

## 请继续协助预防病毒扩散

外出时请注意以下几点：

- ① 戴口罩 ② 外出前测体温 ③ 身体不适时不要外出 ④ 避免在密闭、密集、密切的“三密”空间范围内活动

近期的新冠疫情，由于传染能力极强的变异病毒“德尔塔毒株”的传播，目前以前所未有的速度急剧扩大传播。截至8月25日，多摩市85%的老年人已经完成了2次接种，因此老年感染者人数有所下降，但10至50岁年龄段的感染者人数却在急剧上升。

无论是居家还是外出，都要戴口罩、勤洗手、勤消毒等，彻底做好基本防护，预防病毒感染。另外，尽量减少跨城市（都县间）的移动，尽量避免与家人以外的人接触。用您的行动，来保护您身边的人，靠大家的力量来结束新冠疫情吧。

▽咨询 健康推进课 ☎ 042-376-9111

☆有关新冠疫苗接种的最新信息请浏览多摩市官方网站。

▽咨询 新冠疫苗接种客服中心 ☎ 042-313-7003（※只限日语接待）

## 东京都举办“预防自杀！”对策强化月活动

请注意您的身心极限信号！ 9月为东京都有关自杀对策的强化月

自杀行为大多是由各种因素叠加引起的，被称为“被逼而亡”，任何人都有可能发生。另外，由于新型疫情对经济活动和社会生活的影响逐渐扩大，令人担忧的自杀倾向有所提高。当您遇到了烦恼和担心事宜，不要一个人承担，请向周围的人或咨询机构咨询。

### <多摩市的咨询窗口>

心灵电话沟通处 ☎ 042-338-6818

如果你在日常生活中遇到了各种各样的问题，或者有无法向人倾诉的烦恼，可以向专业的心理咨询师电话咨询。

▽受理时间 每周五 13点30分~16点（节假日・年末年初除外）

工作・生活支援站 ☎ 042-338-6942

接受工作、生活、住所等方面的咨询。 咨询要预约

▽受理时间 周一~周五 9点~18点、周六 9点~17点

## 儿童医疗费补助用医疗证更新

### ●乳・幼儿医疗证更新

目前持有乳儿医疗证或幼儿医疗证者，有效期截止到9月30日（周四）。9月17日（周五）以后我课将向符合条件者邮寄新的医疗证。

### ●请提交现状报告。

对需要更新手续者，我们将于7月下旬发送现状报告。为了确保新医疗证的交付，您需要提交现状申请书。请勿忘记提交该申请书。

▽咨询 育儿支援课 ☎ 042-338-6851

## 如果台风来袭...您将如何应对呢？

您知道台风来临之前，我们要如何应对吗？

为确保自己和周围人的生命安全，请事先确认指定避难所的所在位置。可去任意一家已开放的避难所避难。

▽咨询 防灾安全课 ☎ 042-338-6850

指定避难所	地址	可容纳人数
連光寺小学校	連光寺 3-64-1	280人
南鶴牧小学校	鶴牧 5-43	320人
東落合小学校	落合 3-24	280人
東愛宕中学校	愛宕 1-52	280人
聖ヶ丘中学校	聖ヶ丘 2-17	300人
青陵中学校	貝取 2-9-1	300人
総合体育館	東寺方 588-1	690人
武道館	諏訪 4-9	250人
関戸公民館	関戸 4-72	240人
東京電力パワーグリッド 人材開発センター共用実習棟	日野市百草 460番地	270人

### 避难所拥挤状况确认系统

可以实时确认避难所的拥挤状况。  
为了预防病毒传染，请选择宽松环境的避难所避难。



### 多种语言翻译软件「VoiceTra」

外语⇒日语  
日语⇒外语  
可以翻译的 app。  
在避难所等地遇到困难时  
请使用。

iPhone



Android



可以扫描右边的二维码进行安装。

# 東京都认证保育园现招收入园新生

東京都认证保育园是为了满足多样化的保育需求（包括接送方便的站前保育设施等），由東京都独立认证的都市型保育设施。家长如计划在令和4年4月让孩子入园，请咨询相关保育园。

▽咨询 育儿支援课 ☎ 042-338-6850

名称	电话号码	名称	电话号码
ウイズチャイルドさくらがおか幼稚園	042-376-3541	キッズガーデンかわせみ	042-319-6300
ウイズチャイルドさくらがおかみなみ園	同上	みらい保育園	042-373-7115
ウイズチャイルドさくらがおかこども園	同上	多摩センターエンゼルホーム	042-310-0900
永山駅前こどもの家	042-376-5588	キッズサポート多摩めぐみクラブ	042-319-6771
多摩センターこどもの家	042-373-7773	キッズサポート多摩第二めぐみクラブ	042-313-7833

## 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/>

9/12(日) 多摩永山高田クリニック ☎042-400-5145  
貝取 3-6 医療モール永山3F

9/19(日) 鈴木内科胃腸科 ☎042-371-2760  
永山 5-4-10

9/20(月・祝) 斎藤内科呼吸器科 ☎042-373-2522  
永山 4-2-6-202

9/23(木・祝) みゆきクリニック ☎042-372-4853  
連光寺 1-8-3

9/26(日) 山善内科クリニック ☎042-372-5588  
一ノ宮 4-40-3 聖蹟桜ヶ丘ガーデンハウス1F

10/3(日) 大池内科クリニック ☎042-355-7001  
東寺方 1-2-2 トータルビル2F

10/10(日) 椎の木内科クリニック ☎042-337-5711  
落合 6-15-4 第5椎の木ビル

- 仅限急病患者
  - 请勿忘携带健康保险证・婴幼儿医疗证
  - 请按时到院就医
- ※来院前请电话联系  
※根据情况，值班医院会有变更

## 准夜间诊所（健康中心内）=小児科

儿童急患请先与诊所联系再就医。  
(19:00~21:45) ☎042-375-0909

## 节假日齿科急诊（健康中心内）=齿科

(周日・节假日の9:00~15:30) ☎042-376-8009

**[注]** 要事先电话联系



## 医疗机构指南（24小时在线服务）

急诊电话中心（多摩消防署内）☎042-375-9999  
消防庁急救咨询中心 ☎#7119(手机、PHS、按键线路)  
☎042-521-2323(拨号线路)

東京都医疗机关服务咨询"ひまわり" ☎03-5272-0303

## 外国语医疗信息（東京都保健医疗信息中心）

9:00~20:00 ☎03-5285-8181

## ★外国人生活咨询室 第1・第3周四（13:30-16:30）TIC活动室（VITA7楼）

※需预约

## ★日语班日程

(学费: 会员=免费)



多摩市委托事业

◆周一班	キャリアマムホール（コリア多摩センター 5F）	10:00-12:00	9/6.13.27*1	10/4.25*1
◆ "	東永山複合施設 302 教室他	10:00-12:00	9/6.13.27	10/4.11.18.25
◆周四班	TIC活动室（ヴィータ7階）	10:00-12:00	9/9.16.30	10/7.14.21
◆ "	" "	19:00-21:00	*2 9/2.9.16	10/7.14.21
◆周六班	" "	14:00-16:00	9/4.11.25	10/2.16.23

\*1 9/27,10/25 cocolia 教室 13:30-15:30

\*2 9/2. 9.16 周四晚班 18:00-19:30

△有关上述内容请电话预约及致电咨询 ☎ 042-355-2118 TIC 事務局

发行 多摩市役所生活文化部 文化・生涯学习推进课 ☎ 042-338-6882 每月10日发行

## 编辑制作 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: <http://www.tic-tama.jp/>

周一~周六 10:00~17:00 (周日、第1・3个周一、节假日、岁末年初、临时休馆日休息。)

※如果您对以上内容有意见或建议，请与上述部门联系。此外，本报备有4种语言的版本（日语・英语・中国语・韩语）如有需要请与事務局联系。

编辑 村田 久美子

