

しんがたころなういるす しんぱいひと
【新型コロナウイルスが 心配な人へ】

※ これは外国人のために「やさしい日本語」で書いています。

7月31日からは 7つ お願いします。

1 外へ出る時は マスクを つけてください。 マスクを つけて

暑い時は 隣の人と 2 m 以上の スペースを 空けて

マスクを はずして休んでください。よく 手を 洗ってください。

2 体の調子が悪い時は、外へ出ないでください。

病院へ行く前に、電話をして行ってください。

3 レストランや 食堂などを 利用する時は、

広島県の「新型コロナウイルス感染症対策取組宣言店」など

感染防止の対策を しっかりしている 店を利用してください。

レストランや 食堂などを 利用する時や、

スポーツを見に行く時は、大きな声をださないでください。

4 日本の政府が作った 感染者が 近くにいたことがわかる

接触確認アプリ「COCOA」を 活用してください。

くわしくは こちらを 確認してください。

<https://live-in-hiroshima.jp/kinkyu/417/>

5 他の県に 行く時は、その県の情報を 確認して

しっかり 対策を してください。

リスクが高い 所や施設には 行かないでください。

6 仕事は ^{しごと} できるだけ ^{いえ} 家で ^{しごと} してください。仕事に ^い 行くときは
できるだけ ^{ある} 歩くか ^{じてんしゃ} 自転車で ^い 行ってください。

7 ^{しんがた} 新型コロナウイルスになった人 ^{ひと} そして ^{びょういん} 病院で
^{はたら} 働いている人 ^{ひと} に ^{わる} 悪いことを ^い しないでください。

○ ^{しんがた} 「新型コロナウイルスで ^{びょうき} 病気に ^な ったかも ^{しれ} ません」という人 ^{ひと}

(1) ^{かぜ} 風邪のときや、^{せき} 咳が ^で 出るとき、^{ねつ} 熱があるとき、^{かいしゃ} 会社や ^{がっこう} 学校を
^{やす} 休んでください。

(2) ^{つぎ} 次のことが ^{つづ} 続いたとき、^{かなら} 必ず ^{そうだん} 相談する ^{ところ} に ^{でんわ} 電話して
ください。

・ ^{かぜ} 風邪のような ^{せき} 咳や ^{ねつ} 熱が ^あ ります。

・ ^{いき} 息を ^{くうき} する(空気を ^す 吸ったり ^だ 出したり ^{する})の ^{むずか} が ^た 難しいです。

・ ^{からだ} 体が ^と ても ^{おも} 重い ^{かん} 感じです。

(3) ^{つぎ} 次の ^{ひと} 人は、^{びょうき} 病気が ^{ひど} くなる ^{こと} が ^あ ります。(2)の ^{しょうじょう} 症状 ^{つづ} が ^{とき} 続く時は、
^{はや} 早めに ^{そうだん} 相談して ^く ださい。

・ ^{こうれいしゃ} 高齢者 (^{とし} 年を ^と っている ^{ひと} 人)

・ ^{にんしん} 妊娠 ^{して} いる ^{ひと} 人

・ ^{とうようびょう} 糖尿病、^{しんふぜん} 心不全、^{こきゅうきしっかん} 呼吸器疾患 (^{はい} 肺や ^{のど} 喉などの ^{びょうき} 病気が ^あ る ^{ひと} 人)

・ ^{とうせき} 透析を ^{して} いる ^{ひと} 人

・ ^{めんえきよくせいざい} 免疫抑制剤や ^{こう} 抗がん剤 ^{ざい} などを ^{つか} 使っている ^{ひと} 人

【どこへ ^{そうだん} 相談しますか】

^{にほんご} 日本語が ^{しんぱい} 心配なとき ^{こくさいせんたー} ひろしま国際センターの ^{がいこくじんそうだんまどぐち} 外国人相談窓口 ^{でんわ} に 電話して
ください。

● ^{こくさいせんたー} ひろしま国際センター

^{でんわ} 0120-783-806 ^{でんわ} ^{かね} (電話の お金 ^{0えん} が かかりません。0円です。)

^{じかん} ^{げつようび} 時間：月曜日から ^{きんようび} 金曜日… ^{ごぜん8じ30ふん} 午前8時30分から ^{ごご7じ} 午後7時まで

^{どようび} 土曜日… ^{ごぜん9じ30ふん} 午前9時30分から ^{ごご6じ} 午後6時まで

^{ことば} ^{えいご} 英語・^{ちゅうごくご} 中国語・^{べとなむご} ベトナム語・^{かんこくご} 韓国語・^{たがろぐご} タガログ語・^{ポルトガル語}・^{インドネシア} インドネシア

^ご ^{たいご} 語・^{タイ語}・^{すぺいんご} スペイン語・^{ねぱーるご} ネパール語

《^{こくさいせんたー} ひろしま国際センター ^{がいこくじんそうだんまどぐち} 外国人相談窓口の ^{ほーむぺーじ} ホームページ》

<http://hiroshima-ic.or.jp/consult-jap.html>

● ^{ほけんじょ} 保健所などの ^{そうだん} 相談する ところ

^{にほんご} 日本語が ^わ 分かるときは あなたの ^す 住んでいる ところの ^{ほけんじょ} 保健所や ^{ほけん} 保健

^{せんたー} センターなどに ^{でんわ} 電話で ^{そうだん} 相談して ください。

※ ^{でんわばんごう} 電話番号などは ^{つぎ} 次の ^{ぺーじ} ページを ^み 見てください。

○ 「^{わたし} 私は ^{げんき} 元気です。でも ^{しんぱい} 心配です。」という人

^{いま} 今 ^{げんき} 元気な人 (^{ひと} 熱 ^{ねつ} が ^{せき} ありません。咳 ^{せき} が ^で 出 ^{いた} ません。のど ^{いた} が ^{いた} 痛 ^{いた} くありません)

は、^{しんぱい} 心配を ^{しんぱい} しすぎないで ください。

いつもの ^{びょうき} 病気に ^{びょうき} ならないために ^{びょうき} すること ^{びょうき} を ^{びょうき} して ください。

たとえば、よく ^て 手を ^{あら} 洗 ^{あら} って ください。 ^{ますく} マスクを ^{ますく} つ ^{ますく} けて ください。

● ほけんじよ 保健所などの そろだん 相談する ところ

す 住んでいる ところ	でんわ 電話	ほけんじよ 保健所など	
	げつようび 月曜日から きんようび 金曜日 やすひ 日(土日 祝) 24時間		
おおたけし はつかいちし 大竹市、廿日市市	(082) 513-2567	ひろしまけんせいぶほけんじよ 広島県西部保健所	
あき たかたし ふちゅうちよう 安芸 高田市、府中町、 かいたちよう くまのちよう さかちよう 海田町、熊野町、坂町、 あき おおたちよう きたひろしまちよう 安芸太田町、北広島町		ひろしまけんせいぶほけんじよひろしましよ 広島県西部保健所広島支所	
えたじまし 江田島市		ひろしまけんせいぶほけんじよくれししよ 広島県西部保健所呉支所	
たけはらし ひがしひろしまし 竹原市、東広島市、 おおさきかみじまちよう 大崎上島町		ひろしまけんせいぶひがしほけんじよ 広島県西部東保健所	
みはらし おのみちし せらちよう 三原市、尾道市、世羅町		ひろしまけんとうぶほけんじよ 広島県東部保健所	
ふちゅうし じんせきこうげんちよう 府中市、神石高原町		ひろしまけんとうぶほけんじよふくやまししよ 広島県東部保健所福山支所	
みよしし しょうばらし 三次市、庄原市		ひろしまけんほくぶほけんじよ 広島県北部保健所	
うえ し まち 上の市と町の ぜんぶ 全部の ところ		ひろしまけん かんせんしよう しつべい かんり 広島県 感染症・疾病管理 せんたー センター ひろしまけんけんこうたいさくか (広島県健康対策課)	
ひろしましなかく 広島市中区		(082) 241-4566	ひろしましなかほけんせんたー 広島市中保健センター
ひろしましひがしく 広島市東区			ひろしましひがしほけんせんたー 広島市東保健センター
ひろしましみなみく 広島市南区	ひろしましみなみほけんせんたー 広島市南保健センター		
ひろしましにしく 広島市西区	ひろしましにしほけんせんたー 広島市西保健センター		
ひろしましあさみなみく 広島市安佐南区	ひろしましあさみなみほけんせんたー 広島市安佐南保健センター		
ひろしましあさきたく 広島市安佐北区	ひろしましあさきたほけんせんたー 広島市安佐北保健センター		
ひろしましあきく 広島市安芸区	ひろしましあきほけんせんたー 広島市安芸保健センター		
ひろしましさえきく 広島市佐伯区	ひろしましさえきほけんせんたー 広島市佐伯保健センター		
ひろしまし ぜんぶ 広島市 全部の ところ	ひろしましけんこうすいしんか 広島市健康推進課		
くれし 呉市	(0823) 22-5858		くれしほけんじよ 呉市保健所
ふくやまし 福山市	(084) 928-1350	ふくやましほけんじよ 福山市保健所	

※ 5月1日に がつ にち 電話番号を でんわばんごう すこし 変えました。