

来自筑波市的呼吁

- 没有特殊或紧急情况请不要去东京都。
- 住在东京都内的居民没有特殊或紧急情况请不要来茨城县。

新型冠状病毒和自然灾害

台风季节马上就要来临了。与此同时新型冠状病毒也并未结束。如果在此期间发生了自然灾害，开设避难所时会有很多人聚集在避难所。所以无法完全避免感染的风险。因此，请在平时就与家人商量好灾害发生时，有关避难事宜。想去哪里·怎么做」进行避难。

请通过「筑波市防灾地图」确认发生自然灾害的风险！

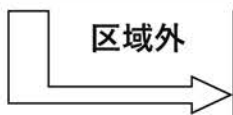
请确认住宅，工作地点，学校，通勤/上学的必经之路是在防灾地图的防灾区域内（着色区域）还是防灾区域外（非着色区域）。



区内



区域外



防灾区域外的居民

※发生地震时，自己的房屋没有损坏风险的居民

- ▷ 避难指的是避免遇到自然灾害
- ▷ 在安全的地方的居民不需要去避难所避难。
- ▷ 在自己的住所没有发生破损的情况下，请在家里避难。

防灾区域内的居民

※发生地震时，自己的住所有损害风险的居民

- 请确认自己有没有住在防灾区域外的亲戚或朋友 或者
- 请确认在住宅区附近安全场所是否有集会所，街区的自主避难场所等体制是否完备。

有

亲戚朋友的住宅

请平时和亲戚/朋友商议在发生灾害时，是否可以去避难。

街区的集会所等

请平时咨询街区的工作人员集会所是否可以作为避难场所使用。

没有

指定避难所

去避难所避难时，请带好日常生活用品，以及口罩，体温计，酒精消毒液等卫生用品。

另外，请平时和家人一起商量在避难所如何生活。

必备物品清单

※避难时请准备以下物品

- 家庭全体成员的口罩
- 体温计
- 酒精消毒液
- 扇子
- 洗手液
- 拖鞋
- 塑料袋·塑料手套
- 湿巾

※「在车中避难」可以避免在避难所避难时遇到的3密。但是请注意经济舱症候群等健康方面的问题。另外也请确认避难路线以及停车场的位置。



在避难所的注意事项

为了避开3密、市役所会减少避难所容纳的人数。所以，即使住居附近有避难所，一旦达到规定人数上限，也有可能要去别的避难所避难。希望大家理解。

1. 进入避难所之前：有呼吸困难、浑身无力、高烧等症状的居民及有较轻的感冒症状的高龄人群和有老病（旧病）的人群等病情会出现恶化的居民请和保健所联系，确认是否需要做检查。避难所会根据每个人的具体情况给大家提供具体的避难方案。【筑波保健所】☎ 029-851-9287

【回国人员·接触人员咨询中心】☎ 029-301-3200 ✉英语咨询yobo@pref.ibaraki.lg.jp

2. 在避难所的受理：◆请测体温，并登记姓名，住址以及联系方式◆有发热或咳嗽，身体不舒服的居民请在个室办理手续。

3. 请戴口罩并进行每天的身体状况确认：◆为了抑制由咳嗽等引起的飞沫感染，请一定佩戴口罩。◆在避难所，请每天测量体温，确认自己的身体状况。

4. 接触共用设施前后请洗手或进行手指消毒：◆因为很多人都会接触到避难所的共用设施（门把手、灯的开关、扶手等），很容易引起病毒传染。所以接触共用设施前后请洗手或进行手指消毒。特别是要注意接触共用设施前的洗手和手指消毒。避难人员自身有可能携带病毒，所以有不把病毒传染给他人的意识很重要。

5. 避开3密：在避难所时请避开「密闭空间」「密集场所」「密切接触」。因此，请大家在避难所生活时，配合换气，和他人保持两米左右距离，避开密切接触的谈话等，请各位协助防止病毒传染。

通过以下的APP，大家可以在发生灾害时及时获取多种语言的避难信息以及防灾时所需要的物资。请下载。



致外国居民（有关新型冠状病毒的信息）

右边的二维码是厚生劳动省公开的网页链接。在该网页上刊载了简明日语、英语、汉语（简体·繁体）、韩语、葡萄牙语、西班牙语、塔加洛语、泰语、越南语、尼泊尔语、印度尼西亚语、高棉语（柬埔寨）、蒙古语、缅甸语等14种语言的信息。为在日生活有困难的外国居民提供生活上的支援，并为在日工作的外国居民提供相关信息。

Covid19



生活·就业指南

出入国在留管理厅制作的「生活·就业指南」目前已用简明日语、英语、汉语、韩语、西班牙语、葡萄牙语、越南语、尼泊尔语、泰语、印度尼西亚语、缅甸语、高棉语（柬埔寨）、菲律宾语、蒙古语等14种语言成册发行。可以在下面的网站下载「生活·就业指南」

http://www.moj.go.jp/nyuukokukanri/kouhou/nyuukokukanri10_00055.html

Guide Book



「筑波市外国人咨询窗口」可以应对的语言增加啦！

筑波市役所5楼的国际交流室的「筑波市外国人咨询窗口」可以应对的语言增加啦。目前可以应对的语言除了有英语·汉语·韩语·泰语·俄语·越南语·葡萄牙语·西班牙语·法语·塔加洛语之外，还有印地语·尼泊尔语·印度尼西亚语。详情请浏览海报。另外，来咨询的时候，请带好口罩。

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/jigyounushi/page11_00001.html



为外国人开设的法律咨询

可以咨询的日期：令和2年10月4日(周日)、11日(周日) 10:00~15:00 (受理时间到14:30为止)

咨询方法：·电话 029-244-3811

·使用LINE、Skype、Messenger等视频通讯工具。

※想用视频通讯工具咨询的人请将①姓名、②咨询的内容、③可使用的视频通讯工具(LINE、Skype、Messenger)等信息通过邮件发送(邮箱地址:iia_consul@ia-ibaraki.or.jp)

可以咨询的内容：签证、工作、结婚、税金、保险、在生活中遇到的困难等。

【配有翻译。免费。严守秘密。】

应对语言：日语、英语、汉语、泰语、塔加洛语、葡萄牙语、韩语、西班牙语、印度尼西亚语、越南语

主办方：(公财)茨城县国际交流协会、茨城县律师协会、关东律师联合会

咨询处：(公财)茨城县国际交流协会外国人咨询中心 E-mail:iia_consul@ia-ibaraki.or.jp

法务省 外语人权咨询热线

您是否在日常生活中遇到因为自己是外国人而受到不当的区别对待，在学校受到欺负等这些相关的人权问题？请不要一个人烦恼，请向法务局·地方法务局进行咨询。工作人员和人权拥护委员会将根据咨询内容为各位解决烦恼，一起探讨最佳的方案。相关部门为无法用日语自由交谈的人权咨询者设置了专用咨询热线(导航热线)。可以在全国的任何地方通过以下电话号码进行咨询。

电话号码：0570-090911 ◆应对时间：周一~周五的9:00~17:00 ◆应对语言：英语、汉语、韩语、菲律宾语、葡萄牙语、越南语、尼泊尔语、西班牙语、印度尼西亚语、泰语

MOJ



因新型冠状病毒影响的婴幼儿健诊·预防接种诊断·接种时间推迟

由于新型冠状病毒的影响，预防接种诊断·接种时间推迟了。所以在2020年3月~2020年6月(预防接种疫苗时间为3月19日~6月7日)期间内没有进行幼儿健诊、1岁半健诊、3岁健诊、预防接种和诊断·接种的住民请向健康增进课或者樱保健中心进行咨询。

有关2020年度国民健康保险证在窗口的领取申请

国民健康保险证已在7月中旬用简易挂号信依次寄出了。市役所会保管因各种原因而没有被签收的保险证。没有收到保险证的各位请在市役所的窗口领取保险证。

前来领取保险证的各位，请在周一至周五8:30~17:15之间，携带在留卡等可以确认本人的证件领取。来领取时，请带好口罩。如果不是本人领取，需要持有委任状。

2021年4月入保育所·幼儿园的申请手续开始办理

本市即将受理2021年4月入·转保育所，幼儿园的申请手续。

第一次受理时间：11月上旬 第二次受理时间：12月

今年预定接受网上申请，但仅限日语。所以请在会日语的人的帮助下申请。将先审核第一次申请人，决定入所人员。如若保育所招生未满足时，则审核第二次申请人员。希望在2021年4月入所的各位请务必在上述时间内申请。

※详细信息会在十月初筑波市多语言版官网的信息栏(英语·汉语·韩语·简明日语)公布

筑波国际五人制足球赛2020中止

每年将在秋季举办的筑波国际五人制足球赛由于新型冠状病毒的感染扩大，今年将中止比赛。对本次比赛给予期待的各位请在明年一定来参加。现在请让我们将防止病毒感染的措施进行到底。



2020 年将实施人口普查

今年将要实施 5 年一次的人口普查。这是全日本最重要的统计调查。人口普查是基于法律实施的统计调查，以平时居住在日本国内的所有人作为对象，不分国籍，人人都有义务回答本次调查。

从 9 月上旬开始调查员会上门分发调查资料。为了防止新型冠状病毒的传播，本次调查将以非接触的方式进行。各位可以利用网络回答问题。应对的语言有英语，汉语，韩语，越南语，西班牙语，葡萄牙语。您可以使用智能手机·平板电脑·电脑在一天 24 小时的任意时间回答问题。

人口普查员是通过市区推荐再由总务大臣任命的非常勤国家公务员。人口普查员会佩戴有照片的「人口普查员证」和「袖章」。

请注意假冒的人口普查员的欺诈行为，以及可疑的电话和访问。

人口普查不收取任何费用。也不会问有关银行账户的密码和信用卡的卡号等信息。

回答内容仅用于制作统计资料，不会用于出入境管理或警察搜索等其他用途。调查员等从事人口普查的工作者基于统计法有义务严格保守回答者的个人信息。详细信息请通过派发的调查材料和以下网页进行确认：<https://www.kokusei2020.go.jp/>

国势調査



请使用垃圾分类 APP「さんあ〜る」

「さんあ〜る」这款 APP 是面向智能手机的 APP。这个 APP 会通知您垃圾回收日的时间。您也可以通过这个 APP 确认垃圾分类的方法和垃圾回收日的时间。

主要功能如下。※免费使用、话费自己负担。 应对语言日语和英语

- ◆垃圾分类词典：可以检索各类垃圾的分类方法和注意事项。
- ◆垃圾的回收日历：可以通过日历的形式确认垃圾回收日的时间。
- ◆通知功能：可以指定时间提醒您垃圾回收日的时间。



用 ZOOM 开始学习吧！为外国人开设日语讲座 10~3 月

这次讲座是面向成人的，对日常生活有帮助的日语讲座。您可以使用智能手机·平板电脑·电脑通过 ZOOM 在线学习。初次参加的人、以前学习过的人以及第一次使用 ZOOM 的人，请积极参加本次讲座。◆课程时间：白天课程 10:00~11:00、晚上课程 18:30~19:30（每个课程分别根据学生的水平开设了 4 个班。共 20 次讲座 ※有关课程的详细信息请参照筑波市国际交流协会的网页）

对象：筑波市居住或工作的外国人及家属◆人数：每班 10 人（按先后顺序，先到先得）◆费用：免费◆申请方法：9/1（周二）~ 请填写主页上的申请资料并以邮件的方式件发送至以下邮箱。

咨询：筑波市国际交流协会つくば市国際交流協会 电话：029-869-7675 info@inter.or.jp

请使用「いばらきアマビエちゃん」或者「COCOA」！

●「いばらきアマビエちゃん」



「いばらきアマシステム」是茨城县防止新型冠状病毒的传染的对策之一。「いばらきアマシステム」基于以下目的实施。请企业和市民登录并使用。

- 对于商铺或各种活动依据防止病毒感染方针，促进防止感染对策的实施。
- 一旦发生感染，「いばらきアマシステム」将会给您发送有可能接触过感染者的相关信息。

※应对语言只有日语

●COCOA:COVID-19 Contact COncfiring Application

这是一款在全国各地都可以接收到「与新型冠状病毒感染者接触的可能性」的通知的 APP。应对语言为日语·英语·中文。

这款 APP 是通过蓝牙技术来接收与感染者接触的可能性的相关通知的。因此可以相互保护隐私。使用者在接到已经和确诊患者接触过的信息后，可以尽早去接受检查和保健所的支援。如果使用这个 APP 的人数增多的话，将会防止新型冠状病毒的扩大。

面向使用者的 Q & A 已经用英语公开。

<https://www.mhlw.go.jp/content/10900000/000647649.pdf>

