

たいせつひとまも しんがた
大切な人を 守るために、 新型コロナ（COVID-19）に
 かんせん かんせん
感染しない、 感染させない

しんがた
 新型コロナにならないように 気をつけてください。

- 特に、**高齢者（=65歳以上の人）**は、気をつけてください。
- **家族**でも 気をつけてください。

かんせん びょうき ひと ひと
 ※感染=病気が 人から 人へ うつること

いちにち なんかい
1日に 何回も
 て あら
手を 洗います

は
タオルや 歯みがきの
コップなどは
 じぶんもの
自分のものを
 つか
使います

みんな ひとつのお皿は
使わないでください
 じぶん たべもの
自分の 食べ物は
 じぶんのお皿だけ
自分の お皿だけ
 つか
使います

でんき
ドアノブや 電気の
スイッチなどは
 いつもきれいに
します

じかん かい
1時間に 2回くらい
 まどをあ
窓を 開けます

めくち はな
目、口、鼻などを
できるだけ 触りません

いえ なか はな
家の中 で 話すときも
マスクを します

こうれいしゃ
 高齢者(=65歳以上の人)が 感染しないように します

ひと あ はな
人と 会って 話すとき
短い 時間に します

こうれいしゃ
 高齢者(=65歳以上の人)が 感染しないように します

みせ
お店は
「虹の ステッカー」が
ある 店を 使います



にじ みせ
 ※「虹の ステッカー」が ある店は、
 しんがた
 新型コロナにならないように 気をつけている 店です。

しんがた びょうき し くあい わる
 ■新型コロナの病気について知りたいとき・具合が悪いとき

しんがた
新型コロナコールセンター
 にほんご えいご ちゅうごくご かんこくご そうだん
 (日本語・英語・中国語・韓国語で相談できます)

☎0570-550571 AM9:00~PM10:00

しんがた せいかつ こま ふあん
 ■新型コロナで生活に困ったとき・不安なとき

しんがた
東京都外国人新型コロナ生活相談センター TOCOS
 えいご ちゅうごくご かんこくご げんご そうだん
 (英語・中国語・韓国語など14言語で相談できます)

☎0120-296-004 AM10:00~PM5:00
 (土曜日、日曜日、祝日はお休みです)



一般財団法人
東京都つながり創生財団
 Tokyo Metropolitan Foundation "TSUNAGARI"