

しまねけん 島根県から お知らせ



(やさしい日本語) にほんご

■ あた新しいコロナウイルスの びょうき病気の そうだんまどぐち相談窓口は、こちらです。

こくさいしまね国際センターの そうだんまどぐち相談窓口 でんわばんごう電話番号：070-3774-9329

Skype ID : Soudan@SIC

いつ(時間) : まいにち毎日 ごぜん午前9時から ごご午後5時まで

使える言葉 : えいご英語、ちゅうごくご中国語、ごタガログ語、ごポルトガル語、ごベトナム語、ご韓国語、
ごネパール語、ごインドネシア語、ごタイ語、ごスペイン語、ごミャンマー語、
ごクメール語、ごロシア語、ごフランス語

■ あた新しいコロナウイルスの びょうき病気の じょうほう情報は、こちらです。

しまねけん
島根県の
ホームページ
(がいこくご外国語)



しまねけん
島根県の
Facebook



■ あたみなさんに「せいかつ新しい生活の しかたしかた」を ねがお願いします。

- て手や ゆび指を あらよく びょう洗ってください。(30秒くらい)
- げんき元気なときも マスクマスクを つけてつけてください。
- まど窓や ドアドアを あ開けて、いちにち一日に なんかい何回も へや部屋の くうき空気を い入れ替えてください。
- ひと人と ひと人との あいだ間を おお大きく あ空けてください。(1mから2mくらい あ空けてください。)
- 「みつ三つの密」が あるあるところに い行かないでください。
「みつ三つの密」があるところ → ① くうき空気の なが流れが わる悪いところ。② ひと人が たくさんたくさん あつ集まる場所。
③ ひと人と ひと人との あいだ間が ちか近い場所。
- ひつよう必要が ないないときは、りょこう旅行や、あた新しいコロナの びょうき病気の人が ひと多い地域へ い行かないでください。
- まいあさ毎朝、ねつ熱を はかはかって、げんき元気かどうか チェックチェックしてください。
ねつ熱が あるあるときや かぜ風邪に ななったときは、そと外に で出ないで いえ家で やす休んでください。

- か買い物は、11人や すく少ない にんずう人数で い行ってください。お店に ひと人が すく少ない じかん時間に い行ってください。
- しょくじ食事は、もちがえ持ち帰りや デリバリーデリバリーも りよう利用して、たくさんたくさんの人と いっしょ一緒に しなしないでください。皿や コップコップを ほかほかの人と いっしょ一緒に つか使わないでください。
- うんどう運動は、いえ家で どうが動画を見て みトレーニング できできます。ジョギングは すく少ない にんずう人数で ししてください。

※この内容は ないう5月27日現在 がです。今後は こんご変わることが かあります。