

たいせつ ひと まも しんがた
大切な人を守るために、新型コロナウイルス（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 き
 新型コロナウイルスにならないように気をつけてください。

とく こうれいしゃ さいいじょう ひと き
 ▶ 特に、高齢者（＝65歳以上の人）は、気をつけてください。

かぞく き
 ▶ 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
使います



みんな で ひとつのお皿は
 つか
使わないでください
 じぶん た もの
自分の食べ物は
 じぶんのお皿だけ
 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 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 き みせ
 新型コロナウイルス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 ぐあい わる
 ■新型コロナウイルスの病気について知りたいとき・具合が悪いとき

新型コロナウイルスコールセンター

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）

☎ 0 5 7 0 - 5 5 0 5 7 1 AM9:00～PM10:00

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

東京都外国人新型コロナウイルス生活相談センター 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）

☎ 0 1 2 0 - 2 9 6 - 0 0 4 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"