

район Аоба Цуцумимачи 1-1-2, 2 этаж ТЕЛ: 022-301-6611		воскресенье • праздники	9:45-12:00 13:15-17:00 18:00-23:00
Детская клиника неотложной помощи г.Сендай "Якан кю:дзицу кодомо кю:бё: синрё:дзё" район Тайхаку, Асутонагамачи 1-1-1, 1 этаж ТЕЛ: 022-247-7035	педиатр (только терапевтические заболевания)	будние дни	19:15-7:00
		суббота	14:45-7:00
		воскресенье • праздники	9:45-12:00 13:15-17:00 18:00-7:00
Стоматологическая клиника Ассоциации стоматологов г.Сендай вызов врача на дом / прием лиц с ограниченными возможностями / ночная стоматологическая клиника Район Вакабаяси, Араи 6-12-4 ТЕЛ: 022-261-7345	стоматолог	суббота	18:00-21:30
		воскресенье • праздничные дни	10:00-11:30 13:00-15:30 18:00-21:30

※ Кроме вышеперечисленных медицинских заведений прием срочных пациентов осуществляется также в дежурных клиниках (система поочередного дежурства в выходные дни).

Часы приема: 9:00-16:00

Подробнее: Веб-сайт г. Сендай (главная страница)

Землетрясение

Землетрясение – непредсказуемое стихийное бедствие. Следующая информация поможет вам принять надлежащие меры, чтобы не быть застигнутым врасплох:

● Подготовка к землетрясению ●

(1) Попробуйте представить, что бы вы сделали, если бы сейчас произошло землетрясение.

Что вы будете делать, если произойдёт землетрясение?

Поговорите с семьей и друзьями, представляя различные возможные ситуации.

(2) Обеспечение безопасности внутри дома

Проверьте, есть ли вероятность падения телевизора, мебели и прочих крупных предметов?

При выборе люстры лучше отдавать предпочтение легким светильникам.

Пусть рядом с вашей кроватью всегда стоят тапочки, лежат радио и фонарик.

(3) Места возможного укрытия недалеко от вашего дома

Найдите заранее достаточно просторное место поблизости от вашего дома, где вы могли бы укрыться, не опасаясь падающих сверху предметов. Если вы живете недалеко от морского побережья, продумайте, куда именно вы сможете эвакуироваться в случае прихода цунами (здания, возвышенности).

(4) Места эвакуации

В случае стихийных бедствий местами убежищ в г.Сендай являются здания младших и средних школ.

Список убежищ → Веб-сайт интернационального отдела SenTIA (главная страница)

(5) Решите, как будете связываться с членами семьи и друзьями

Во время стихийных бедствий могут быть сбои в работе мобильной связи и интернета.

Договоритесь с родными и близкими, как вы будете поддерживать связь в подобных ситуациях.

(6) Приготовьте вещи, которые вы возьмете с собой в случае срочной эвакуации

Нижеследующие вещи лучше сложить в рюкзак, а не сумку, чтобы обе руки были свободны:

- копия карты резидента • наличные деньги (побольше монет) • нижнее белье, носки
- перчатки • радио • вещи, защищающие от дождя (зонтик и т.п.) • фонарик
- набор экстренной помощи • мобильный телефон (зарядное устройство)
- полиэтиленовые пакеты • готовые пищевые продукты • необходимые лично вам вещи (принимаемые лекарства, контактные линзы, средства женской гигиены и пр.)
- средства гигиены (маски • термометр • мыло • портативный туалет • индивидуальные дезинфицирующие средства и пр.)

(7) Общайтесь с соседями и жителями своего района

Здоровайтесь и знакомьтесь с соседями по району, принимайте участие в общественных мероприятиях, включая регулярно организуемые учения на случай стихийных бедствий (знание-сила!).

(8) Источники получения информации

Сразу после того, как произошло землетрясение, начинает работать система экстренного оповещения населения. Спецвыпуски радио- и теленовостей информируют о месте, силе и масштабе землетрясения, а также вероятности прихода цунами. В случае вероятности прихода цунами, начинается экстренное оповещение по телевизионному каналу NHK на английском, китайском, корейском, вьетнамском и португальском языках. В официальном приложении международного вещания NHK World JAPAN с апреля 2025 года с помощью функции push-уведомлений распространяется экстренная информация (сообщения о землетрясениях в Японии, предупреждения о цунами и др.) на 11 языках: английском, китайском (упрощенный и традиционный), португальском, вьетнамском, французском, хинди, индонезийском, корейском, русском, испанском и тайском.

※ SenTIA сотрудничает с радиостанциями г.Сендай, предоставляя информацию на английском, китайском и корейском языках. Кроме того, необходимую информацию вы можете получить, подписавшись на интернет-журнал, Facebook или Twitter SenTIA. **Не забывайте, что в Сендае существует Центр языковой поддержки в случае стихийных бедствий (см. на стр. 7).**

SenTIA Интернет-журнал •
Facebook • Twitter



Интернет-журнал



Facebook



Twitter

● Если случилось землетрясение ●

* Если вы находитесь внутри помещения *

- (1) защитите голову
- (2) не торопитесь выбегать на улицу

* Если вы находитесь на улице *

- (1) отойдите от блочных стен и автоматов для продажи напитков
- (2) не стойте под вывесками и застекленными окнами

* Если вы находитесь в школе или магазине *

- (1) защитите голову
- (2) отойдите от свисающих осветительных приборов
- (3) не торопитесь выбегать на улицу

● Когда толчки утихнут ●

- ① Осмотритесь вокруг. Убедитесь, что вы в безопасности.
- ② Выключите нагревательные приборы.
- ③ Держите двери открытыми на случай необходимости покинуть помещение.
- ④ Включите радио или телевизор (вещание на иностранных языках), чтобы быть в курсе последних новостей. См. подробнее на стр. 19.
- ⑤ Если вы живете недалеко от моря, помните о цунами! Чем быстрее и дальше вы уйдете от берега моря и чем выше находится место вашего убежища, тем безопаснее.
- ⑥ По возможности не действуйте в одиночку. Свяжитесь с соседями и помогайте друг другу.
- ⑦ Укройтесь в убежище или другом безопасном помещении.

【Экстренное звуковое оповещение о землетрясении】

Перед сильным землетрясением срабатывает система, которая предупреждает о землетрясении: мобильный телефон издает громкий звук. Для получения подробной информации обратитесь к вашему оператору сотовой связи.

Как вести себя в случае землетрясения:

● DVD “Что делать в случае землетрясения?”

<https://www.youtube.com/watch?v=o872bBbqOV4>

(видео на 12 иностранных языках, включая японский, английский, китайский, корейский, вьетнамский и непальский языки)

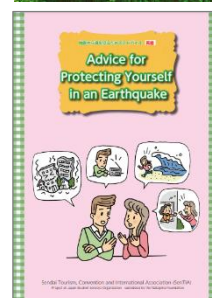


● Брошюра “Советы на случай землетрясения”.

Веб-сайт интернационального отдела SenTIA

https://int.sentia-sendai.jp/e/download/information/bousai_e.pdf

(брошюра на 11 иностранных языках, включая японский, английский, китайский, корейский, вьетнамский и непальский языки)



※ Брошюру можно бесплатно получить в Многокультурном центре г.Сендай