, කමේරු, ටගාලොග් (පිලිපීන), කොරියානු, තායි, සිංහල, දෙමළ

6　日本語学習

6-1 日本語の学習の相談

◆公益財団法人かながわ国際交流財団が運営するサイト「かながわでにほんご」では、県内にある日本語教室を探すことができます。
日本語の勉強に役立つウェブサイトなども紹介しています。

・翻訳言語　英語、ベトナム語、ポルトガル語、中国語、スペイン語、韓国語

◆神奈川県の「多言語支援センターかながわ」では、電話で日本語の学習の相談などができます。

・電話番号　０４５-３１６-２７７０

・対応言語　英語、ベトナム語、ポルトガル語、スペイン語、中国語、タガログ語、韓国語、タイ語、インドネシア語など

・対応時間　平日　9 時～12 時、13 時～17 時 15 分（祝日除く）

7　市役所の多言語情報

7-1 多言語情報誌「あやせトゥデイ」

外国人市民に市役所からのお知らせや暮らしの情報を伝えるため、年３回発行しています。
インターネットでも見ることができます。

・翻訳言語　英語、ベトナム語、ポルトガル語、ラオス語、中国語、スペイン語、タガログ語、韓国語、タイ語

7-2 多言語版「広報あやせ」

市が毎月２回発行している「広報あやせ」をパソコン、スマートフォン、タブレットなどで閲覧できます。

・翻訳言語　英語、ベトナム語、ポルトガル語、ラオス語、中国語、スペイン語、クメール語、タガログ語（フィリピン語）、韓国語、タイ語、シンハラ語、タミル語

MEMO

MEMO

අයසේ පිළිගැනීමේ පැකේජය
විදේශීය පුරවැසියන් සඳහා වන
දෛනික ජීවන මාර්ගෝපදේශ

නිකුත් කළ දිනය: 2026 අගෝස්තු
ප්‍රකාශනය කළේ: අයසේ නගර පුරවැසි ක්‍රියාකාරකම් ප්‍රවර්ධන අංශය 550 හයාකාවා,
අයසේ නගරය, කනගාවා ප්‍රාන්තය 252-1192
දුරකථන: 0467-70-5657 (ජපන් භාෂාව)
දුරකථන: 0467-70-5682 (විදේශ භාෂා)

あやせウェルカムパック
外国人市民のための生活ガイド

発行日　2026 年 8 月
発行　綾瀬市市民活動推進課
〒252－1192 神奈川県綾瀬市早川 550 番地
電話　0467－70－5657（日本語）
0467－70－5682（外国語）

භූමිකම්පා නිසා හට ගන්නා වූ ගිනි වැළැක්වීම සඳහා ලකුණු 15

භූමිකම්පා නිසා හට ගන්නා වූ ගිනි වැළැක්වීම සඳහා, ගෘහ භාණ්ඩ ඇලව පෙරලීයාම වැළැක්වීම සහ ගින්න භාවිතා කරන උපාංගවල ආරක්ෂිත උපාංගයක් ඇති බව සහතික කිරීමෙන් ගිනි වැළැක්වීමේ පියවර ගැනීම වැදගත් වේ.

මෙයට අමතරව, ගෘහස්ත ගිනි අනතුරු ඇඟවීම් සහ ගිනි නිවන උපකරණ, එයරොසෝල් වර්ගයේ ගිනි නිවන උපකරණ සහ කල් ඇතිව හඳුනා ගැනීම සහ ප්‍රථමාධාර ලබා දීම සඳහා වෙනත් උපකරණ තිබීම වැදගත් වේ.

ආපදා අභ්‍යාස පැවැත්වීම සහ ස්වේච්ඡා ගිනි නිවන සංවිධානවලට සහභාගී වීම වැනි ප්‍රජා ගිනි වැළැක්වීමේ පියවර ගැනීම ද වැදගත් වේ.

භූමිකම්පා නිසා ඇතිවන ගිනි වැළැක්වීමට පියවර ගැනීමේදී, පහත කරුණු 15 වෙත යොමු වන්න.

○ පූර්ව පියවර

1. තම නිවස භූමිකම්පා-ප්‍රතිරෝධී වන බවට සහතික කර ගන්න.
2. තම නිවසේ ගෘහ භාණ්ඩ ආදිය ඇලව පෙරලීයාම වැළැක්වීම සුරක්ෂිත කරන්න.
3. භූ කම්පන බ්‍රේකරයක් සවි කරන්න.
4. තාපක සහ ඒ හා සමාන උපාංග ආසන්න ස්ථාන පිරිසිදුව හා ගිණි දැල්වන ද්‍රව්‍ය වලින් ඈත් කර තබන්න.
5. නිවසේ ගිනි නිවන උපකරණයක් ස්ථාපනය කර එය භාවිතා කරන ආකාරය නිශ්චය කරන්න.
6. ඔබේ නිවසේ ගිනි අනතුරු ඇඟවීම් උපකරණ ස්ථාපනය කරන්න (අන්තර් සම්බන්ධිත නේවාසික ගිනි අනතුරු ඇඟවීම් හෝ අමතර විශේෂාංග සහිත සමාන උපාංග).
7. භූමිකම්පාවකින් පසු වහාම ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග (8~10) ඔබේ නිවසට ඇතුළු වන ස්ථානයේ පළ කර තබන්න, එවිට ඒවා ආරක්ෂිත ඉවත්වීමකදීපරීක්ෂා කළ හැකිය.

○ භූමිකම්පාවකින් පසු වහාම ගත යුතු ක්‍රියාමාර්ග
8. විදුලිය විසන්ධි වී ඇත්නම්, සියලුම විදුලි උපාංග ක්‍රියා විරහිත කර ඒවා විසන්ධි කරන්න.
9. භූමිතෙල් තාපක සහ විදුලි පංකා තාපක වටා කාන්දුවීම් තිබේදැයි පරීක්ෂා කරන්න.
10. ආරක්ෂිත ඉවත්වීමටපෙර, බ්‍රේකරය ක්‍රියා විරහිත කරන්න.

○ භූමිකම්පාව සිදු වී ටික කලකට පසු (විදුලිය/ගෑස් ප්‍රතිසංස්කරණය කිරීමෙන් හෝ නිවසට පැමිණීමෙන් පසු)
11. ගෑස්, විදුලි හෝ භූමිතෙල් උපාංග භාවිතය නැවත ආරම්භ කරන විට, හානි වීම්ඇත්දැයි පරීක්ෂා කර, දැවෙන ද්‍රව්‍ය අසල නොමැති බවට වග බලා ගන්න.
12. විදුලි භාවිතය නැවත ආරම්භ කිරීමෙන් පසු, විදුලි උපාංගවල අසාමාන්‍යතා (දුම, ගන්ධය) සම්බන්ධයෙන් විමසිලිමත් වන්න.

○ අනෙකුත් දෛනික පියවර
13. භූමිකම්පා නිසා ඇතිවන ගින්න ඔබේ ප්‍රදේශයට ඇති කළ හැකි බලපෑම තේරුම් ගන්න.
14. ගිනි නිවන දෙපාර්තමේන්තුවට හෝ ස්වේච්ඡා ගිනි නිවන සංවිධානවලට සහභාගී වන්න.
15. ප්‍රාදේශීය ආපදා අභ්‍යාසවලට සහභාගී වී ගින්නක් ඇති වුවහොත් ප්‍රතිචාර දක්වන්නේ කෙසේදැයි දැන ගන්න.

≪地震火災を防ぐ１５のポイント≫

地震火災を防ぐためには、家具等の転倒防止や安全装置等を備えた火気器具の普及等を推進するなどの出火防止対策に加え、住宅用火災警報器、住宅用消火器、エアゾール式簡易消火具などの設置といった火災の早期覚知・初期消火対策、さらには地域の防災訓練や自主防災組織への参加など、地域ぐるみの防火対策を推進することが重要です。これらの地震火災対策を推進するに当たっては、次の「地震火災を防ぐ 15 のポイント」を参考にしてください。

〇事前の対策
1. 住まいの耐震性を確保する
2. 家具等の転防止対策（固定）を行う
3. 感震ブレーカーを設置する
4. ストーブ等の暖房機器の周辺は整理整頓し、可燃物を近くに置かない
5. 住宅用消火器等を設置し、使用方法について確認する
6. 住宅用火災警報器（連動型住宅用火災警報器などの付加的な機能を併せ持つ機器）を設置する
7. 地震直後の行動（8～10）について平時から玄関等に表示し、避難時に確認できるようにする

〇地震直後の行動
8. 停電中は電化製品のスイッチを切るとともに、電源プラグをコンセントから抜く
9. 石油ストーブやファンヒーターからの油漏れの有無を確認する
10. 避難するときはブレーカーを落とす

〇地震からしばらくして（電気やガスの復旧、避難からもどったら）
11. ガス機器、電化製品及び石油器具の使用を再開するときは、機器に破損がないこと、近くに燃えやすいものがないことを確認する
12. 再通電後は、しばらく電化製品に異常（煙、におい）がないか注意を払う

〇その他日頃からの対策
13. 自分の地域での地震火災による影響を把握する
14. 消防団や自主防災組織等へ参加する
15. 地域の防災訓練へ参加するなどし、発災時の対応要領の習熟を図る