シンハラ語／සිංහල

# ආරක්ෂිත නවාතැනේ නීති සහ යහපත් හැසිරීම් (ආචාරධර්ම)

ආරක්ෂිත නවාතැන යනු, ස්වාභාවික විපත් හේතුවෙන් තම නිවසේ ජීවත් වීමට නොහැකි වූ පුද්ගලයන් තාවකාලිකව රැඳී සිටින ස්ථානයකි. එහි බොහෝ දෙනා එක්ව ජීවත් වන බැවින්, කරුණාකර එහි නීති සහ යහපත් හැසිරීම් (ආචාරධර්ම) පිළිපදින්න.

① **ආරක්ෂිත නවාතැනට පැමිණි විට,** පිළිගැනීමේ ස්ථානයේ ඇති ලියාපදිංචි නාම ලේඛනයේ ඔබගේ තොරතුරු සටහන් කරන්න.

② **ආරක්ෂිත නවාතැන** එය භාවිත කරන සියලු දෙනාගේ සහයෝගයෙන් පවත්වාගෙන යයි. කරුණාකර එහි කළමනාකරණ කටයුතුවලට සක්‍රියව සහභාගී වන්න.

③ **වැඩිහිටියන්, ශාරීරික ආබාධ සහිත පුද්ගලයන්, කුඩා දරුවන් රැකබලා ගන්නා අය, ගර්භනී කාන්තාවන් සහ විශේෂ අවධානය අවශ්‍ය පුද්ගලයන්** පිළිබඳ සැලකිලිමත් වෙමින්, එකිනෙකාට උදව් කරමින් ජීවත් වන්න.

④ **ආරක්ෂිත නවාතැන තුළට ඇතුළු වන විට,** අනිවාර්යයෙන්ම ඔබගේ සපත්තු ගලවන්න. ගලවා තැබූ සපත්තු සපත්තු රාක්කයේ තබන්න, නැතහොත් ප්ලාස්ටික් බෑගයක දමා ඔබම ආරක්ෂිතව තබා ගන්න.

⑤ **ආරක්ෂිත නවාතැන තුළ** උස් හඬින් කතා කිරීම හෝ ශබ්ද ඇති කිරීමෙන් වළකින්න. කුඩා දරුවන් රැකබලා ගැනීමේදී, අවට සිටින අනෙකුත් නවාතැන්ගත පුද්ගලයන්ට නිදාගැනීමට බාධා නොවන පරිදි, නිදාගන්නා ස්ථානයෙන් වෙන්ව ඇති **ළමා රැකවරණ ප්‍රදේශය** භාවිතා කරන්න.

⑥ **ආරක්ෂිත නවාතැන තුළ** ගින්දර භාවිතය තහනම්ය. දුම්පානයද තහනම්ය. මත්පැන් පානය කිරීමද තහනම්ය.

⑦ **ආරක්ෂිත නවාතැන තුළ** ඔබගේ ජංගම දුරකථනය **නිශ්ශබ්ද** (**Silent Mood) මාදිලියට** සකස් කරන්න.

⑧ **ආරක්ෂිත නවාතැන තුළ,** එකිනෙකාගේ පෞද්ගලිකත්වයට ගරු කරන්න. වෙනත් පුද්ගලයෙකුගේ නවාතැන් ස්ථානයට අවසරයකින් තොරව ඇතුළු නොවන්න.

⑨ **බල්ලන්, බළලුන් වැනි සුරතල් සතුන්** නවාතැනේ පදිංචි වන ස්ථානයට රැගෙන යා නොහැක. සුරතල් සතා තබාගත හැකි ස්ථානය පිළිබඳව ආරක්ෂිත නවාතැනේ කළමනාකරණ නිලධාරියාගෙන් විමසන්න.

⑩ "**ඇතුළුවීම තහනම්**" ලෙස සලකුණු කර ඇති කාමරවලට ඇතුළු නොවන්න.

⑪ **ආහාර සහ සහනාධාර භාණ්ඩ බෙදාදෙන අවස්ථාවේ,** කරුණාකර ඔබගේ වාරය පිළිපදින්න. ආහාර හිඟයක් ඇති අවස්ථාවලදී, **විශේෂ අවධානය අවශ්‍ය පුද්ගලයන්** (වැඩිහිටියන්, ආබාධ සහිත පුද්ගලයන්, ගර්භනී කාන්තාවන්, කුඩා දරුවන් සිටින පවුල් ආදිය) සඳහා ප්‍රමුඛතාවයෙන් බෙදාදීම සිදු කෙරේ.

⑫ **කසළ** අනිවාර්යයෙන්ම නියමිත ස්ථානයට පමණක් බැහැර කරන්න.

⑬ **වැසිකිළිය** පිරිසිදුව භාවිත කරන්න. ඔබ විසින් එය අපිරිසිදු කර ඇත්නම්, කරුණාකර ඔබම එය පිරිසිදු කරන්න.

⑭ **වෙනත් ආරක්ෂිත නවාතැනකට, මිතුරෙකුගේ නිවසකට යාමට හෝ නැවත තම නිවසට යාමට පෙර,** ඒ පිළිබඳව ආරක්ෂිත නවාතැනේ කළමනාකරණ භාර නිලධාරියාට අනිවාර්යයෙන්ම දැනුම් දෙන්න.

⑮ **වෙනත් කිසියම් කරුණක් පිළිබඳව නොතේරෙන දෙයක් හෝ ගැටලුවක් තිබේ නම්,** ආරක්ෂිත නවාතැනේ කළමනාකරණ භාර නිලධාරියාගෙන් උපදෙස් ලබා ගන්න.

**සකස් කළේ: තොචිගි ප්‍රාන්ත ජාත්‍යන්තර හුවමාරු සංගමය**

**සහයෝගය: තොචිගි ප්‍රාන්ත අර්බුද කළමනාකරණ අංශය**

# 避難所でのルールとマナー

避難所は、災害により自宅での生活ができなくなった人が一時的に生活を送る場所です。多くの人と共同生活になるので、ルールやマナーを守ってください。

① 避難所の受付で名簿に記入してください。

② 避難所は、避難所を利用する人が協力して運営します。積極的に運営に参加してください。

③ お年寄り、身体の不自由な人、乳幼児を抱えた人、妊婦などの要配慮者に気配りしながら、助け合いの心をもって生活してください。

④ 避難所では必ず靴を脱いでください。脱いだ靴は靴箱に入れるか、ビニール袋に入れて自分で保管してください。

⑤ 避難所では大きな声や音を出さないでください。乳幼児の育児については、周辺の避難者の安眠を確保するため、就寝場所から離れた場所にある育児スペースを活用してください。

⑥ 避難所では火気の使用はできません。また禁煙です。飲酒も禁止です。

⑦ 避難所では携帯電話をマナーモードに設定してください。

⑧ 避難所ではお互いのプライバシーを尊重して、勝手に他人の場所に入らないでください。

⑨ 犬や猫などのペットを居住スペースに入れることはできません。避難所運営の担当者に、どこで飼育することができるか確認してください。

⑩ 「立入禁止」と表示された部屋には入らないでください。

⑪ 食糧や救援物資の配給時には、順番を守ってください。なお食糧が不足しているときは、要配慮者に優先的に配給されます。

⑫ ゴミは必ず決められた場所に捨ててください。

⑬ トイレはきれいに使用してください。もし汚してしまったら自分できれいにしてください。

⑭ 他の避難所や友人宅などに移るとき、または自宅に戻るときは、避難所運営の担当者に報告してください。

⑮ その他、分からないことがあったときは、避難所運営の担当者に相談してください。

作成：公益財団法人栃木県国際交流協会
協 力：栃木県危機管理防災局危機管理課