विदेशी नागरिकको लागि जीवनयापन तथा विपद् रोकथाम सम्बन्धी हाते पुस्तिका

- 外国人(がいこくじん)のための生活(せいかつ)・防災(ぼうさい)ハンドブック -

- 大泉町 -

सुरुवातमा

■はじめに

ようこそ大泉町へ。
Oizumi-machi मा स्वागत छ।

この本は、大泉町に住んでいる外国人の皆さんが、より安心で快適な生活を送れるように作ったものです。この本に書いてあることをよく読んで、日本のルールやマナーについて学びましょう。

यो ब्रोशर यस्तो डिजाइन गरिएको हो कि Oizumi-machi मा बस्ने सबै विदेशीहरूले आरामदायी जीवन बिताउन सक्दछन्। कृपया यस पुस्तिकाको सामग्रीहरू पढ्नुहोस् र जापानी नियम र अभ्यासहरूको ज्ञान समावेश गर्नुहोस्।

【大泉町多文化共生コミュニティセンター】

【ओ-इजुमि-माचि ताबुन्खा क्योउसेइ कम्युनिटि सेन्टर】

ここでは、外国人の皆さんに生活に必要な情報を提供したり、相談を受けたりしています。生活の中で困ったことがあれば、相談に来てください。

यहाँ, परामर्श प्रदान गरिएको छ र सबै विदेशीहरूको जीवनको लागि आवश्यक सबै जानकारी प्रदान गरिएको छ। यदि तपाईंको दैनिक जीवनको बारेमा तपाईंलाई कुनै चिन्ता छ भने, कृपया परामर्श गर्नुहोस्।

場所：群馬県邑楽郡大泉町吉田２０１１－１
時間：８：３０～１８：３０
Tel：０２７６－６２－６０６６

स्थान: Gunma-Ken Oura-Gun Oizumi-Machi Yoshida 2011-1
समय: 8:30 देखि 18:30
Tel: 0276-62-6066

言葉：ポルトガル語の通訳がいます。その他の言葉は翻訳機を使ってお話しします。
भाषा: पुर्तगाली भाषाको दोभासे छन्। अन्य भाषाको लागि अनुवाद मेसिन प्रयोग गरेर कुरा गर्ने छौँ।

विषयसूची

目次

暮らしのマナー編
दैनिक जीवनमा शिष्टाचार

自治会に入りましょう
1 १ सामुदायिक संस्थामा सम्मिलित हुँदै …… (P4)

音
2 आवाज …… (P5)

ごみの出し方
3 फोहर निकाल्ने तरिका …… (P5)

交通ルールやマナー
4 ट्राफिक नियम या आचरण …… (P6)

ペット
5 घरपालुवा जनावर …… (P7)

知っておくと役に立つ制度編
उपयोगी प्रणाली थाहा पाउन

税金
1 कर रकम …… (P8)

子育て・教育
2 बालबच्चा हुर्काउने / शिक्षा …… (P10)

健康保険・年金
3 स्वास्थ्य बिमा / पेन्सन …… (P13)

防災
4 विपद् रोकथाम …… (P15)

暮らしのマナー編
दैनिक जीवनमा शिष्टाचार

■ सबैले सहज रूपमा जीवनयापन गर्नका लागि

■みんなで快適に生活するために

日本で暮らしていくためには、色々なルールやマナーを守る必要があります。外国人の皆さんにとっては、戸惑うことも多いかもしれませんが、町からのお知らせを見たり、近所の人たちや友だちなどに教わりながら、ルールを守るようにしましょう。

जापानमा जीवन निर्वाह गर्नाका निमित्त, विभिन्न नियम होस् या आचरणहरू पालना गर्नुपर्ने हुन्छ। समस्त विदेशी नागरिकमा के गर्ने कसो गर्ने भन्ने धेरै कुरा हुन सक्छन्, सहरले दिने सूचना हेर्ने, छिमेकी वा साथीहरूसँग बुझेर, नियम पालना गर्ने गरौँ।

自治会に入りましょう
1 १ सामुदायिक संस्थामा सम्मिलित हुँदै

自治会は、地域に住む人たちが清掃や防災訓練、住んでいる人たち同士の交流のためのイベントなどを行っている会です。

स्थानीयहरूको सभा भनेको, स्थानीय क्षेत्रमा बस्ने मानिसहरूसँग सरसफाइ होस् या विपद् रोकथाम अभ्यास, बसोबास गरिरहेका मानिसहरू बिच भेटघाट गराउने कार्यक्रम आयोजना गर्ने सभा हो।

近所の人たちが出し合ったお金で活動しています。

छरछिमेक सबै मिलेर पैसा जोहो गरी यस्ता गतिविधि सञ्चालन गर्ने गरेका छन्।

自治会に入ると、町からのお知らせなどが届くようになります。

स्थानीयहरूको सभाको सदस्य बन्यो भने, नगरले दिने सूचनाहरू आइपुग्ने हुन्छ।

もしもの時、地域の人と助け合えるよう、自治会には必ず入りましょう。

स्थानीय समुदाय संघमा सामेल हुनुहोस् ताकि आपतकालिनको स्थितिमा तपाईको समुदायमा एक अर्कालाई मद्दत गर्न सक्छन्।.

音

2 आवाज

日本では家と家の距離が近いため、大きな音は近所の人の迷惑になりますので、お互いに気をつけましょう。

जापानमा, घर र घर बीचको दूरी नजिक छ, त्यसैले चर्को सोर छिमेकीहरूका लागि उपद्रव हुनेछ, त्यसैले एक अर्काको विचारशील हुनुहोस्।

ごみの出し方

3 फोहर निकाल्ने तरिका

大泉町では、家庭から出るごみを「燃えるごみ」「燃えないごみ」「資源ごみ」の３種類に分別して、決められたごみ捨て場に出すルールがあります。

ओ-इजुमि सहरमा, घरबारबाट निक्लने फोहरलाई "बल्ने फोहर" "नबल्ने फोहर" "पुनर्प्रयोग गर्न मिल्ने फोहर" गरी 3 प्रकारमा छुट्याएर, तोकिएको फोहर फाल्ने ठाउँमा निकाल्नु पर्ने नियम रहेको छ।

ごみの種類によって、集める曜日が決まっています。ごみ収集カレンダーで収集日を確認をして、当日の朝8時30分までに出しましょう。

फोहरको प्रकार अनुसार, सङ्कलन गर्ने दिन तथा बार तोकिएको हुन्छ। फोहर सङ्कलन क्यालेन्डरमा सङ्कलन हुने दिन हेरेर, सोही दिनको बिहान 8 बजेर 30 मिनेट जाँदा सम्ममा निकालौँ।

収集日ではない日や、収集日の前日の夜にごみを出してはいけません。

स day्कलन दिन भन्दा अर्को दिन वा संकलन दिन अघि रात भन्दा बाहिर फोहोर बाहिर नफाल्नुहोस्।

ソファやベッドなどの大きなごみは、収集できません。自分で清掃センターに持って行きましょう。

ठूलो फोहोर जस्तै सोफा र ओछ्यान संकलन गर्न सकिदैन। आफैंलाई सफाई केन्द्रमा लैजानुहोस्।

また、家電製品（テレビ、洗濯機、冷蔵庫、エアコン）はごみとして出せません。業者にお願いして、リサイクル料を払って回収してもらいましょう。

थप रूपमा, घरेलु उपकरणहरू (टिभी, वाशिंग मेशिन, फ्रिज, एयर कन्डिशनर) फोहोरको रूपमा राख्न सकिदैन। फोहोर कलेक्टरलाई उनीहरू बाहिर लैजानु भन्नुहोस् ; यो सेवा सशुल्क आधारमा बनाइएको हो।

交通ルールやマナー

4 ट्राफिक नियम या आचरण

車を運転するときはしっかりと交通ルールを守りましょう。無免許での運転やお酒を飲んでの運転は絶対にしてはいけません。

मोटर चलाउँदा राम्ररी ट्राफिक नियम पालना गर्ने गरौँ। बिना ड्राइभिङ् लाइसेन्स मोटर चलाउने होस् या मादक पदार्थ सेवन गरेर मोटर चलाउने कार्य कुनै पनि हालतमा गर्नुहुँदैन।

また、事故に備えて、任意保険に加入しておきましょう

साथै, दुर्घटनाको तयारी स्वरूप ऐच्छिक बिमा लिने गरौँ

自転車も車両のひとつです。暗くなったら必ずライトをつける、お酒を飲んだら運転しないなど、ルールを守りましょう。

साइकल पनि सवारी साधन मध्ये कै एक हो। अँध्यारो भएपछि अवश्य पनि लाइट बाल्ने अनि, मादक पदार्थ सेवन गरेको समयमा चलाउन नपाइने जस्ता नियमहरू पालना गरौँ।

また、自転車を運転する人のための保険もあります。

साथै, साइकल चलाउने व्यक्तिको लागि पनि बिमा हुन्छ।

ペット

5 घरपालुवा जनावर

犬を飼うときは町に登録の届出をし、毎年、狂犬病の予防注射を受けさせなければなりません。

जब तपाईंसँग कुकुर छ, तपाईंले दर्ताका लागि शहर कार्यालयलाई सूचित गर्नुपर्नेछ, र पाल्तु जनावरहरूले प्रत्येक वर्ष रबीजको लागि खोप लिन सक्ने बनाउँनुहोस्।

散歩のときなどはペットのフンは必ず持ち帰って処分しましょう。

पैदल यात्रा गर्दा, निश्चित गर्नुहोस् तपाईंको घरपालुवा गाईको गोबर घर लिएर यसलाई निकाल्नुहोस्।

一度ペットを飼い始めたら家族の一員として最後まで面倒を見ましょう。

एक पटक घरपालुवा जनावर पाल्न सुर गरेपछि परिवारको एक सदस्य स्वरूप अन्त्य सम्म हेरविचार गर्ने गरौँ।

知っておくと役に立つ制度編
उपयोगी प्रणाली थाहा पाउन

税金
1 कर रकम

税金は皆さんの生活をより良くするために使われている大切なお金ですので、必ず納めましょう。

कर रकम भनेको सबैको जीवनयापन अझ राम्रो बनाउनका लागि प्रयोग हुने गरेको महत्त्वपूर्ण पैसा भएकोले, अवश्य पनि चुक्ता गर्ने गरौँ।

税金が払えないときは、そのままにせず、すぐに役場に相談に行きましょう。

कर भुक्तान नगरेको खण्डमा तुरुन्त नगरपालिका कार्यालयमा जानुहोस् र परामर्श लिनुहोस्।

【会社をやめたとき】

【कम्पनी छोड्दा】

昨年分の住民税が残っている場合、残りをまとめて最後の給与から控除してもらい会社に納めるか、自分で残りの分を役場に支払います。

यदि तपाईंसँग पछिल्लो बर्षको आवासीय कर बाँकी छ भने, तपाईंले या त आफ्नो बाँकी अन्तिम तलबबाट घटाएर कम्पनीलाई भुक्तान गर्न सक्नुहुनेछ, वा बाँकी आफैं सरकारी कार्यालयमा भुक्तान गर्न सक्नुहुनेछ।

【帰国するとき】

【स्वदेश फर्किँदा】

納める必要がある住民税や国民健康保険税などが残っている場合がありますので、全額納めてください。

चुक्ता गर्न आवश्यक बसोबास कर वा नागरिक स्वास्थ्य बिमा कर बाँकी रहेको हुन सक्छ त्यसैले, सम्पूर्ण रकम चुक्ता गर्नुहोला।

【税金を納めないとどうなるか】

【कर रकम चुक्ता गरेन भने के हुन्छ त】

税金を期限までに納めないと、延滞金などが加算されたり、給与などが差し押さえられたりすることもあります。

कर रकम म्याद सम्ममा चुक्ता नगरेमा, विलम्ब शुल्क जोडेर हिसाब हुने, तलबहरू जफत हुने हुनसक्छ।

【確定申告】

【'अन्तिम कर फिर्ती निवेदन' (खाकुतेइ सिन्कोकु) 】

毎年2月16日から3月15日は、確定申告の期間です。

हरेक वर्ष फेब्रुअरी 16 तारिख देखि मार्च 15 तारिख सम्म, 'अन्तिम कर फिर्ती निवेदन'को अवधि रहन्छ।

確定申告とは、前の年1年間の所得と、それにかかる税金を計算して、税務署に申告書を提出することです。

अन्तिम आय कर अनुप्रयोग गत वर्षको आयको ट्याक्स कार्यालय र यसमा गणना गरिएको करहरूको लागि एक घोषणा हो।

自営業の人や二つ以上の会社から給料をもらっている人、マイホームを購入した人は、自分で申告を行う必要があります。

स्वरोजगार व्यक्ति वा दुई वा दुई भन्दा बढी कम्पनीबाट तलब बुझ्ने व्यक्ति, आफ्नो घर खरिद गरेका व्यक्तिहरूले, आफैँले निवेदन दिनुपर्ने हुन्छ।

申告は必ず行いましょう。

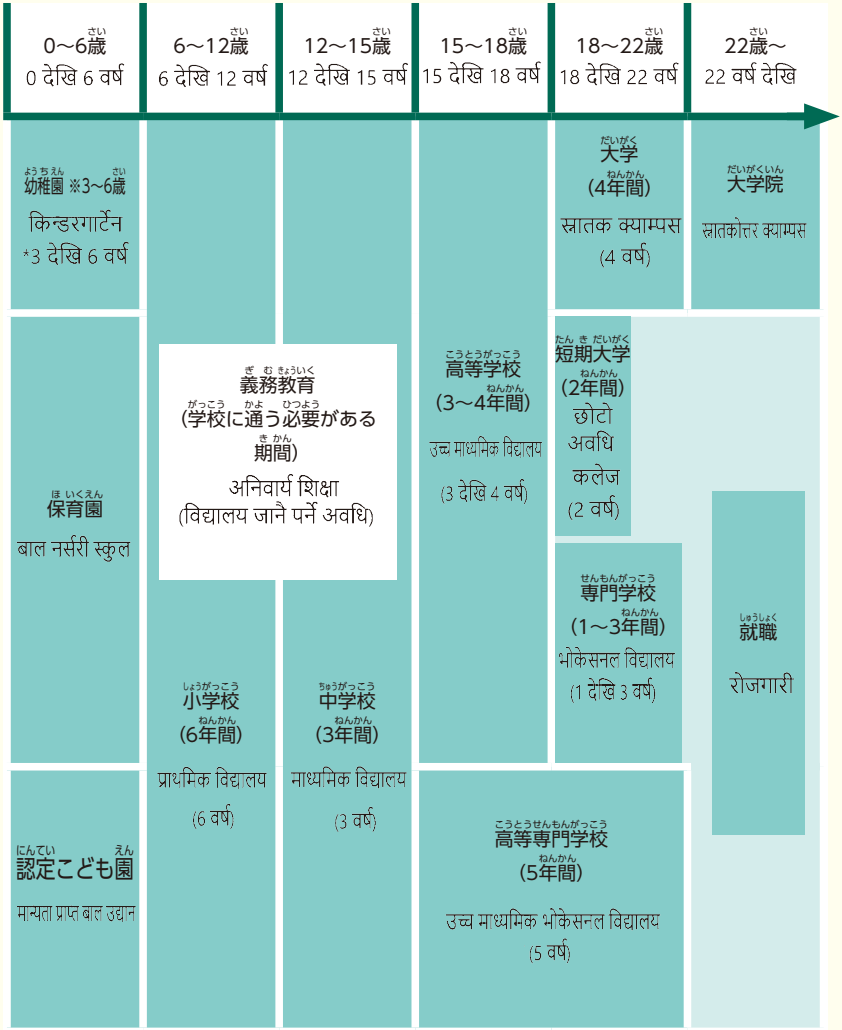
अवश्य पनि निवेदन दिने गरौँ।

子育て・教育

2 बालबच्चा हुर्काउने / शिक्षा

日本の教育・保育の制度

जापानको शिक्षा / बाल नर्सरी सम्बन्धी व्यवस्था



外国人の子どもたちは、就学の義務はありませんが、本人と親の希望があれば入学することができます。子どもたちの将来のため、子どもに同じ環境で継続して教育を受けさせましょう。

विदेशी बच्चाहरू अनिवार्य आधारमा स्कूल जान आवश्यक छैन, तर तिनीहरू स्कूलमा प्रवेश गर्न सक्दछन् यदि बच्चाहरू र अभिभावकहरूले आफ्ना बच्चाहरूको भविष्यको लागि, उनीहरूले यही वातावरणमा शिक्षा प्राप्त गरिरहनु आवश्यक छ।

公立小中学校では、授業料はかかりませんが、給食費や教材費などは親が支払う必要があります。

सार्वजनिक निम्न माध्यमिक तथा माध्यमिक विद्यालयमा, अध्ययन शुल्क लाग्दैन तर, खाना खुवाउने खर्च होस् या पाठ्यसामग्री खर्च इत्यादि भने आमाबुवाले भुक्तानी दिनुपर्ने हुन्छ।

子どもを学校に通わせるためにはとてもお金がかかりますので、早いうちから準備しておきましょう。

बालबच्चालाई विद्यालय पठाउन निकै पैसा लाग्ने हुनाले, पहिल्यै देखि तयार गरेर राखौँ।

また、子どもがより良い学校生活を送るためには、本人はもちろん、親も日本語を勉強することがとても大切です。

थप रूपमा, बच्चाहरू अझ राम्रो स्कूल जीवन बिताउनको लागि, बच्चाहरू र उनीहरूका अभिभावकहरूको लागि जापानी भाषाको अध्ययन गर्नु धेरै महत्त्वपूर्ण छ।

母子・健診

मातृशिशु / स्वास्थ्य जाँच

妊娠したときは、すぐに役場に相談しましょう。

गर्भ रहेमा तुरुन्तै नजिकको पालिका कार्यालयमा परामर्श गरौँ।

母子健康手帳は、病院に行くとき必要になりますので、必ずもらって、大切に保管しましょう。

मातृशिशु स्वास्थ्य पुस्तिका, अस्पताल जाँदा आवश्यक पर्ने भएकोले, अवश्य पनि लिइ राख्नुहोस् र, जतन गरेर राख्ने गरौँ।

子どもが生まれる前の妊婦健診や、生まれた後の乳幼児検診や予防接種はとても大切です。
子どもの健康のために必ず受けましょう。

बालबच्चा जन्मनु पूर्वको गर्भवती महिला स्वास्थ्य जाँच या, जन्मे पश्चात्को दुधेबालकको स्वास्थ्य जाँच या खोप लगाउनु, सबै अति महत्त्वपूर्ण हुन्छ।

तपाइँको बच्चाको स्वास्थ्यको लागि मातृ र बाल स्वास्थ्य जाँच गर्नुहोस् भनेर निश्चित हुनुहोस्।

児童手当・児童扶養手当

बालबच्चा भत्ता / बालबच्चा लालनपालन भत्ता

児童手当は、日本に住む15歳までの子どもを持つ保護者に支給されるものです。

जापानमा १ 15 वर्ष (१ 15 सहित) सम्मका बच्चाहरुका अभिभावकहरुलाई बाल भत्ता प्रदान गरिन्छ।

児童扶養手当は、ひとり親世帯で、18歳までの子どもを持つ父母や養育者に支給されるものです。

बालबच्चा लालनपालन भत्ता भनेको, एकल अभिभावक भएको परिवारको 18 वर्ष सम्मका बालबच्चा हुने आमाबाबु या हुर्काउने व्यक्तिलाई प्रदान गरिने भत्ता हो।

児童手当や児童扶養手当を受給している人は、毎年1回、現況届を提出しなければなりません。
現況届を提出しないと手当を受けることができなくなります。

बालबच्चा भत्ता या बालबच्चा लालनपालन भत्ता प्राप्त गरिरहेका व्यक्तिले, हरेक वर्ष 1 पटक, गेन्क्योउ तोदोके भनिने कागज, वर्तमान अवस्थिति दर्ताको लागि पेस गर्नै पर्छ। वर्तमान अवस्थिति दर्ता पेस नगरेमा भत्ता प्राप्त गर्न नसकिने हुन्छ।

健康保険・年金

3 स्वास्थ्य बिमा / पेन्सन

健康保険

स्वास्थ्य बिमा

3か月より長く日本に住む資格がある人は、必ず健康保険に加入しなければなりません。
病気やケガをしたときに、健康保険に入っていないと、病院で多額の治療費を払わなければならなくなります。

यदि तपाईं जापानमा तीन महिना भन्दा बढीको लागि योग्य हुनुहुन्छ भने, तपाईंसँग स्वास्थ्य बीमा हुनुपर्दछ। यदि तपाईसँग स्वास्थ्य बिमा छैन भने तपाई बिरामी वा घाइते हुँदा, तपाईले अस्पतालमा उपचारको एक ठूलो रकम तिर्नु पर्नेछ।

健康保険には、会社などの健康保険と国民健康保険があり、会社などの健康保険に加入していない人は、国民健康保険に加入しましょう。

स्वास्थ्य बिमामा, कम्पनीहरूको स्वास्थ्य बिमा र नागरिक स्वास्थ्य बिमा भन्ने हुन्छ। कम्पनीहरूको स्वास्थ्य बिमामा नछिरेको व्यक्तिले, नागरिक स्वास्थ्य बिमाको सदस्यता लिऔँ।

国民健康保険では、次のようなときは役場で手続きが必要です。

राष्ट्रिय स्वास्थ्य बीमाको लागि आवेदन दिंदा निम्न कार्यहरू नगरपालिका कार्यालयमा प्रक्रिया लिनुपर्नेछ

■国民健康保険に加入するとき

नागरिक स्वास्थ्य बिमाको सदस्यता लिँदा

■加入している人が亡くなったとき

सदस्यता लिएको व्यक्तिको मृत्यु हुँदा

■加入している人に子どもが生まれたとき

सदस्यता लिएको व्यक्तिको बच्चा जन्मिँदा

■他の市町村へ転出または帰国するとき

जब तपाईं अर्को नगरपालिकामा सर्नुहुन्छ वा आफ्नो देश फर्कनुहुन्छ

■会社などの健康保険に加入したときや会社などの健康保険を抜けるとき

कम्पनीहरूको स्वास्थ्य बिमाको सदस्यता लिँदा वा कम्पनीहरूको स्वास्थ्य बिमाको सदस्यता त्याग्दा

年金

पेन्सन

高齢になったり、ケガをして障害が残って働けなくなった時などに、お金を支給するための制度です。

पेंशनहरू एक सहायक प्रणाली हो जब तपाईं वृद्ध हुन्छन् वा अशक्तताको कारणले काम गर्न सक्नुहुन्न।

外国人でも、3か月より長く日本に滞在する20～60歳の人は加入しなければなりません。

विदेशी नागरिकले समेत, 3 महिना भन्दा लामो समय जापानमा रहने 20 देखि 60 वर्षका व्यक्तिले सदस्यता लिनै पर्छ।

65歳以上の人がもらえる老齢年金は最低10年間加入している必要があるなど、支給には条件があります。

वृद्ध-उमेरको पेन्सनको लागि योग्य हुन, तपाईंले कम्तिमा दश वर्षको लागि नामांकनको केहि आवश्यकताहरू पूरा गर्नुपर्दछ।

また、6か月以上保険料を納めた外国人が帰国した場合、2年以内であれば脱退一時金の請求ができます。

थप रूपमा, यदि एक विदेशी जसले छ महिना भन्दा बढीको लागि प्रीमियम भुक्तानी गरेको छ आफ्नो देशमा फर्कन्छ, तपाईं वापसीको मिति देखि दुई वर्ष भित्र एकमुष्ठ रकम दाबी गर्न सक्नुहुन्छ।

防災

4 विपद् रोकथाम

日本は地震や台風などの災害が多い国です。災害はいつどこで起きるか分かりませんので普段から備えておくことが大切です。

जापान भूकम्प या समुद्री आँधी जस्ता धेरै विपद् आइपर्ने देश हो। विपद् कहिले कहाँ आउँछ थाहा नहुने भएकोले पहिले देखि नै तयारी हुने कुराले महत्त्व राख्छ।

準備

तयारी

災害が起きたときのために、普段から準備や情報収集をしておきましょう。

विपद् आइपर्दाको लागि, पहिले देखि नै तयारी गर्ने या सूचना सङ्कलन गरी राख्ने गरौँ।

3日分くらいの食べもの、飲みものや、懐中電灯、薬などは、いつでも持ち出せるようまとめて袋に入れておきましょう。

करीव तीन दिनको लागि आवश्यकताहरू पूरा गर्न, तपाईंले खाना, पेय, फ्ल्यासलाइट, औषधि, आदि प्याक गर्नुपर्दछ जुन तपाईंले कुनै पनि समय लिन सक्नुहुनेछ।

また、家の近くの避難所の場所を確認しておきましょう。

साथै, घरको नजिक तपाईले प्रयोग गर्न सक्नुहुने शरण स्थानको जाँच गर्नुहोस्।

情報

सूचना

地震や大雨が起きたときには、まず情報を集めましょう

भूकम्प या भारी बर्सादि हुँदाको समयमा, सुरुमा सूचना सङ्कलन गरौँ

・テレビやラジオ、インターネットなどで確認する

・टिभी, रेडियो, इन्टरनेट, आदि मा हेर्नुहोस्

・防災マップを見る

・प्रकोप रोकथाम नक्शा जाँच गर्नुहोस्

・日本語が分かる友だちに連絡する

・जापानी भाषा जान्ने साथीलाई सम्पर्क गर्ने

また、多文化共生コミュニティセンターのホームページでは、災害が起きたとき、避難するための情報を多言語で出しています。

साथै, ताबुन्खा क्योउसेइ कम्युनिटि सेन्टरको वेबसाइटमा,
प्रकोप भएको खण्डमा कसरी खाली गर्ने भन्ने बारेमा धेरै भाषाहरूमा जानकारी प्रदान गर्दछ।

避難

आश्रय

災害が起きたときは自分の身を守るために、自治体などの情報に従い、避難しましょう。

विपद् आइपर्दा आफ्नो ज्यान बचाउनको लागि, स्थानीय स्वायत्त निकायहरूले जारी गर्ने सूचना अनुसार आश्रय लिन जाऔँ।

地震が起きたときは

भूकम्प आउँदा

大きな地震が起きたときは、まずは丈夫な机などの下に身を隠しましょう。

ठूलो भूकम्प आउँदा, पहिला बलियो टेबुल आदिको मुनि शरीर लुकाऔँ।

扉がゆがんで開かなくなってしまうこともあるので、脱出口を確保しておきましょう。

ढोका विकृतताको कारण खोल्न नसक्ने हुनाले तपाईलाई फरक भाग्नको लागि निस्कने योजना बनाउन सल्लाह दिइन्छ

急に外に飛び出すと危険ですので、周囲をよく確かめ、揺れがおさまってから避難しましょう。

एक्कासी बाहिर दौडँदा खतरा हुने हुनाले, वरिपरिको अवस्था राम्रोसँग पक्का गरेर, कम्पन रोकिएपछि आश्रय लिन भागौँ।

危険なものが落ちている場合もあるため、室内でも靴などを履いて動きましょう。

खतरायुक्त वस्तु खसेको हुनसक्ने हुनाले, कोठा भित्र पनि जुत्ता लगाएर हिँड्ने गरौँ।

車の中にいたときは、まず車を止めてエンジンを切りましょう。避難するときは鍵をつけたままにしておきましょう。

जब तपाईं कारमा हुनुहुन्छ, पहिले कार रोक्नुहोस् र इन्जिन बन्द गर्नुहोस्।
तपाईंको कुञ्जीलाई राज्यमा राख्नुहोस् कुञ्जी संलग्न हुन्छ जब तपाईं कार छोड्नुहुन्छ

警戒レベル

चेतावनी तह

大雨が降った時の災害の危険度を数字で表しています。

भारी बर्सात हुँदा विपद् को जोखिम तह अङ्क दिएर प्रकट गर्ने गरिएको छ।

レベル5　災害が起きているので、命を守りましょう

तह 5　विपद् आइपरेकोले जीवन रक्षा गरौँ

レベル4　全員が安全な場所に避難しましょう

तह 4　सबै जना सुरक्षित स्थल तर्फ आश्रय लिन जाऔँ

レベル3　避難に時間がかかる人は避難しましょう（お年寄りや小さい子どもなど）

तह 3　व्यक्तिहरू भाग्नको लागि समय लिन आवश्यक छ, तिनीहरूलाई छिट्टै पलाउन सुरू गर्न निर्देशन दिनुहोस्
(बूढाबूढी या साना बालबच्चाहरू)

レベル2　避難の方法を考えておきましょう

तह 2　आश्रय लिन जाने तरिकाबारे सोचौँ

レベル1　情報を集めましょう

तह 1　सूचना सङ्कलन गरौँ

警察・消防への通報のしかた

कसरी पुलिस र दमकल विभागलाई रिपोर्ट गर्ने

いざという時のために警察・消防への連絡のやり方を覚えましょう

आपतकालको स्थितिमा कसरी पुलिस र दमकल विभागलाई सम्पर्क गर्ने जान्नुहोस्

事件、事故のとき：警察署（Tel：110）

घटना, दुर्घटना घट्दा: प्रहरी कार्यालय (Tel: 110)

火事、ケガ、病気のとき：消防署（Tel：119）

आगो, चोट, बिमारी: दमकल विभाग (Tel: 119)

ネパール語版

発　行：大泉町役場企画部多文化協働課（大泉町多文化共生コミュニティセンター）
〒370-0523　群馬県邑楽郡大泉町吉田 2011 番地の 1
TEL / 0276-62-6066
ＨＰ / http://www.oizumi-tabunka.jp/
発行日：2020 年 2 月

Cooperation in translation by JAPAN INTERNATIONAL COOPERATION CENTER(JICE)
この本は、一般財団法人自治体国際化協会の助成により作成しました。