

仙台多文化共生中心杂志

生活中力所能及的 3R



您知道「3R」是什么吗？这是「Reduce（减量）」「Reuse（再利用）」「Recycle（循环回收）」的简称，倡议大家珍惜利用有限的资源。

「Reduce」→减少垃圾，「Reuse」→物尽其用，通过各种途径反复使用到其使用寿命。「Recycle」→作为资源循环回收再利用。为了给子孙后代留下美好的生态环境，我们每个人的环保意识和环保行为甚为重要。落地在日常生活中的点点滴滴环保行为，都能为地球增添一点生机，一起加油吧！

本期介绍一些生活中简易可行的 3R，希望大家能应用到日常生活当中。



Reduce



减少垃圾的排出和产生很重要。

【我们力所能及的事】

- 有计划按所需量购买食物，不盲目多买。
- 洗发液和洗洁精等用完后买填装式的。
- 自带环保购物袋，不使用塑料袋。
- 对衣服，玩具等，注意维修保养尽可能长久使用。

Reuse



物品等，反复使用到不能再用于止。

【我们力所能及的事】

- 在旧货店，旧书店购买想要的东西。
- 将家里吃不完的东西送人或捐献。
- 将不穿的衣服或布料送给需要的人，或拿到资源回收站及回收中心。

<食物募捐活动>

仙台市协同有关团体及店铺，对还可食用的食品进行募集。

募集到的食品通过募捐团体送给需要的人

募集食物

有效期还有一个月以上，并可常温保存的食品。

募集地点

仙台市内的指定店一览表（仅日语）

<https://www.gomi100.com/articles/foodloss/372>

募捐团体

社会福祉法人仙台市社会福祉协会，
Food Bank 仙台，
NPO 法人食物银行东北 AGAIN



接下页➡

6 种语言宣传杂志

除中文外，还有日语 / にほんご、英语 / English、韩语 / 한국어、越南语 / Tiếng Việt 和尼泊尔语 / नेपाली。在主页上也能查看到。此外，在仙台多文化共生中心也可领取。



<资源回收站>

还能穿的衣物，由仙台市寄出支援东南亚国家。
不能穿的衣物或棉制品，则被用于制作工厂用的抹布，或汽车座椅·坐垫等。

可回收物品

洗干净的T恤衫·牛仔裤·毛衣·裙子·运动衣裤·睡衣·西服·外套·和服·袜子·手绢·毛毯·窗帘·床单·毛巾等

※ 装入透明口袋以能看见内容物，并将口扎紧。

不可回收物品

被子、坐垫、地毯、床垫、工作服、制服、雨具、皮制品等

回收地点和时间

资源回收一览表（仅日语）

<https://www.gomi100.com/manage/wp-content/uploads/2022/03/R0402storage.pdf>



- 领取时，请理解和支援仙台市环境基金的募捐活动。

Recycle

垃圾按规定分类好扔出，可以作为原料循环再利用。



【我们力所能及的事】

- 不将纸类混入家庭垃圾里，而是分类后在纸类回收日扔出。
- 饮料罐·瓶·塑料瓶分类扔出。

<食品塑料盘、纸盒、塑料瓶的店前回收>

仙台市的有些商店可以回收资源。

资源物质的分类回收，可有利于制造出质量更好的循环再生品。

回收品种类及回收地点，时间因店不同而异。

※ 有的回收店只回收在该店购买物品的相关资源垃圾。届时请向商店确认。

回收例

- | | |
|---------|------------------------|
| 食品塑料盘类： | 装肉和鱼、蔬菜水果、料理的塑料盘，洗净晾干。 |
| 纸盒类： | 用水冲干净后剪开，晾干。 |
| 鸡蛋盒： | 揭下贴纸。 |
| 塑料瓶： | 冲洗干净，晾干。 |

<回收中心 (recycle plaza) >

仙台市将回收的旧衣物展挂出来，想要的人可以免费领取。

可回收衣物

自己或送到洗衣店洗干净的衣物（没穿过的衣物或礼物也可）

不可回收物品

有污垢，未洗过，状态差的衣物。内衣，袜子，毛巾，床单，塑料制品（未使用过的袜子，毛巾，床单除外）

衣物以外等（被子、毛毯、枕头、地毯、窗帘、垫子等）

回收地点和时间

地点：葛岗回收中心（葛岡リサイクルプラザ）

TEL: (022) 277-8573

今泉回收中心（今泉リサイクルプラザ）

TEL: (022) 289-6401

时间：星期二～星期日 上午9点～下午4点30分

领取时

- 一人一天最多可领3件。一周不超过10件。
 - ※ 不能以贩卖·转卖目的利用
 - ※ 孩子只能领取孩子用的东西。
- 选好自己想要的东西后，请一定在受理处的「利用登记本」上登记。

其他

对分类或扔出方法不明白时，可查阅以下网页或小册子，也可向仙台多文化共生中心咨询。

- 仙台市分类网（仅日语）
<https://www.gomi100.com/>
- 垃圾分类智能手机软件「さんあ～る」（日语·英语）
<https://www.gomi100.com/articles/dashikata/592>
- 『资源与垃圾的分类方法与排放方法』（英语、中文、韩国语、越南语、尼泊尔语、均为日语双语）
<https://www.city.sendai.jp/haiki-shido/foreignlanguage/jp/shigentogomi/index.htm>



通知: 外语咨询员可接受各种咨询

在仙台生活中,您有什么困惑或烦恼的事情吗? 仙台多文化共生中心每天将提供多种语言的咨询服务。

其中,每周有 1 至 2 次,您可以与会中文、韩语、越南语、尼泊尔语的外语咨询员进行咨询。不需要预约。请打电话或来仙台多文化共生中心进行咨询。

【可以咨询的事例】

从市政府、区政府、学校等寄来的通知看不懂,不知道怎么写申请表。

→ 请来多文化共生中心,我们一起确认寄来的通知,帮助您填写。

想给市政府、区政府、儿童馆、学校等地方打电话,但不会说日语,希望得到帮助。

→ 请拨打中文服务电话 TEL: (022) 224 - 1919, 接通后, 3 个人可同时在线说话。多文化共生中心为您提供语言帮助。

有关交不起所得税或养老保险费等事,想咨询一下。

→ 可以帮您给区政府电话,一起商量。如果需要去政府机关等商量时,请您提前进行申请预约,然后,我们将派社区口译志愿者(※)一起去,为您提供口译帮助。

※ 社区口译志愿者:免费。详细内容请看网站。



<https://int.sentia-sendai.jp/child/support/c/>

我想学习日语。

→ 多文化共生中心将为您提供仙台市内各种日语教室等信息。

外语咨询员

<http://int.sentia-sendai.jp/c/exchange/counter.html>



咨询员专栏 「我将致力于的 3R 工作」

在本专栏里,配合每期的主题,由咨询员介绍各自的体验和感想。

咨询员交谈式来介绍有关东京奥运会奖牌的关注事件。

小环 去年日本举办了夏季东京奥运会,看到获奖的那些运动员经过不懈的努力、奋力拼搏,胸前佩戴着闪闪发光的金银铜牌,实在令人敬佩和羡慕啊。

小宝 是的,这些奖牌是用回收电器产品经再加工后制作的。

小环 哎? 那些沉甸甸的、绚丽夺目的奖牌?

小宝 是的,为了制作这些奖牌,从 2017 年 4 月,日本政府在各市区政府及大型商场设置了回收箱,呼吁人们把使用过的、不要的那些手机或数码相机,放入这些回收箱里。

小环 好方法呀。

小宝 你知道吧,手机、数码相机,还有电脑里,含有金、银、铜、钯等稀有的贵金属。经过拆卸、分类处理、再加工后,可以提取金、银和铜等金属。

小环 原来大约 5000 个金银铜奖牌是通过回收废弃的小型家电再次加工制作的。日本自然资源匮乏,但很重视节省资源啊。

小宝 没错。回收后,还要具有可以再重新进行加工的高超技术。

小环 的确,那些奖牌看上去做工精致、制作技术高超。日本这种废物再利用的做法,既节省资源,又能环保,真是一举两得。

小宝 嗯,地球资源是有限的,每个人都应该珍惜资源,为了环境,也为了我们自己。

(咨询员 E)

在每期的语言版本中,每个咨询员都写了一篇“咨询员专栏”。

在我们的博客上可以看到每个日语翻译。请看一下!

仙台多文化共生中心

せんだいたぶんかきょうせい

仙台多文化共生センター



开放时间：每日 上午 9 点 ~ 下午 5 点（新年期间及每月一两天的闭馆日除外）

地址：〒980-0856 仙台市青叶区青叶山无番地 仙台国际中心 会议栋 1 楼

电话：(022) 265-2471

传真：(022) 265-2472

电子邮件网址：tabunka@sentia-sendai.jp

网站：<https://int.sentia-sendai.jp/c/exchange/>



■ 外语咨询

如果在生活上感到困惑或遇到问题时，可以用外语进行咨询。

口译辅助电话：(022) 224-1919

对应的语种：英语、中文、韩语、越南语、尼泊尔语、他加禄语、泰语、葡萄牙语、西班牙语、俄语、印尼语、意大利语、法语、德语、马来语、高棉语、缅甸语、蒙古语、僧伽罗语和乌克兰语。

■ 其他服务

有研修室、儿童室和交流告示栏，出借图书。另外，还为市民进行活动和交流提供相关信息以及活动的场所。

为外国人举办专家咨询会

我们定期举办律师和行政书士等的「专家咨询会」。

在仙台生活中，如果有各困惑，欢迎咨询。

严守秘密。每人 30 分。

咨询时间：下午 1 点 ~ 下午 4 点

咨询会日期，请查阅下面的网页。

<https://int.sentia-sendai.jp/c/exchange/consultation.html>



行政书士



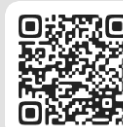
律师



劳动局



出入国在留管理局



税理士

