

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 ※かんせん びょうき ひと ひと
 ➤ 家族でも 気をつけてください。 ※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 の もの を
自分のものを
使います



みんな で ひとつ の お皿 は
 つか わ な い で く だ さ い
使わないでください
 じ ぶん の た べ も の は
自分の食べ物は
 じ ぶん の お皿 だけ
自分の皿だけ
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
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 さいいじょう ひと かんせん
 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 さいいじょう ひと かんせん
 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
 にじ ※
「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"