

●接种新冠病毒疫苗的准备工作中正在进行中

多摩市政府为了让大家能够尽早地从新冠病毒感染的威胁中脱离，保障市民们的安全和安心，正在全力以赴。外国人也可以接种疫苗。因为疫苗的供应是慢慢进行的，所以会有优先接种顺序的安排。由于日本整体的疫苗供应量很少，所以4月向多摩市提供的面向市民的疫苗估计也非常少。具体接种日程如下：

▼接种日程（对象：16岁以上的市民）

接種対象者	4月	5月	6月	7月	8月以降
高齢者施設などに入所している方 高齢者施設などで従事している方		接種			
高齢者（令和4年3月31日時点で 65歳以上の方）		5月上旬予約開始(予定)			
	接種券発送	優先接種(5月12日開始予定)		接種	
高齢者以外で基礎疾患を有する方	4月中旬 発送予定			接種券発送	接種
上記以外の方				接種券発送	接種

问询

新型冠状病毒疫苗接种电话中心

☎ 042-313-7003

※周六、周日、节假日在内的上午9点至下午5点

接种对象：

- ・入居老年人设施者，及在老年人设施的工作人员 5月⇒7月接种
- ・老年人（2022年3月31日满65岁及以上人员） 4月⇒5月发送接种券；优先接种5月12日开始(预定)5月上旬开始预约(预定)；
- ・老年人以外有基础疾病人员 7月开始发送接种券；8月以后开始接种
- ・非以上人员 7月开始发送接种券；8月以后开始接种

○接种方式…针对老年人设施等实行巡回接种，集体接种，个别接种等混合方式进行。

首先从5月开始对老年人设施等进行巡回接种和集体接种，等市内医疗机构做好准备后，马上追加个别接种。

①巡回接种（老年人设施等）…由多摩市医师会向老年人设施等派遣医生和护士进行接种

②集体接种（公共设施及民间设施）

- ・关户公民馆（VITA COMMUNE）：周三、四、六、日、节假日上午9点～下午7点30分（预定）
- ・永山公民馆（BERUBU 永山）：周三、四、六、日、节假日上午9点～下午7点30分（预定）
- ・LINK FOREST（鹤牧 3-5-3）：周六、日、节假日上午9点～下午7点30分（预定）

③个别接种（市内的医疗机构）…市内的医疗机构（约50处）准备好后，依次开始接种。

○疫苗接种流程

※接种日前… ①会收到接种券等

②请预约接种场所和时间（可通过网上预约或AI呼叫中心等进行预约。）

③填写预诊表（有基础疾病的人，请咨询经常就诊的医生后填写。）

※接种当天… ①在家里测量体温（37.5度以上或身体不舒服的人，请不要接种。）

②会场接待处（进行预约情况的确认、本人确认、预诊票的确认。）

③预诊（医生做身体状况等的确认。）

④接种

⑤发行已接种证明（将接种疫苗的信息粘贴到接种券上。）

⑥状况观察（接种后约15分钟（过去有过敏症状的人约30分钟）请在会场等待。）

●为了防止新型冠状病毒感染的扩大

即使紧急事态宣言被解除，也不说明病毒已经消失。

为了防止感染扩大，大家每一个人的预防对策都很重要。

特别是要注意赏樱花和参加欢迎欢送会等，请继续协助预防感染。

- 请戴口罩
- 避开混杂（密集）场所、及拥挤時間帯
- 购物要制定好计划，尽快完成
- 活用外卖和配送
- 避免长时间在餐厅停留
- 尽量利用无现金支付

如果被新冠 (COVID-19) 困扰 . . .

请联系 **「东京都多语咨询导航 (Tokyo Multilingual Consultation Navi)」**。

☎ 03-6258-1227 上午10点~下午4点 (周六、日、节假日除外)

对应语言: 简单日语、英语、中文、韩语、越南语、塔加罗克语、尼泊尔语、
西班牙语、葡萄牙语等

免费咨询

※到目前为止, 作为针对外国人的有关新冠病毒感染咨询窗口
“东京都外国人新冠生活咨询中心 (TOCOS)” 于 2021 年 3 月 31 日关闭。

●北欧式健走体验

- ▽时 间 4月24日(周六)上午9点30分~11点30分(9点15分开始受理) ※雨天终止
- ▽集合场所 多摩中央公园(樱美林大学多摩学院山前广场)
- ▽对 象 可以走3km左右的距离, 在市内居住、在职、在校人员 ▽定员20人(按申请先后为序)
- ▽路 线 多摩中央公园~宝野公园~奈良原公园~鹤牧第2公园~鹤牧西公园~多摩中央公园
- ▽携 带 物 帽子、毛巾、饮料、防寒用品、越野行走杖(仅限有的人)
- ※穿着能运动的衣服、鞋子、腾空两手的背包 ▽主办 多摩市体育推进委员会
- ▽申请、问询 4月22日(周四)前, 电话给体育振兴科☎042-338-6954

节假日值班医院 9:00~17:00 多摩市医师会: <http://www.tama-med.or.jp/toban/>

- 4/18(周日) 中村内科医院 諏訪 5-10-7 ☎042-375-7757
- 4/25(周日) みゆきクリニック 連光寺1-8-3 ☎042-372-4853
- 4/29(节日) 貝取内田医院 貝取1-52-1ノール貝取1F
☎042-389-3646
- 5/2(周日) つるまき八木クリニック鶴牧 5-4-1 ☎042-319-3449
" (小児科) まえはら小児科
関戸 4-72 聖跡桜ヶ丘オーパ 5F ☎042-374-5028
- 5/3(节日) あいクリニック 貝取 1431-3 ☎042-375-9581
" (小児科) にしだこどもクリニック
永山 1-2-14 フローラ永山 1F ☎042-376-1001
- 5/4(节日) 多摩センタークリニックみらい
落合 1-38 マグレブパーキングビル1F ☎042-316-8570
" (小児科) こどもクリニックしみず
鶴牧 1-24-1 新都市センタービル 3F ☎042-373-0512

- 5/5(节日) みゆきクリニック 連光寺1-8-3 ☎042-372-4853
" (小児科) 唐木田こどもクリニック ☎042-355-8505
唐木田1-53-9唐木田センタービル2F
- 5/9(周日) 斉藤内科呼吸器科
永山4-2-6-202 ☎042-373-2522
- 5/16(周日) 渡辺クリニック 豊ヶ丘 5-8-1 ☎042-371-3321

- 仅限于急病人
- 请勿忘记携带健康保险证・乳幼児医疗证等。
- 务必在开诊时间内
- ※去医院前请先电话联系
- ※值班医院有变更的可能

儿童晚间诊疗所(健康中心内)=小儿科

孩子得了急病请先联系此诊疗所。
(19:00~21:45) ☎042-375-0909

节假日牙科应急诊疗所(健康中心内)=牙科

(周日、节日 9:00~15:30) ☎042-376-8009
※需事先电话联系



医疗机构指南(24小时)

急患电话中心(多摩消防署内) ☎042-375-9999
消防厅救急咨询中心 ☎#7119(手机、PHS、Push 电话线)
☎042-521-2323(拨号线)
东京都医疗机关指南服务(向日葵) ☎03-5272-0303

外国语医疗信息(东京都保健医疗信息中心)

9:00~20:00 ☎03-5285-8181

★为外国人开办的生活咨询室 每月第1、3个星期四 (13:30-16:30) TIC 活动室 (VITA 7F) ※预约制

★日语讲座安排

(听讲费: 会员=免费)

多摩市委托事业



- ◆周一班 career mam(COCOLIA 多摩中心 5F) 10:00-12:00 4/5,12,19,26 5/10,17,24
- ◆" 东永山复合设施 302 教室等 10:00-12:00 4/5,12,19,26 5/10,17,24
- ◆周四班 TIC活动室 (VITA7F) 10:00-12:00 4/8,15,22 5/6,13,20
- ◆" " " 19:00-21:00 4/8,15,22 5/6,13,20
- ◆周六班 " " 14:00-16:00 4/10,17,24 5/5,12,19

△上述事项的电话预约及问询处 ☎ 042-355-2118 TIC 事務局

发行 多摩市役所 生活文化部 文化・终身学习推进科 ☎ 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 多摩关户 4-72 VITA Commune 7楼 ☎ 042-355-2118 FAX 042-355-2104

E-mail: tic@kdn.biglobe.ne.jp URL: <https://www.tic-tama.jp/>

周一~周六 10:00~17:00 (周日、第一、三个周一、休日及年末年初、临时休馆日休息。)

※如对以上内容有意见或建议的话, 请与上述部门联系。此外, 备有4国语言的版本(日语・英语・汉语・韩语)。有需要者
请与 TIC 事務局联系。 編集 最上 勉 中文翻译 吴 梅华