

よこはまし 横浜市での 暮らし案内

24h 緊急通報

110 警察
*日本語対応のみ

119 消防・救急
*英語対応可

KOBAN 交番

交番には警察官が常駐しています。
落とし物をした時、道に迷った時、
子どもが迷子などの場合に助けられます。

交通

自転車のルール

自転車は決められた場所（駐輪場）にのみ停められます。危険運転をした場合は、講習の受講を命じられたり、罰金の支払いを請求されたりします。自転車の乗り入れを禁止している公園もあります。

自転車の乗り方

支払いは、現金（小銭・1000円札）、SUICA、PASMOなどで、乗車の時にします。

ごみ

家庭ごみ

ごみは分別をして、指定された場所に、指定日の朝8時までに出してください。

粗大ごみ

電話がホームページから申し込みをしてください。申し込みをすると、収集日と手数料を教えてください。手数料はコンビニエンスストアで支払いをすると、ステッカーが渡されますので、捨てるゴミに貼ってください。
*電話 0570-200-530、045-330-3953（英語対応可）

防災

地震の時

1. 低い姿勢をとる 2. 頭を守る
3. 揺れが止まるまでは動かない

準備しておくもの

飲料水 ひとり 1人 3ℓ / 日 x 3日分
食べ物 3日分
簡易トイレ ひとり 5回分 / 日 x 3日分

避難時の持ち物

パスポート・在留カード・健康保険証・お金・通帳・印鑑・水/食べ物・薬・おくすり手帳・衣類/下着・懐中電灯・ライター・電池・ラジオ

避難場所

災害が発生して、家にいると危険な場合には、状況に合わせて公園や避難場所へ避難してください。（広域避難場所/地域防災拠点）
*近所の人と仲良くなりましょう。災害のとき、助け合えます。

災害時の家族への連絡

地震などの災害が発生すると、電話で通話することが出来なくなる可能性があります。家族と事前に連絡方法や、会う場所などについて話し合っておきましょう。
災害時でもソーシャルメディアを利用して連絡を取りあうことは可能でしょう。

Web 171

Web171はインターネットを利用して被災地の方の安否確認を行う伝言板です。
被災地域（避難所等含む）の住居者がインターネットを経由して災害伝言板（web171）にアクセスし、電話番号をキーとして伝言情報（テキスト）を登録できます。
災害発生に備えて、体験利用をすることをおすすめします。
英語、中国語、韓国語で利用できます。

外国語の災害情報

日本語以外での災害情報は、以下のWEBサイトで公開しています。

KIF Kanagawa International Foundation
<http://www.kifjp.org/disaster/>

YOKE Yokohama Association for International Communications and Exchanges
<http://www.yokeweb.com/saigai>

病気やケガの時

健康保険

日本の住民は皆、健康保険に加入するになっています。
会社を通して加入するか、区役所で加入手続きをしてください。
病院に行く時は「健康保険証」を持って行ってください。

救急医療機関

休日や夜間の急病の際は、別添の救急医療機関リストをご参照ください。

電車・バス

→ 大声での会話はご遠慮ください
→ 携帯電話の使用はご遠慮ください
→ 飲食はご遠慮ください
→ 車内は禁煙です

外出先

→ ゴミは家まで持ち帰ってください
→ 外に出るときはマスクをつけてください
→ 歩きながらタバコを吸わないでください

家

→ 特に夜8時を過ぎたら、静かに過ごすようにしてください（音楽、電話の声、テレビなど）
→ 他人の家に入るときは靴を脱いでください

トイレ

トイレットペーパーしか流せません

自転車

鍵をかけて、駐輪場に停めましょう

困った時の相談

横浜市国際交流協会
住所：横浜市西区みなとみらい1-1-1
パシフィコ横浜 横浜国際協協センター5階
電話：045-222-1209 英語・ウクライナ語
時間：月曜日～金曜日 午前10時から午後4時30分

Інформація для проживаючих в місті Йокогама



Екстрений виклик



110 Поліція
*Тільки японською мовою



119 Пожежна · аварійна служба *доступна англійською мовою



Поліцейська дільниця (пост)

Поліцейські чергують цілодобово. У випадку, якщо ви щось загубили, заблукали або загубилась дитина, зверніться до найближчого відділення поліції.



Транспорт

Вимоги до велосипедистів

Паркуйте велосипед у спеціально відведених для паркування велосипедів місцях. У разі недотримання правил безпечної їзди, накладається покарання у вигляді штрафу та обов'язкове проходження курсу Правил дорожнього руху для велосипедистів. У деяких парках рух на велосипедах заборонено.

Користування міськими автобусами

Вхід через передні двері та вихід через задні. Оплата здійснюється при вході або виході з автобуса готівкою (монети, купюра 1000 єн), або передплатеною картою (е-гроші), яка поповнюється, наприклад: SUICA □ PASMO та ін.



Сміття

Правила викидання сміття

Викидати сміття потрібно попередньо розсортувавши. Зверніть увагу на день, час (до 8 ранку), місце та тип сміття.

Великогабаритне сміття

Зробіть заявку на збір сміття великих габаритів з веб-сторінки центру по переробці сміття за місцем вашого проживання або по телефону. Під час подання заявки вам повідомлять дату збору сміття та суму для оплати. Оплатити необхідно заздалегідь у цілодобовому магазині. Після платежу вам видадуть наліпку, яку необхідно приклеїти на сміття, яке викидаєте. тел.: 0570-200-530 · 045-330-3953 (доступна англійською мовою)



У разі стихійного лихалих

Землетрус

- 1, Прийміть низьку позу (сховайтесь під стіл)
- 2, Захистіть голову
- 3, Дочекайтеся закінчення сильних поштовхів

Підготовка заздалегідь

- Питна вода 3 л і три на 1 особу на добу (× 3 дні)
- Харчування (× 3 дні)
- Туалет (портативний), в розрахунок на 1 особу 5 раз і в на добу (× 3 дні)

Підготовка речей, необхідних в екстрених випадках

• паспорт · посвідка на проживання / картка резидента · медична страховка · гроші · банківська книжка · особиста печатка · вода / харчування · аптечка першої допомоги · ліки, які постійно вживаєте · особиста книжка ліків · одяг / нижня білизна · ліхтарик · запальничка · електро-батарея · радіоприймач

Місце евакуації

У разі стихійного лиха, якщо перебування в будинку стає небезпечним - необхідно евакуюватися в безпечне місце, до парку або місця евакуації відповідно до ситуації. (· визначена для евакуації широка ділянка / парк, будівля, місце, де можна жити протягом певного періоду часу). *Допомагайте один одному.



Зв'язок під час стихійного лиха

У разі стихійного лиха, як землетрус, зв'язок по телефону може бути ускладненим, але зв'язок за допомогою соціальних мереж можливий. Домовтеся заздалегідь з членами сім'ї за способи зв'язку, місце збору сім'ї.

Web 171

Web 171 – це телефонна служба, дошка повідомлень у разі стихійного лиха. Мешканці в зоні лиха (включаючи евакуаційні укриття) можуть отримати доступ до дошки повідомлень (web171) через Інтернет, зареєструвавши інформацію (текст) повідомлення, використовуючи номер телефону як ключ. Рекомендуємо вам скористатися послугою у разі стихійного лиха. *Доступна англійською, китайською та корейською мовами.



Інформація про стихійні лиха

KIF

Міжнародний фонд префектури Канагава (KIF)
<http://www.kifjp.org/disaster/>

YOKE

Асоціація міжнародного обміну та комунікацій (YOKE), м. Йокогама
<http://www.yokeweb.com/saigai>

Крім японської мови, інформація про стихійні лиха доступна іншими мовами на наступних веб-сайтах



У разі захворювання чи травми

Медичне страхування

Усі мешканці Японії мають оформити медичну страховку. Зареєструйтесь в системі національного медичного страхування у місцевому муніципалітеті. Якщо ви працюєте, за певних умов, Ваш працедавець повинен оформити Вас у системі соціального медичного страхування. Візьміть з собою медичну страховку під час відвідування медичного закладу.

Екстрена медична допомога

За інформацією про звернення за допомогою у вихідні/святкові дні або у нічний час дивіться додаток переліку закладів екстреної медичної допомоги.



Громадський транспорт

- У поїзді чи автобусі утримуйтеся від гучних розмов та не слухайте музику на мобільному телефоні без використання навушників
- У громадському транспорті утримуйтеся від розмов по мобільному телефону, та налаштуйте його на прийом дзвінків у беззвучному режимі
- У громадському транспорті вживати їжу та напої заборонено
- У громадському транспорті палити цигарки заборонено



На вулиці

- Не залишайте сміття на вулиці, забирайте його з собою
- Виходячи на вулицю, будь ласка, одягайте маску
- Паління дозволяється тільки у спеціально відведених для цього місцях



Будинки

- Дотримуйтеся «режиму тиші» після 20:00 (Це стосується музики, телевізора, розмови по телефону тощо)
- В будинках прийнято роззуватися або перевзуватися



У туалеті

Змивати можна лише туалетний папір



Велосипед

Закривайте на ключ та залишайте у відведених для паркування велосипедів місцях



Консультація у разі важкої життєвої ситуації

Асоціація міжнародного обміну та комунікацій, м. Йокогама
Адреса: Yokohama, Nishi-ku Minatomirai 1-1-1,
Pacific Yokohama International Organization Center (5 поверх),
тел.: 045-222-1209 (англійською / українська)
Часи роботи: понеділок – п'ятниця, з 10:00 до 16:30



きゅうじつ やかん びょうき とき
休日や夜間に病気になった時

Перелік закладів екстреної медичної допомоги

<p>よこはまし やかんきゅうびょう 横浜市夜間急病センター Yokohamashi Yakan Kyubyo Sentaa</p> <p>じゅうしよ よこはまし なかく さくらぎちよう 住所：横浜市中央区桜木町 1-1 よこはまし けんこうふくし そうごう 横浜市健康福祉総合センター 1 階・2 階</p> <p>でんわ 電話：045-212-3535</p> <p>じかん 時間：毎日 午後 8 時から午前 1 2 時</p>	<p>Нічний екстрений центр швидкої медичної допомоги:</p> <p>Адреса: Yokohama, Naka-ku Sakuragicho 1-1 Yokohama City Health and Welfare Center 1й, 2й поверх тел. : 045-212-3535 Часи роботи : щодня з 20:00 до 24:00</p>
<p>よこはまし ほくぶ やかんきゅうびょう 横浜市北部夜間急病センター Yokohamashi Hokubu Yakan Kyubyo Sentaa</p> <p>じゅうしよ よこはまし つづきくうしく ほにし 住所：横浜市都筑区牛久保西 1-23-4</p> <p>でんわ 電話：045-911-0088</p> <p>じかん 時間：毎日 午後 8 時から午前 1 2 時</p>	<p>Нічний екстрений центр швидкої медичної допомоги:</p> <p>Адреса : Yokohama, Tsuzuki-ku Ushikubonishi 1-23-4 тел. : 045-911-0088 Часи роботи : щодня з 20:00 до 24:00</p>
<p>よこはまし なんせいぶ やかんきゅうびょう 横浜市南西部夜間急病センター Yokohamashi Nanseibu Yakan Kyubyo Sentaa</p> <p>じゅうしよ よこはまし いづみく いずみちうきた 住所：横浜市泉区和泉中央北 5-1-5</p> <p>でんわ ばんごう 電話番号：045-806-0921</p> <p>じかん 時間：毎日 午後 8 時から午前 1 2 時</p>	<p>Нічний екстрений центр швидкої медичної допомоги:</p> <p>Адреса : Yokohama, Izumi-ku Izumichuokita 5-1-5 тел. : 045-806-0921 Часи роботи : щодня з 20:00 до 24:00</p>
<p>よこはまし ししかほけんいりょう 横浜市歯科保健医療センター Yokohamashi Shikahoken Iryo Sentaa</p> <p>じゅうしよ よこはまし なかく あいおうちよう ちようめ 住所：横浜市中区相生町 6 丁目 107</p> <p>でんわ 電話：045-201-7737</p> <p>じかん 時間：毎日 午後 7 時から午後 11 時 にちようび しゅくじつ 日曜日 / 祝日 午前 10 時から午後 4 時</p>	<p>Міський стоматологічний центр у м.Иокогама:</p> <p>Адреса : Yokohama, Naka-ku Aioi-cho 6-107 тел. : 045-201-7737 Часи роботи : щодня з 19:00 до 23:00 у неділю та святкові дні з 10:00 до 16:00</p>
<p>でんわ いりょうそうだん こくさい いりょうじょうほう 電話医療相談 A M D A 国際医療情報センター Denwa Iryo Soudan AMDA Kkokusai Iiryo Sentaa</p> <p>でんわ 電話：03-6233-9266 英語可</p> <p>じかん 時間：月曜日～金曜日 午前 10 時から午後 4 時</p>	<p>Консультації лікаря, по телефону:</p> <p>Міжнародний медичний інформаційний центр AMDA тел. : 03-6233-9266 англійською мовою Часи роботи : понеділок~п'ятниця з 10:00 до 16:00</p>

