

# みのわニュース 2020. 3月

みのわまち 箕輪町 やさしい日本語ニュース

399-4965 ながのけんかみいなぐんみのわまちおおあざなかみのわ 長野県上伊那郡箕輪町大字中箕輪 10298 みのわまちやくば 箕輪町役場

TEL:0265-79-3111 ないせん 内線 199

がいこくじんそうだんでんわ 外国人相談電話 やさしい日本語で相談できます。

## しんがた 「新型 コロナ ウイルス」

びょうき この病気は、せきや くしゃみで ひと 人にうつります。

ねつや せきが できます。「肺炎」になるひともいます。

◆もし・・・あなた、かぞく 家族、ともだちが・・・

●37.5℃より たか 高いねつが 4日ぐらいなが 長くつづいているとき。

(とし うえ ひと こ 年が上の人や子ども、びょうき 病気がある人は、2日ねつが つづ 続いているとき)

●とても からだ 体が つかれている、せきがとまらない、いきがくるしい。

このようなことがあったら、でんわ 電話で相談してください。

あなたのことば 言葉で相談できるそうだん 相談センターがあります。

0120 - 691 - 792

このでんわ 電話はお金がかね かかりません。24時間 じかん 相談できます。

◆17のことば 言葉で相談できます。 えいご 英語、ちゅうごくご 中国語、かんこくご 韓国語、たいご タイ語、いんどねしあご インドネシア語、

どいつご ドイツ語、ふらんすご フランス語、いitaliaご イタリア語、ろしあご ロシア語、すぺいんご スペイン語、ポルトガル語、ベトナム

ご 語、ネパール語、タガログ語、マレー語、ミャンマー語、クメール語

でんわ  
<電話のかけかた>

- ① 0120-691-792 にかける。
- ② あなたの言葉を言う。れい：「〇〇語をおねがいします。」
- ③ 通訳してもらって相談ができます。

\*\*\*\*\*

<病気にならないために 病気を広げないために 気をつけること>

- ねつがあるときは、学校や会社に行かない。
- 外からかえったら 手をよく洗う。
- アルコールで 手をふく。
- 人がたくさんいるところに 行かない。
- ときどき 部屋のまどをあける。
- よく寝る。
- 食べ物を（野菜や果物、肉、魚）よく食べる。
- せき、くしゃみがでるときはマスクをする。
- マスクがないとき、せき、くしゃみがでるときはティッシュで口をかくす。

.....

◆ 仕事や会社でこまっていますか？

あなたの言葉で相談できます。(外国人労働者相談)

Telephone Consultation Service for Foreign Workers

この電話はお金がかかります。(3分 10.円)

ことば	でんわ 電話できる日	じかん 時間	TEL
えいご 英語	げつ か すい もく きん 月・火・水・木・金		0570-001701
ちゅうごくご 中国語	げつ か すい もく きん 月・火・水・木・金		0570-001702

ポルトガル語	月・火・水・木・金	10:00 から 15:00 (12:00 から 13:00 やすみ)	0570-001703
スペイン語	月・火・水・木・金		0570-001704
タガログ語	火、水、木、金		0570-001705
ベトナム語	月・火・水・木・金		0570-001706
ミャンマー語	月、水		0570-001707
ネパール語	水、日		0570-001708

### 労働条件相談ホットライン (Working condition consultation hot line)

この電話はお金がかかりません。仕事が休みの日や夜に相談できます。

ことば	電話できる日	時間	
日本語	まいにち	平日 (月から金) 17:00 から 22:00 土・日・祝日 9:00 から 21:00	0120-811-610
英語	まいにち		0120-004-008
中国語	まいにち		0120-150-520
ポルトガル語	まいにち		0120-290-922
スペイン語	火・木・金・土		0120-336-230
タガログ語	火・水・土		0120-400-166
ベトナム語	水・金・土		0120-558-815
ミャンマー語	水・日		0120-558-815
ネパール語	水・日	0120-662-700	

ごみを出すとき、気をつけてください！

資源プラスチック (プラスチックのカップやお皿、袋など)

袋<sup>ふくろ</sup>に入れるまえに、このマークがついているかを確認<sup>かくにん</sup>してください。



このマークがないプラスチックのものは、燃<sup>も</sup>やせるゴミ<sup>だ</sup>です。

たとえば・・・CD ケース、ハンガー、バケツなどには、プラスチック

マークがありません。だから、燃<sup>も</sup>やせるゴミ<sup>だ</sup>に出<sup>だ</sup>します。

食べ<sup>たべ</sup>物の残<sup>のこ</sup>りがついていたり、汚<sup>よご</sup>れているものは、きれいにして出<sup>だ</sup>して

ください。きれいにならないプラスチックは、燃<sup>も</sup>えるゴミ<sup>だ</sup>に出<sup>だ</sup>します。

資源<sup>しげん</sup>プラスチックは、お店<sup>みせ</sup>でもらった袋<sup>ふくろ</sup>（レジ袋<sup>ぶくろ</sup>）に入れ<sup>い</sup>ないでくだ

さい。ゴミ<sup>ふくろ</sup>の袋<sup>い</sup>に、そのまま入れてください。



## ペットボトル

このマークがついているペットボトルは、ラベルをとって、中<sup>なか</sup>を洗<sup>あら</sup>って  
ください。ペットボトルは、月<sup>つき</sup>に1回<sup>かい</sup>の「資源<sup>しげん</sup>」の日<sup>ひ</sup>に出<sup>だ</sup>してください。

汚<sup>よご</sup>れているペットボトルは、燃<sup>も</sup>やせるゴミ<sup>い</sup>に入れてください。

お店<sup>みせ</sup>の前<sup>まえ</sup>にあるペットボトルを入れる箱<sup>い</sup>（リサイクルボックス<sup>はこ</sup>）に入れ  
てもいいです。

中国語<sup>ちゅうごくご</sup>、ポルトガル語<sup>ご</sup>、英語<sup>えいご</sup>、ベトナム語<sup>ご</sup>インドネシア語<sup>ご</sup>、ミャンマ  
語<sup>ご</sup>のゴミ<sup>だ</sup>の出<sup>だ</sup>し方<sup>かた</sup>ポスターがあります。ゴミ<sup>だ</sup>をいつ出<sup>だ</sup>すか書<sup>か</sup>いてある  
「カレンダー」もあります。必要<sup>ひつよう</sup>な人<sup>と</sup>は取り<sup>と</sup>りに来<sup>き</sup>てください。

生活環境係<sup>せいかつかんきょうがかり</sup> 0265-79-3111 内線<sup>ないせん</sup>177