



いんふおめーしょん
ながのけんインフォメーション

はつごう
発行：長野県県民文化部文化政策課
多文化共生・パスポート室
TEL：026-235-7173
Email：tabunka@pref.nagano.lg.jp

せいかつ
生活

がいこくご じょうほう し
外国語で情報をお知らせしています

ながのけんたぶんかきょうせいそだんせんたーでは、SNSを使って、外国語でお知らせしています。

	English	Português	Tiếng Việt	Tagalog	ไทย	Bahasa Indonesia
Facebook						
Twitter						
LINE						
YouTube						
	「やさしい日本語」					<p>WEBサイトでも、 外国人のみなさんに お知らせしています。</p>

COVID-19

でる たかぶ かんせん き
デルタ株に感染しないために、気をつけましょう

7月から、新型コロナウイルスのデルタ株が広がっています。
デルタ株は、感染しやすいウイルスです。新しく感染する人も増えています。
デルタ株に感染すると、病気が重くなりやすいです。
デルタ株に感染しないために、今までしている感染対策を、しっかりしましょう。

でる たかぶ
デルタ株は
こんなウイルスです

- ① かんせん
感染しやすい
- ② びょうき おも
病気が重なる
- ③ わか ひと
若い人 (20~30才の人) の感染が増えた

かんせんたいさく
感染対策をしっかりとしましょう

- ☑ はなし
話すときは、マスクをつけて、
あいて
相手と離れてください。
- ☑ できるだけ、ふおりぬの ますく つか
不織布のマスクを使ってください。
- ☑ まと あ
窓を開けて、へや くつき
部屋の空気を
こまめに入れ替えてください。
- ☑ てあら しょうとく
手洗いと消毒は、こまめにしてください。
- ☑ ねつ やせきがなくても、ぐあい わる
熱やせきがなくても、具合が悪いときは、
できるだけ早く病院に行ってください。
例えば、
・のどが痛いとき
・鼻水が出るとき

「避難指示」が出たら、必ず逃げてください！

天気が悪くなったとき、住んでいる市町村が、避難情報＜＝逃げるお願い＞を出すことがあります。

「警戒レベル4 避難指示」が出たら、危ないところから全員逃げてください。

お年寄りや、身体に障がいのある人は、逃げるために時間がかかります。

逃げるために時間がかかる人は、「警戒レベル3 高齢者等避難」で逃げてください。

警戒レベル	避難情報
5	緊急安全確保
＜警戒レベル4までに必ず逃げて！＞	
4	避難指示
3	高齢者等避難
2	大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1	早期注意情報 (気象庁)

警戒レベル5では、安全に逃げるできません。命が危なくなります。
「警戒レベル4 避難指示」までに必ず逃げてください！

多言語のチラシは
こちらから確認できます。



✓ 便利なアプリやWEBサイトについて (多言語)

災害＜＝大雨や地震など＞が起こったときに、役に立つアプリとWEBサイトです。
チラシを壁などに貼っておきましょう。



http://www.bousai.go.jp/okusai/web/index_en.html

気象庁のWEBサイトです。
災害＜＝大雨や地震など＞の情報を確認することができます。



<https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>

無料の相談会を行います

長野県多文化共生相談センターでは、外国人のみなさんのための、無料＜＝0円＞の相談会を行います。

市町村	日にち・時間	場所
塩尻市	9月25日 (土曜日) 10:00～15:00	塩尻市市民交流センター えんぱーく3階 会議室302、303
伊那市	10月12日 (火曜日) 10:00～15:00	伊那市役所 1階 多目的ホール

【相談できる言語】

タイ語・ポルトガル語・中国語・韓国語・タガログ語・ベトナム語・インドネシア語・英語
ドイツ語・スペイン語・マレー語・ネパール語・クメール語・ミャンマー語・フランス語

※日にちや場所が変わることがあります。
詳しい情報は、長野県多文化共生相談センターのホームページで確認してください。

TEL : 026-219-3068
E-mail : tabunka-center@anpie.or.jp



「長野県多文化共生相談センター」では、生活で困ったことなどを、15の言葉で相談することができます。(無料)

☎ 026-219-3068 / 080-4454-1899 ホームページ : <https://www.naganoken-tabunka-center.jp/>

