

# Подготовились ли вы к катастрофам?

## さいがい そな だいじょうぶ 災害への備えは大丈夫?

Заранее упакуйте и храните в сумке вещи которые нужно взять с собой, когда вы будете эвакуироваться "убегая".

ひなん に も だ  
避難する<逃げる>ときに、すぐに持ち出すものをバックにまとめておきましょう。

① 水 (1人1リットル)  
② 食べもの (缶詰、チョコレート、ビスケットなど)  
③ 携帯ラジオ、モバイル/バッテリー、乾電池  
④ 下着、靴下  
⑤ タオル  
⑥ ライター (マッチ)  
⑦ ビニール袋  
⑧ 手袋  
⑨ 雨具 (傘、レインコート)  
⑩ 現金、通帳、印鑑  
⑪ パスポート、在留カード、保険証  
⑫ 家族や友達など連絡先のメモ  
⑬ ライト ※両手が使えるヘッドライトが便利  
⑭ 救急セット  
⑮ 常備薬  
⑯ 歯ブラシ、口腔用ウェットティッシュ (水がない時に便利)  
⑰ 生理用品

Человек с грудным ребёнком  
① Молочная смесь  
② Бутылка для молока  
③ Подгузники, салфетки

- ① Вода (1 литр на человека)
- ② Продукты питания (консервы, шоколад, печенье и т.д.)
- ③ Портативное радио, мобильная батарея, батарейки
- ④ Нижнее белье, носки
- ⑤ Полотенце
- ⑥ Зажигалка (спички)
- ⑦ Полиэтиленовые пакеты
- ⑧ Перчатки
- ⑨ На случай дождя (зонтик, плащ)
- ⑩ Наличные, сберегательная книжка, печать
- ⑪ Паспорт, карточка резидента, карточка медицинского страхования
- ⑫ Контакты семьи и друзей
- ⑬ Фонарик \*удобны в использовании фонарики на голову, которые дают возможность пользоваться двумя руками
- ⑭ Аптечка первой помощи
- ⑮ Стандартный набор лекарств
- ⑯ Зубная щетка, влажные салфетки для полости рта (удобно, когда нет воды)
- ⑰ Санитарно-гигиенические изделия

Когда происходит бедствие, водоснабжение останавливается, и пищу становится трудно достать. Запаситесь водой и едой примерно на 3 дня – 1 неделю. (Например, вода, 2-3 литра ×на количество членов семьи ×1 неделю).

さいがい ひつよう たてはい  
災害がおきたときは、水が止まり、食べものが手に入りにくくなります。  
いえ いえ みず た か しゅうかん  
家に水や食べものを3日~1週間くらいおいておきましょう。(のみ水は、2~3  
リットル×家族人数分×1週間分)



### Проверьте расположение ближайшего эвакуационного центра, места "куда сбежать".

ちか ひなんじょ に ばしょ かくにん  
近くの避難所<逃げるところ>の場所を確認しておきましょう。

В эвакуационном пункте можно будет получить воду и еду. Вы сможете получить необходимую информацию.

ひなんじょ みず た ひつよう じょうほう し  
避難所では、水、食べものをもらうことができます。必要な情報を知ることができます。



**INFO KANAGAWA** (Лёгкий японский) (やさしい日本語) → [www.kifjp.org/infokanagawa](http://www.kifjp.org/infokanagawa)

В дополнение к информации, необходимой в случае стихийного бедствия, мы сообщим вам информацию о повседневной жизни по электронной почте. Необходима регистрация.

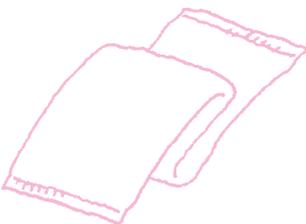
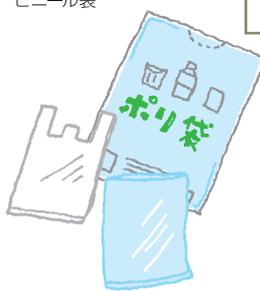
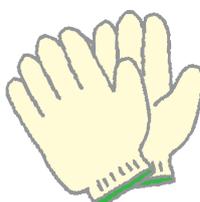
さいがい ひつよう じょうほう せいかつじょうほう し どうろく ひつよう  
災害のときに必要な情報のほか、生活情報をメールでお知らせします。登録が必要です。



# Контрольный список готовности к стихийным бедствиям

## さいがい 災害への備え チェックリスト



<p>① Вода (1 литр на человека) 水 (1人1リットル)</p> <input type="checkbox"/> 	<p>② Продукты питания (консервы, шоколад, печенье и т.д.) 食べ物 (缶詰, チョコレート, ビスケットなど)</p> <input type="checkbox"/> 	<p>③ Портативное радио, мобильная батарея, батарейки 携帯ラジオ、 モバイルバッテリー、乾電池</p> <input type="checkbox"/> 	<p>④ Нижнее белье, носки 下着、靴下</p> <input type="checkbox"/> 
<p>⑤ Полотенце タオル</p> <input type="checkbox"/> 	<p>⑥ Зажигалка (спички) ライター (マッチ)</p> <input type="checkbox"/> 	<p>⑦ Полиэтиленовые пакеты ビニール袋</p> <input type="checkbox"/> 	<p>⑧ Перчатки 手袋</p> <input type="checkbox"/> 
<p>⑨ На случай дождя (зонтик, плащ) 雨具 (傘、レインコート)</p> <input type="checkbox"/> 	<p>⑩ Наличные, сберегательная книжка, печать 現金、通帳、印鑑</p> <input type="checkbox"/> 	<p>⑪ Паспорт, карточка резидента, карточка медицинского страхования パスポート、在留カード、保険証</p> <input type="checkbox"/> 	<p>⑫ Контакты семьи и друзей 家族や友達など連絡先のメモ</p> <input type="checkbox"/> 
<p>⑬ Фонарик *удобны в использовании фонарики на голову, которые дают возможность пользоваться двумя руками ライト ※両手が使えるヘッドライトが便利</p> <input type="checkbox"/> 	<p>⑭ Аптечка первой помощи 救急セット</p> <input type="checkbox"/> 	<p>⑮ Стандартный набор лекарств 常備薬</p> <input type="checkbox"/> 	<p>⑯ Зубная щетка, влажные салфетки для полости рта (удобно, когда нет воды) 歯ブラシ、口腔用ウェットティッシュ (水がない時に便利)</p> <input type="checkbox"/> 
<p>⑰ Санитарно-гигиенические изделия 生理用品</p> <input type="checkbox"/> 			
<p>Человек с грудным ребёнком / 赤ちゃんがいる人</p>			
<p>① Молочная смесь 粉ミルク</p> <input type="checkbox"/> 	<p>② Бутылка для молока ほ乳ビン</p> <input type="checkbox"/> 	<p>③ Подгузники, салфетки おむつ、おしりふき</p> <input type="checkbox"/> 	

Запишите всё, что, по вашему мнению, вам нужно. ....

ほかに必要と思うものがあれば書いておきましょう。 ....

