

## ●注意第二波·第三波的新冠疫情并做好预防

目前即便我们解除了“紧急事态宣言”，但并不意味着新冠病毒就此消失。如果我们麻痹大意，有可能出现第二波·第三波的反弹，将会再次导致大量人群被感染。为预防感染，厚生劳动省向大家提供了「新生活模式」预防小常识。详情请参阅厚生劳动省网页。

HP [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431\\_newlifestyle.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_newlifestyle.html)

※另有英语版以便大家参阅。

○「新生活模式」实例（源于厚生劳动省网站中部分内容）

(1)个人病毒感染预防对策（预防感染三要素：①确保距离、②戴口罩、③勤洗手）

· 人与人尽可能保持2m（最低1m）的间隔 · 与室内相比，尽量选择户外活动

(2)培养良好日常生活习惯

· 勤洗手 · 手消毒 · 勤换气 · 遵守咳嗽礼仪

(3)改变日常生活方式

· 利用网络购物 · 在人群稀疏的环境中慢跑锻炼

(4)新的工作方式

· 远程办公、轮流办公 · 宽松的错时上班模式

▽咨询：健康推進課 ☎ 042（376）9111

## ●为了守护您的生命，多摩市开设了PCR检测中心！

在多摩市医师协会的协助下，我们与协会联合开设了「多摩市PCR检查中心」，5月14日起已开始进行PCR检测，经医生诊断，如有需要可进行PCR检测。疑似被感染者请联系经常就诊医院的医生。若无经常就诊医院，请就近联系相关医院。▽咨询：健康推進課 ☎ 042（376）9111

## ●勿一人烦恼、马上咨询

### 请打消费者热线「☎188」咨询

「新冠病毒可能会通过住宅的上下水道进行传播。因需要做调查，请告知您家地址」、「需要给您发补助金，请告知您个人及银行账号信息」等因新冠疫情的蔓延导致的各种纠纷，以及「消费者合法权益遭受损害」等违反消费者权益的恶性事件的发生，是否让您感到困惑？请您不要一人烦恼，马上与我们联系并咨询。全国各地均可拨打3位数的消费者热线「☎188」。这里有专业的客服人员为您解答。

▽咨询：消費生活センター ☎ 042（337）6610

消费者厅 消费者热线188 形象代言人一

「IYA YANG」



## ●邮送、申请、受理开始！

### 您收到多摩市特别定额补助金的申请书了吗？

（截至令和2年4月27日，向多摩市已登陆在册的居住者每人发放10万日元的补助金。）

我们已于5月28日向发放对象的户主邮送了申请书。请确认申请书记载的相关内容，参照填表样本填写申请书各项信息，并粘贴附加材料，用「返信用封筒」【视频发布填写方法】▶将申请书邮送至我处。

另外，已经通过在线申请者不需要再邮送申请书。

▽申请期限 申请日期截止到8月31日（周一）当日邮戳有效（注）请注意补助金欺诈！

▽咨询：総務契約課特別定額給付金係（多摩市新型コロナウイルスコールセンター）

☎：042（400）1612、fax：042（400）1370

## ●推介防灾用品

未雨绸缪，为应对突发性灾害，由市里选定，并与相关商家签约推介各种防灾用品。

▽期限：截止令和3年3月31日（周三）

▽样品展示：7月31日（周五）～9月1日（周二）在市役所1楼大厅、左记时间以外在2楼楼防灾安全课前

※详情参照官网 ▽咨询：防灾安全課 ☎ 042（338）6802

大変お待たせしました



【申请·支付情况等信息  
确认。】▶

## ●10%的折扣！「多摩市餐饮店援助券“たましめし”」开始贩卖

因新冠疫情的蔓延，餐饮行业受到了极大影响。为了支援我市餐饮行业，现出售多摩市版的“餐饮援助券”「飲食チケット」。从6月上旬起，我市参与此活动的餐饮店，将陆续出售印有“10%折扣”的“多摩市餐饮店援助券”。希望大家支持！

▽发行·贩卖：市里募集的参加「多摩市饮食店援助事业」的各店铺

※详情请参照多摩市官网，或直接向各店铺咨询（贩卖开始时间依据各店具体情况）

▽援助券金额：联票面值为5,500日元（500日元/张×11张）的援助券，售价5,000日元

▽咨询：经济観光課 ☎042（338）6909 或 ☎042（338）6830

【这里有参加店铺信息】▶



## ●利用 YouTube 向大家发布动态信息

新冠病毒疫情的紧急事态宣言虽然已经解除，但下一步我们仍继续利用 YouTube 频道向居家生活和工作的人们发布各种动态信息。由儿童馆工作人员拍摄的儿童手工制作过程和体操视频，以及为确保身体健康，居家体育锻炼视频，多摩市长和保健师援助鼓励的视频等，请大家关注官方网站的 YouTube 视频集。

▽频道名称 多摩市公式チャンネル

▽咨询：秘书広報課 ☎042（338）6812

【多摩市官网频道】▶



### 节假日值班医院 9:00~17:00

多摩市医师协会: <http://www.tama-med.or.jp/toban/>

- 6/14(日) あべ多摩センター内科 ☎042-373-7755  
鶴牧1-22-2 多摩メディカルビルディング2階
- 6/21(日) からきだ駅前クリニック ☎042-376-3800  
唐木田1-1-7 プラザ唐木田104
- 6/28(日) 渡辺クリニック ☎042-371-3321  
豊ヶ丘5-8-1
- 7/5(日) 鈴木内科胃腸科 ☎042-371-2760  
永山5-4-10
- 7/12(日) 永山内科クリニック ☎042-338-2355  
乞田1426 KTAビル2階

●仅限急患。

●请一定携带健康保险证·乳幼児医疗证。

●请务必按时就诊。

※来院前请电话联系

※根据就诊情况，当班医生有变更的可能

### 儿童夜诊（健康中心内）=儿科

儿童夜间急诊请先与该诊所联系就诊。  
(19:00~21:45) ☎042-375-0909

### 节假日齿科应急诊所（健康中心内）=齿科

(周日·节日 9:00~15:30) ☎042-376-8009

注 就诊前需电话联系



### 医疗机关指南（24小时服务）

急患电话中心（多摩消防署内）☎042-375-9999  
消防厅急救中心 ☎#7119(手机、PHS、按钮线路)  
☎042-521-2323（拨号线路）  
东京医疗机关信息服务“向日葵”☎03-5272-030

外语医疗信息（东京外国语医疗信息中心）

9:00~20:00 ☎03-5285-8181

★外国人生活咨询室 每月第1·3周的周四（13:30-16:30）TIC活动室（VITA 7楼）※预约制

★日语课程安排（学费 会员=免费）

- | 多摩市委托事业 |                             |
|---------|-----------------------------|
| ◆月曜クラス  | ココリアホール（7F） 11:00-12:50     |
| ◆ "     | 東永山複合施設 302 教室他 10:00-12:00 |
| ◆木曜クラス  | TIC活動室（ヴィータ7階） 10:00-12:00  |
| ◆ "     | " " 19:00-21:00             |
| ◆土曜クラス  | " " 14:00-16:00             |

关于6月开课具体信息，请关注多摩市官网或TIC主页确认，或者直接向TIC事务局咨询。



△有关上述事项的预约及咨询 请与TIC事务局联系 ☎ 042-355-2118

发行 多摩市役所生活和文化部文化·生涯学习推进课

☎ 042-338-6882 每月10日发行



制作·编辑 多摩市国际交流中心（TIC）

事務局 〒206-0011 多摩市関戸4-72 ヴィータ・コミュニネ7階 ☎ 042-355-2118 FAX 042-355-2104

E-mail: [tic@kdn.biglobe.ne.jp](mailto:tic@kdn.biglobe.ne.jp) URL: <https://www.tic-tama.jp>

周一~周六 10:00~17:00（休息日为周日、第1·3周的周一、节假日、岁末年初、临时休馆日）

※如您对以上内容有意见或建议，请与上述相关部门联系。此外，本报备有4国语言版本（日语·英语·汉语·韩语），如有需要请与TIC事务局联系。

編集 最上 勉

中文翻译 杨哈娜