

生活

長野県多元文化共生咨询中心，使用社交媒体（SNS）发布信息

長野県多元文化共生咨询中心，在原有基础上扩充了社交媒体（SNS）语种，面向不懂日语的外国籍人士发布相关的重要信息。

	English	Português	Tiếng Việt	Tagalog	ไทย	Bahasa Indonesia
Facebook						
推特						
LINE						
YouTube						
						扫二维码查找面向外籍人士发布的相关信息。

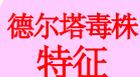
“简单日语”

COVID-19

彻底做好感染预防对策，预防德尔塔毒株扩散！

7月过后、传染性强的德尔塔毒株在長野县以前所未有的速度蔓延，新冠病毒确诊者的人数在不断增加。

据研究表明，德尔塔毒株比起至今为止的新冠病毒并不只是传染性强，而且容易导致重症。再次提醒各位，彻底采取基本的感染预防措施，齐心协力阻止感染扩散。


德尔塔毒株特征

- ① 传染性强
- ② 导致重症的可能性大
- ③ 年轻群体（特别是20多岁）的感染人数增多

做好基本防疫措施

- 谈话时戴口罩，并要保持适当距离。
- 尽可能戴无纺布口罩。
- 做好房间的通风换气、避免去通风不好的场所。
- 在适当的时候，用可行的方法做到勤洗手及手指消毒。
- 不单只限于发烧咳嗽，如有喉咙不适、流鼻涕等症状而感觉身体不舒服时，请尽早向社区医生（かかりつけ医）咨询。

收到“避难通知”，请马上采取避难行动！

天气状况恶化，灾害风险增高时，您所居住的市政地区将发布避难信息。

当“警报级别 4 避难通知”发布时，请所有人离开危险场所避难。

对于避难需要时间的老年人、残障人士等，在发布“警报等级 3 高龄人等避难”时，就请开始避难。

警报级别	避难信息等
5	确保紧急情况安全
<发布了警报级别 4 就立即逃避！>	
4	避难通知
3	高龄人等避难
2	大雨・洪水・海潮警报 (气象厅)
1	早期注意信息 (气象厅)

警报级别 5 是已经无法安全逃避危及生命的紧急情况。
请不要等到发布“警报级别 5 确保紧急情况安全”立即避难！

可在此处确认
多语种宣传单。



✓ 做好准备，应对不测的灾害！

扫二维码查找灾害时使用的多语种软件和网站。
推荐将此贴在方便立刻查询的地方。



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

扫二维码查找气象厅的灾害信息网站。
确认多语种的警报、危险预报、台风及地震信息



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

举办免费咨询活动

长野县多元文化共生咨询中心、将为外国籍人士提供免费咨询活动。

市町村	时间	会场
盐尻市	9月25日(周六) 10:00~15:00	盐尻市市民交流中心 3楼302、303会议室
伊那市	10月12日(周二) 10:00~15:00	伊那市政府 1楼 多用途大厅

【对应语种】

泰语・葡萄牙语・中文・韩语・他加禄语・越南语・印度尼西亚语・英语
德语・西班牙语・马来语・尼泊尔语・高棉语・缅甸语・法语

※日程可能会根据新冠疫情的感染状况而变化。
详情请查阅长野县多元文化共生咨询中心网页。

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



“长野县多元文化共生咨询中心”，可用 15 种语言，接受外籍县民在生活中的困难等咨询。（免费）

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

