

## 신종 코로나바이러스 감염이 확대되고 있습니다

도내 신종 코로나바이러스 확진자 수가 급속히 증가해 11월19일에 동경도는 감염상황을 매우 심각한 「감염이 확대되고 있다고 생각됨」으로 격상시켰습니다.

또한 타마시민의 확진자 수도 증가하는 경향입니다. 감염 확대방지에는 여러분 한사람 한사람의 예방대책이 중요합니다. 계속해서 감염예방대책에 협조를 부탁드립니다.

▽문의 건강추진과 ☎042-376-9111, FAX042-371-1235

타마시민 확진자 수  
누계 확진자 수  
(레이와2년11월19일 현재)  
148명(그 가운데143명이 퇴원 등을 하신 분)

신규 확진자 수  
(레이와2년11월6일~11월19일)  
타마시9명/동경도4,371명

### 감염안되고! 감염안시키고!

●외출할 때는 감염예방을 확실히 행하여 자신이 감염되지 않도록 함은 물론, 몸상태가 안 좋을 때는 외출을 삼가하여 주위 사람들이 감염되는 것을 막읍시다.

☆감염을 예방하기 위하여

**기본적인 감염예방 대책이 중요합니다**  
감염을 예방하기 위해서는 가글·손씻기 철저, 올바른 마스크착용, 사회적거리두기 확보, 밀폐·밀집·밀접의 「3밀」을 피하는 것이 중요합니다.

**습도는 40% 이상으로**  
공기가 건조해지는 계절은 바이러스가 공기 중에 오랫동안 생존하여 감염되기 쉽습니다. 가습기를 사용하거나 세탁물을 실내에서 말리는 등 적당히 가습을 합시다. 또한 가습기 내부는 세균이 증식할 수 있으니 정기적인 청소로 항상 청결히 합시다.

**환기를 시킵시다**  
항상 조금만 창을 열어놓아 18도 이상을 기준으로 실내온도가 그다지 내려가지 않는 범위에서 환기를 시킵시다. 갑자기 실내온도가 내려가면 급격한 혈압상승으로 인해 심장에 부담을 주어 심근경색이나 뇌경색을 일으킬 수 가 있습니다.

**감염을 방지하면서 건강을 확보!**  
외출자속으로 활동량이 적어지면 근육양이나 인지기능의 저하가 일어납니다. 워킹이나 체조 등으로 몸을 움직여 심신의 건강을 유지합시다. (자세한 것은 타마홍보 12월 20일호에서 알려드립니다.)

## 년말연시 소다이고미(유료쓰레기) 등의 신청

12월은 대청소 등으로 고미(쓰레기)·자원을 버릴 기회가 늘어나기 때문에 계획적으로 버려주세요. 년초는 레이와3년1월4일(월)부터 신청 접수를 받습니다.

·소다이고미 수집...사전에 반드시 소다이고미 전용다이얼 또는 공식홈페이지 인터넷접수(품목한정 있음)로 신청해 주시기 바랍니다.

※수집일은 「고미(쓰레기)·자원수집카렌다」에서 확인바랍니다.

·통상수집신청...수집희망일 전날 오후3시까지 신청해 주시기 바랍니다. 년내는 2월29일(화)까지 수집합니다.(신청은 12월28일(월)오후3시까지).

·청소공장에 직접 가져오기...년내는 12월28일(일)오후5시까지 신청하면 12월30일(수)오후 4시 30분까지 가지고 오실 수 있습니다.

※12월26일(토)은 가져오기 불가 ※년초 가져오기는 레이와3년1월4일(월)부터

※받아들이는 차량대수에 제한이 있기에 희망일에 가져오실 수 없는 경우가 있음.

**고미(쓰레기)·자원의 배출은 반드시 오전 8시까지!**

년말연시는 수집 시간대가 평소 이상으로 큰 변동이 있으므로 오전 8시 이후에 고미·자원을 내놓으면 수집해 가지않는 경우가 있습니다.

▽신청 소다이고미 전용다이얼 ☎042-375-9713

[12월 28 일(월)오후5시~레이와3년 1월 4 일(월)오전 8 시 30 분을 제외하고]

▽문의 에코프라자타마내고미(쓰레기)대책과 ☎042-338-6836, FAX042-356-3919

**휴일 진료 당번의(医)**

**9:00~17:00**

타마시 의사회: <http://www.tama-med.or.jp/toban/>

- 12/13(일) 사사베의원 ☎042-375-7313  
세키도 4-9-2 콘호-도 세이세키1·2F
- 12/20(일) 카이토리우치다의원 ☎042-389-3646  
카이토리 1-52-1 노브르 카이토리1F
- 12/27(일) 야마젠내과클리닉 ☎042-372-5588  
이치노미야 4-40-3 세이세키사쿠라가오카 가덴하우스1F
- 12/29(화·년말)  
쭈루마키야기클리닉 ☎042-319-3449  
쭈루마키 5-4-1
- 〈소아과〉마에하라소아과 ☎042-374-5028  
세키도 4-72 聖蹟桜ヶ丘オーパ5F
- 12/30(수·년말)  
타무라클리닉 ☎042-356-0677  
오치아이 1-32-1 타마센타페페리 빌딩5F  
〈소아과〉타케이소아과 ☎042-357-3030  
세키도 2-69-3
- 2/31(목·년말)  
미유키클리닉 ☎042-372-4853  
렌코지 1-8-3
- 〈소아과〉타마시어린이존야진료소 ☎042-375-0909  
세키도 4-19-5 시립건강센타내

- 1/1(금·신정설날)  
아이클리닉 ☎042-375-9581  
카이토리 1431-3  
〈소아과〉타마시어린이존야진료소  
☎042-375-0909  
세키도 4-19-5 시립건강센타내
- 1/2(토·년시)  
타무라클리닉 ☎042-356-0677  
오치아이 1-32-1 타마센타페페리 5F  
〈소아과〉타마시어린이존야진료소  
☎042-375-0909  
세키도 4-19-5 시립건강센타내
- 1/3(일·년시)  
타마센타클리닉미라이 ☎042-316-8570  
오치아이 1-38 마그레브파크빌딩1F  
〈소아과〉코도모클리닉시미즈  
☎042-373-0512  
쭈루마키 1-24-1 신도시센타빌딩3F  
타무라클리닉 (발열환자에 한함)  
☎042-356-0677  
오치아이 1-32-1 타마센타페페리 5F

- 응급환자에 한합니다.
- 건강보험증·유소아의료증 등을 잊지마시고
- ※병원에 오시기 전에 먼저 전화주세요.
- ※당번의는 사정에 따라 변경될 수 있습니다.

**어린이 존야간 진료소(건강센터 내)=소아과**  
어린이의 응급은 우선 이 진료소의 진료를 받아주세요.  
(19:00~21:45) ☎042-375-0909



**휴일 치과 응급진료소 (건강센터내)=치과**  
(일·축·년말연시의 9:00~15:30) ☎042-376-8009  
☎ 사전 전화연락 요망

**진료기관 안내 (24 시간 체제로 실시)**

- 응급텔레폰센터(타마소방서 내) ☎042-375-9999  
소방청 구급상담센터 ☎#7119(휴대폰, PHS, 꺾쇠표)  
☎042-521-2323(다이얼회선)
- 토쿄토 의료기관안내 서비스 "히마와리" ☎03-5272-0303  
외국어 의료정보(토쿄토 보건의료정보센터)  
9:00~20:00 ☎03-5285-8181

**외국인을 위한 생활상담실 제 1·제 3 목요일 (13:30-16:30) TIC 활동실 (비-타 7 층) ※예약제**

**☆일본어교실 예정**

(수강료 : 회원=무료)



**타마시위탁사업**

◆월요일클래스	케어어맘 (코코리아타마센터 5 층)	10:00-12:00	12/7,14,21	1/18,25
◆ "	히가시나가야마복합시설 302 교실의	10:00-12:00	12/7,14,21	1/18,25
◆목요일클래스	TIC 활동실 (비-타7층)	10:00-12:00	12/3,10	1/7,14,21
◆ "	" "	19:00-21:00	12/3,10	1/7,14,21
◆토요일클래스	" "	14:00-16:00	12월은 온라인 만	1/9,16,23

△상기 전화예약 및 문의 ☎ 042-355-2118 TIC 사무국

**발행 타마시청 생활과 문화부 문화·생애학습추진과 ☎ 042-338-6882 매월 10 일발행**



**작성·편집 다마시국제교류센터 (TIC)**

사무국 〒206-0011 타마시 세키도 4-72 비-타·코뮤네 7 층 ☎ 042-355-2118 FAX 042-355-2104

E-mail: [tic@kdn.biglobe.ne.jp](mailto:tic@kdn.biglobe.ne.jp) (HP) URL: <https://www.tic-tama.jp> 월~토 10:00~17:00 (일, 제 1·3 월요일, 축일, 연말연시, 임시 휴관일은 쉽니다.)  
※기사에 관한 의견이나 희망이 있으시면 상기 연락처로 보내 주십시오. 또한 본 회보는 4 개 국어 (일본어·영어·중국어·한국어) 로 준비되어 있으며, 희망하시는 분은 TIC 사무국으로 연락 바랍니다.  
편집 무라타 구미코 번역 천행화