

●코로나 와 열사병에 주의하여, 여름을 건강하게 지냅니다.

전국적으로 신형 코로나 바이러스 감염증의 신규 감염자가 증가하고 있습니다. 시내에서도 감염자가 늘어나고 있습니다. 열사병에 주의하여, 기본적인 감염예방 대책과 감염을 확대하지 않기 위해 행동에 협조해 주시기 바랍니다.

기본적인 감염 예방 대책

- 에어컨 사용중에도, 창문을 열거나 환풍기 등으로, **세심하게 환기**한다
- 혼잡한 장소나 시간을 가능한한 피하여, **3 밀을 회피**한다
- 열사병에 주의하면서, 사람과 대화를 할 때나 혼잡한 장소에서는, **적절하게 마스크를 착용**한다.
- **인증 음식점을 골라서 회식**, 귀가후, 식사전, 출근시, 입점할 때 등은 세심한 손씻기와 손소독을 한다.

감염을 확대하지 않기 위해서

- 외출하기 전에는, 신체상태를 확인하여, 발열이나 권태감이 있을 경우, 가벼운 경우에도 외출삼가.
- 빠른 백신 접종을 검토한다.
- 발열이나 몸상태에 이상이 느껴지면, 주치의의 진찰을 받는다. 문의: 건강추진과 ☎042-376-9111

●코로나에 걸렸나? 하고 생각되면, 상담해 주십시오

발열 등의 증상이 있을 경우

①주치의에게 전화 연락 ②주치의가 없는 경우는 아래의 상담창구로

■동경도 발열 상담센터 ☎03-6258-5780 ☎03-5320-4592

▽상담 시간: 24 시간·매일 간호사·보건사가 대응하며, **다 언어 대응 가능.**

■동경도 발열 상담센터 「의료기관 안내 전문 다이얼」 ☎03-6732-8864

▽상담 시간: 24 시간·매일 일반 오퍼레이터가 대응

■진료·검사 의료기관의 일람 (동경도 복지보건국 홈페이지)

▽발열등 감염이 의심되는 증상에 대응하고 있는 의료기관의 리스트를 게재 ⇒



감염과 관련하여 불안을 안고있는 분

■신형 코로나·오미크론주 콜센터 ☎0570-550-571

▽상담 시간: 9시~22시·매일 일반적인 상담 및 오미크론주에 관한 상담에 대응, **다언어 대응 가능**

■다마시 신형 코로나 전화상담 ☎042-376-9111

▽상담 시간: 월~금요일·9:00~17:00 (공휴일을 제외함)

간호사·보건사 등이 보건소와 연계하며 대응. 「신형코로나 전화상담」이라고 말씀하십시오

자택 요양중인 분

■자택요양 서포트 센터 ☎0120-670-440

▽상담 시간: 24 시간·매일

요양중에 신체상태가 악화된 경우나, 식료품의 배송 등, 요양중의 곤란에 대응함, **다언어 대응 가능**

■다마시 자택요양자에 대한 식료 지원

▽대응 시간: 월~금요일 9:00~17:00 (공휴일을 제외함)

「자택요양중의 지원물자 신청」·주소·성명·전화번호를

신평 코로나 식료지원 전용 다이얼 ☎080-7999-9680, FAX042-371-1235 으로



●다마 소방서로부터의 알림

■본격적인 여름 무더위로 열사병이 늘어나는 시기입니다. 열사병은 야외뿐만 아니라 실내에서도 발생합니다.

실내 온도를 확인하는 등, 열사병이 되지 않도록 다음 점에 주의합니다.

- * 더위에 몸이 익숙해 지도록 한다 * 고온·다습·직사햇빛을 피한다 * 계획적으로, 자주 수분을 보급한다
- * 운동시 등은 계획적으로 휴식을 취한다 * 여름철 자동차 실내는 상상 이상으로 고온이 됩니다. 자동차로부터 멀어질 때에는 차내에 아이만 두지 않는다. * 야외에서 사람과 충분한 거리를 확보할 수 있을 때는, 마스크를 벗고 적절히 휴식을 취한다.

■여름에는 하천이나 수영장 등으로 나갈 기회가 늘어나는 한편, 물에 빠져 구급 이송되는 사고도 많아집니다.

영유아는, 깊이 수 센티미터의 비닐 풀에서도 익사할 수 있습니다. 하천이나 수영장 등에서 물에 빠지는 사고는, 생명을 위협하는 사고로 될 가능성이 높기 때문에 각별히 주의합니다.

■9월 1일은 '방재의 날' 입니다. 또, 이 무렵은 태풍 시즌을 맞이하기 때문에, 8월 30일~9월 5일을

방재주간으로 정하고 있습니다. 동일본 대지진 등의 자연재해로부터 교훈을 배워, 수도 직하 지진 등으로 인한 피해 예상을 감안하여, 해저드래그의 입수, 피난경로 파악, 일용품 비축 상황 등을 확인해 봅시다.

● 8월의 시청 본청사, 토·일요일 부분 오픈

▽일정: 13일(토)·28일(일)

▽일시: 8:30~12:00, 13:00~17:00

▽취급 업무:

인감등록·주소변경 등의 수속, 주민표 사본·인감등록증명서·호적증명서 교부,
납세 상담(일요일에 한함)

▽비고: 일부 취급할 수 없는 업무 있음. 각 업무 종료시간의 30분 전까지 와주십시오.

▽문의: 시민과 ☎042-338-6880, 납세과 ☎042-338-6852, 보험연금과 ☎042-338-6840

구급차의 적정이용을! 망설일 경우「#7119」로~

휴일 진료 당번의사 9:00~17:00

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

8/11(목, 공휴일) 츠루마키 야기 클리닉
츠루마키 5-4-1 ☎042-319-3449

9/4(일) 다마 나가야마 다카다 클리닉 ☎042-400-5145
카이도리 3-6 의료 몰 나가야마 3층

8/14(일) 가라키다 에키마에 클리닉
가라키다 1-1-7 프라자 가라키다 104 ☎042-376-3800

9/11(일) 야마젠 내과 클리닉 ☎042-372-5588
이치노미야 4-40-3 세이세키사쿠라가오까 가든하우스1층

8/21(일) 세이세키 사토 클리닉
세키도 1-7-5 게이오 세이세키사쿠라가오까 S·C C관 1층
☎042-337-2715

● 급한 병자에 한합니다
● 건강보험증·영유아 의료증 등을 잊지마시고
● 반드시 시간내에
※ 오시기 전에 전화연락을
※ 당번의사는 사정에 따라 변경할 수 있음

8/28(일) 시이노키 내과 클리닉
오치아이 6-15-4 제5 시이노키 빌딩 ☎042-337-5711

아동 준야간 진료소 (건강 센터내)=소아과

어린이의 급한 병은 우선 이 진료소에서 진찰 바랍니다.
(19:00~21:45) ☎ 042-375-0909

진찰기관의 안내 (24시간 체제로 실시)

급한환자 텔레폰 센터(다마소방서 내) ☎042-375-9999

소방청 구급상담센터 ☎#7119(휴대폰, PHS, 푸시폰)

회선 ☎042-521-2323(다이얼 회선)

동경도 의료기관 안내 서비스(히마와리) ☎03-5272-0303

외국어 의료정보(동경도 보험의료 정보센터)

9:00~20:00 ☎03-5285-8181

휴일 치과응급 진료소(건강 센터 내)=치과

(일·공휴일의 9:00~15:00) ☎042-376-8009



주의 사전 전화연락 요망

☆외국인을 위한 생활상담실 제1·제3 목요일 (13:30~16:30) TIC 활동실 (비타 7층) ※예약제



다마시의 위탁사업

☆일본어 교실의 예정 (수강료: 회원은 무료)

클래스	회장	시간	일정	
			9월	10월
월요 클래스	파르테논 다마 4층 회의실 / 캐리어 맘	9:45~11:45	5일·12일	3일·17일·24일
	나가야마 공민관 5층 베르브 홀	9:30~11:30	5일·12일	3일·17일·24일
목요 클래스	TIC 활동실(비타 7층)	10:00~12:00	15일·22일·29일	6일·13일·20일
		19:00~21:00	8일·15일·22일	6일·13일·20일
토요 클래스	TIC 활동실 (비타 7층)	14:00~16:00	3일·10일·24일	1일·15일·22일

△상기와 관련하여 전화예약 및 문의는 ☎ 042-355-2118 TIC

발행: 다마시청 생활과 문화부 문화·생애학습 추진과 ☎ 042-338-6882



작성 및 편집 다마시 국제교류 센터 (TIC)

사무국: 〒206-0011 다마시 세키도 4-72 비타 커뮤니티 7층 ☎ 042-355-2118 FAX 042-355-2104

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

월~토 10:00~17:00 (일, 제1·3월, 공휴일, 연말연시, 임시휴관일은 쉽니다. 2022년 하계 휴가 8/11~8/16)

※기사에 관한 의견이나 희망이 있으시면 상기연락처로 주십시오. 또, 당 회보는 4개국어(일본어·영어·중국어·한글)로 준비되어 있으니, 희망하시는 분은 TIC 사무국으로 연락 주십시오. 편집: 스가이 요오코, 한국어 번역: 이화순