

せん だい た ぶん か きょう せい
仙台多文化共生センターだより

ねん ぶゆ ごう
2020年冬号

Sendai Multicultural Center News / 2020 Winter Edition

かんせんしょうたいさく

感染症対策について

COVID-19 Preventative Measures

关于感染症的对策

감염증 대책에 관하여

Về chính sách phòng chống bệnh truyền nhiễm

संक्रामक रोगबाट बच्ने उपाएहरुको बारेमा



せん だい た ぶん か きょう せい

仙台多文化共生センターからのお知らせ

がい こく ご そう だん いん

外国語相談員がいます

せん だい せいかつ こま なや
 仙台での生活で、困ったこと、悩んでいることはありませんか？

た ぶん か きょう せい しゅう かい ちゅうごくご かんこくご べとなむご ねぱーるご
 多文化共生センターでは週に1回、中国語、韓国語、ベトナム語、ネパール語のスタッフが相談に応じます。

た ぶん か きょう せい でんわ そうだん た ぶん か きょう せい く しぜん でんわ
 ・多文化共生センターまたは電話で相談できます。多文化共生センターに来るときには、事前に電話してください。

かくげんご たいおうび でんわ かくにん
 ・各言語の対応日は、電話かEメールで確認してください。

せん だい た ぶん か きょう せい

仙台多文化共生センターについて

せん だい た ぶん か きょう せい がいこくじんじゅうみん く やくだ じょうほう たげんご ていぎょう
 仙台多文化共生センターでは、外国人住民の暮らしに役立つ情報を多言語で提供しています。また、がいこくじんじゅうみん せいかつそうだん た ぶん か きょう せい ちいき かん そうだん おう うらびようし
 外国人住民の生活相談や、多文化共生の地域づくりに関する相談に応じています。(アクセスは裏表紙をご覧ください。)

About the Sendai Multicultural Center

The Sendai Multicultural Center provides useful multi-lingual information to benefit daily-lives of non-Japanese residents. The center also provides daily-life consultation for non-Japanese residents and advice for residents on multicultural community building. (Access information on the back cover.)

にほんご

しんがた た かんせんしやう そな あたら せいかつようしき そ せいかつ
新型コロナウイルスやその他の感染症に備え、新しい生活様式に沿った生活をしましょう。

いつもの生活で特に気を付けること



がいしゅつ
できるだけ外出をしない



て ゆび
手や指をこまめに洗う



せき わす
咳エチケットを忘れない
(必ずマスクをする、咳をする
ときは口と鼻を押さえる)



まど あ
窓やドアを開けて、
くうき い か
空気を入れ替える



ひと
たくさんの人が
1つの場所に集まらない



ひと ちか はな
人と近くで話さない

(出典) 厚生労働省HP <https://www.covid19-info.jp/> をもとに加工・作成

多言語相談ができます

- 新型コロナウイルス感染症 受診・相談センター (コールセンター) (仙台市/宮城県)
(022) 211-3883 / (022) 211-2882
(24時間) 日本語・英語・中国語・韓国語・スペイン語・ポルトガル語
(月～金の8:30～18:00) タイ語・ネパール語・ベトナム語・ロシア語・タガログ語・インドネシア語・ヒンディー語
- 仙台多文化共生センター (SenTIA)
(022) 224-1919 毎日9:00～17:00 * 年末年始と休館日などを除く
日本語・英語・中国語・韓国語・ベトナム語・ネパール語など18言語で相談できます。
- みやぎ外国人相談センター (MIA)
(022) 275-9990 月～金の9:00～17:00
日本語・英語・中国語・韓国語・タガログ語・ベトナム語・ネパール語・インドネシア語・ポルトガル語など13言語で
相談できます。

新型コロナウイルスに関する情報を入手しよう

- 厚生労働省 <https://www.covid19-info.jp/>
コロナウイルスに関して、主に日本語・英語・中国語・韓国語・ポルトガル語で説明。
- SenTIA ブログ <http://int.sentia-sendai.jp/blog/j/>
各種相談窓口、支援情報など日本語・英語・中国語・韓国語・ベトナム語・ネパール語でブログ配信。
- 自治体国際化協会 (CLAIR) ポータルサイト
<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>
いろいろな多言語情報を入手できます。



Let's practice the "new normal" way of life as a provision against COVID-19 and other communicable diseases

Where to take particular caution in daily life



Avoiding unnecessary outings



Frequently and thoroughly washing or sanitizing hands and fingers



Remembering good coughing etiquette
(wearing a mask, covering your mouth and nose when coughing or sneezing)



Opening doors and windows to allow fresh air ventilation



Do not hold gatherings with large numbers of people in closed spaces



Keeping distance while speaking to others

(Reference) created based on Ministry of Health, Labour and Welfare website <https://www.covid19-info.jp/>

Consultations in foreign languages available

- **Novel Coronavirus (COVID-19) Medical Consultation Center (Call Center) (Sendai City/Miyagi Prefecture)**
(022)211-3883 / (022)211-2882
(24H a day) Japanese, English, Chinese, Korean, Spanish, Portuguese.
(Monday to Friday 8:30a.m.~6:00p.m) Thai, Nepali, Vietnamese, Russian, Tagalog, Indonesian, Hindi.
- **Sendai Multicultural Center (SenTIA)**
(022)224-1919 Daily 9:00a.m.~5:00p.m.
*Excludes End of Year and New Year period and building maintenance days
Consultation available in 18 languages including Japanese, English, Chinese, Korean, Vietnamese, and Nepali.
- **Miyagi Support Center for Foreign Nationals (MIA)**
(022)275-9990 Monday to Friday 9:00a.m.~5:00p.m.
Consultation available in 13 languages including Japanese, English, Chinese, Korean, Tagalog, Vietnamese, Nepali, Indonesian, and Portuguese.

Get information related to COVID-19

- **Ministry of Health, Labour and Welfare** <https://www.covid19-info.jp/>
Explanations about the novel coronavirus predominantly in Japanese, English, Chinese, Korean, and Portuguese.
- **SenTIA Blog** <http://int.senia-sendai.jp/blog/e/>
Information for each respective consultation service and support in Japanese, English, Chinese, Korean, Vietnamese, and Nepali is posted on this blog.
- **Council of Local Authorities for International Association CLAIR portal website**
<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>
Gather information from an assortment of multilingual resources.



为了预防新型冠状病毒和其他感染症，请遵循新的生活方式生活。

日常生活特别需要注意的事项



尽量避免外出



勤洗手和手指



不要忘记咳嗽礼仪
(必须戴口罩、咳嗽时捂住嘴和鼻子)



开窗开门、通风换气



不要众人聚集在一个场所



不要近距离和他人说话

(来源) 以厚生劳动省网页 <https://www.covid19-info.jp/> 为基准编绘而成。

可以用多种语言进行咨询

- 新型冠状病毒感染症 就诊・咨询中心 (电话咨询中心) (仙台市 / 宫城县)
(022) 211-3883 / (022) 211-2882
(24小时) 对应语种: 日语、英语、中文、韩语、西班牙语和葡萄牙语
(周一至周 8:30 至 18:00) 泰语、尼泊尔语、越南语、俄语、他加禄语、印尼语和印度语
- 仙台多文化共生中心 (SenTIA)
(022) 224-1919 每日 9:00 ~ 17:00 * 年末年初和休馆日等除外
可以用日语、英语、中文、韩语、越南语以及尼泊尔语等 18 种语言进行咨询。
- 宫城外国人咨询中心 (MIA)
(022) 275-9990 周一至周五 9:00 至 17:00
用日语、英语、中文、韩语、他加禄语、越南语、尼泊尔语、印尼语以及葡萄牙语等 13 种语言进行咨询。

了解有关新型冠状病毒感染症信息

- 厚生劳动省 <https://www.covid19-info.jp/>
关于冠状病毒，主要有日语、英语、中文、韩语和葡萄牙语的说明。
- SenTIA 博客 <http://int.sentia-sendai.jp/blog/c/>
各种咨询窗口、支援信息等，用日语、英语、中文、韩语、越南语和尼泊尔语通过博客发布信息。
- 自治体国际化协会 (CLAIR) 门户网站
<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>
可以了解多种语言的信息。



신종 코로나바이러스 및 기타 감염증에 대비하여 새로운 생활양식에 따라 생활합니다.

평소 생활에서 특히 주의할 것



가능한 외출을 자제하기



손을 자주 씻기



기침 에티켓을 지키기
(반드시 마스크를 착용, 기침을 할 때에는 입과 코를 가리기)



창문이나 문을 열어
환기시키기



많은 사람이 한 곳에 모이지
않기



다른 사람과 가까이에서
이야기하지 않기

(출처) 후생노동성HP <https://www.covid19-info.jp/> 를 바탕으로 가공·작성

다언어로의 상담이 가능합니다.

- 신종 코로나바이러스 감염증 진료·상담센터 (콜센터) (센다이시/미야기현)
(022) 211-3883 / (022) 211-2882
(24시간) 일본어·영어·중국어·한국어·스페인어·포르투갈어
(월~금 8:30~18:00) 태국어·네팔어·베트남어·러시아어·타갈로그어·인도네시아어·힌두어
- 센다이 다문화공생센터 (SenTIA)
(022) 224-1919 매일 9:00~17:00 * 연말연시와 휴관일 등을 제외
일본어·영어·중국어·한국어·베트남어·네팔어 등 18개 언어로 상담 가능합니다.
- 미야기 외국인 상담센터 (MIA)
(022) 275-9990 월~금 9:00~17:00
일본어·영어·중국어·한국어·타갈로그어·베트남어·네팔어·인도네시아어·포르투갈어 등 13개 언어로 상담할 수 있습니다.

신종 코로나바이러스에 관한 정보를 확인합니다

- 후생노동성 <https://www.covid19-info.jp/>
코로나바이러스에 관해, 주로 일본어·영어·중국어·한국어·포르투갈어로 설명.
- SenTIA 블로그 <http://int.senia-sendai.jp/blog/k/>
각종 상담창구, 지원정보 등을 일본어·영어·중국어·한국어·베트남어·네팔어로 블로그에 기재.
- 자치단체 국제화협회 (CLAIR) 포털 사이트
<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>
다양한 다언어 정보를 확인할 수 있습니다.



Hãy chuẩn bị đối ứng với virus Corona chủng mới và các bệnh truyền nhiễm khác, và sống theo một cách sống mới.

Những việc cần đặc biệt cẩn thận trong cuộc sống hàng ngày



Cố gắng không ra ngoài



Thường xuyên rửa tay và các ngón tay



Đừng quên các quy tắc ứng xử khi bị ho
(Đeo khẩu trang, ngậm miệng và mũi khi ho)



Mở cửa sổ và cửa ra vào để không khí lưu thông



Không tập trung nhiều người ở cùng một địa điểm



Không nói chuyện với người khác trong cự ly gần

(Trích dẫn) Được xử lý và soạn thảo dựa trên trang web của Bộ Lao động và Phúc lợi <https://www.covid19-info.jp/>

Có thể tư vấn bằng nhiều ngôn ngữ

- Trung tâm tư vấn, khám bệnh truyền nhiễm virus Corona chủng mới (Trung tâm Call) (Thành phố Sendai/Tỉnh Miyagi)
(022)211-3883 / (022)211-2882
(24 giờ) Tiếng Nhật, Tiếng Anh, Tiếng Trung, Tiếng Hàn, Tiếng Tây Ban Nha, Tiếng Bồ Đào Nha
(8:30~18:00 Từ thứ hai đến thứ sáu) Tiếng Thái, Tiếng Nepal, Tiếng Việt, Tiếng Nga, Tiếng Tagalog, Tiếng Indonesia, Tiếng Hindu
- Trung tâm Đa văn hóa Sendai (SenTIA)
(022)224-1919 9:00~17:00 Hàng ngày * Trừ các ngày Tết và ngày nghỉ lễ
Có thể tư vấn bằng 18 thứ tiếng như: Tiếng Nhật, Tiếng Anh, Tiếng Trung, Tiếng Hàn, Tiếng Việt, Tiếng Nepal, ...
- Trung tâm tư vấn cho người nước ngoài Miyagi (MIA)
(022)275-9990 9:00~17:00 từ thứ hai đến thứ sáu
Có thể tư vấn bằng 13 thứ tiếng như: Tiếng Nhật, Tiếng Anh, Tiếng Trung, Tiếng Hàn, Tiếng Tagalog, Tiếng Việt, Tiếng Nepal, Tiếng Indonesia, Tiếng Bồ Đào Nha...

Hãy nhận thông tin liên quan đến virus Corona chủng mới

- Bộ Lao động và Phúc lợi Y tế <https://www.covid19-info.jp/>
Giải thích về virus Corona chủ yếu bằng Tiếng Nhật, Tiếng Anh, Tiếng Trung, Tiếng Hàn, Tiếng Bồ Đào Nha.
- Blog SenTIA <http://int.sentia-sendai.jp/blog/j/>
Phát đi các blog liên quan đến các quỹ tư vấn, thông tin hỗ trợ,... bằng Tiếng Nhật, Tiếng Anh, Tiếng Trung, Tiếng Hàn, Tiếng Việt, Tiếng Nepal
- Trang web của Hiệp hội Quốc tế hóa tự trị (CLAIR)
<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>
Có thể nhận thông tin bằng nhiều thứ tiếng



नयाँ कोरोनाभाइरस र अन्य संक्रामक रोगहरूको लागि आवश्यक तयारी गरौं, र नयाँ जीवन शैलीलाइ अपनाउदै दैनिकजीवनलाइ अघि बढाऔं ।

दैनिक जीवनमा विशेष रुपमा ध्यान दिनुपर्ने कुराहरु



सकेसम्म अनावश्यक बाहीरि
हिँडडुल नगर्ने



हात तथा हातका औंलाहरु
राम्रोसँग धुने



खोक्रे बेलाको शिष्टतालाइ नभुल्ने
(अनिवार्य रुपमा मास्क लगाउने,
खोक्रे बेलामा मुख तथा नाक छोप्ने)



इयाल तथा ढोका खोलेर,
हावा खेल्न दिने



धेरै मान्छेहरु एक ठाउँमा जम्मा
नहुने



मान्छेहरु सँग धेरै नजिकबाट
कुरा नगर्ने

(सन्दर्भ सामग्री) स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालयको होमपेज <https://www.covid19-info.jp/> को आधारमा तयार तथा पुनर्संस्करण

बिभिन्न भाषाहरुमा परामर्श लिन सकिनेछ

- नयाँ कोरोना भाइरस संक्रामण चिकित्सा सेवा । परामर्श केन्द्र (कल सेन्टर) (सेन्दाई सिटि / मियागी प्रान्त)
(022)211-3883 / (022)211-2882
(24सै घण्टा) जापानीज, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियन, स्पेनीस, पोर्चुगली भाषामा
(सोम~शुक्र को 8:30~18:00) थाई, नेपाली, भियतनामी, रसियन, तागालोग, इन्डोनेसियन, हिन्दि भाषामा
- सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्र (SenTIA)
(022)224-1919 हरेक दिन 9:00~17:00 * नयाँ वर्ष र मर्मत बिदा बाहेक
जापानीज, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियन, भियतनामी, नेपाली भाषा लगायत 18 वटा भाषामा परामर्श लिन सकिन्छ ।
- विदेशी नागरिकका लागि को परामर्श केन्द्र मियागी (MIA)
(022)275-9990 सोम~शुक्र को 9:00~17:00
जापानीज, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियन, तागालोग, भियतनामी, नेपाली, इन्डोनेसियन, पोर्चुगली भाषा लगायत 13 वटा भाषामा परामर्श लिन सकिन्छ ।

नयाँ कोरोनाभाइरस सम्बन्धी जानकारी लिने गरौं

- स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालय <https://www.covid19-info.jp/>
कोरोनाभाइरस सम्बन्धी, मुख्यतः जापानीज, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियन, पोर्चुगली भाषामा बृस्तिरुपमा बुझ्न सक्नुहुनेछ ।
- SenTIA ब्लग <http://int.sentia-sendai.jp/blog/j/>
हरेक परामर्श काउन्टर तथा सहायता सम्बन्धि जानकारीहरु जापानीज, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियन, भियतनामी, नेपाली भाषामा हामीले ब्लग मार्फत दिने गरेकाछौं ।
- स्थानीय सरकारहरुको अन्तर्राष्ट्रिय संगठन (CLAIR) पोर्टल साइट
<http://www.clair.or.jp/tabunka/portal/info/contents/114517.php>
यँहाबाट बिभिन्न बहुभाषिय जानकारीहरु प्राप्त गर्न सकिन्छ ।



仙台多文化共生センター

Sendai Multicultural Center

仙台多文化共生中心

센다이 다문화공생센터

Trung tâm đa văn hóa Sendai

सेन्दाई बहुसांस्कृतिक समाज केन्द्र



開室時間：毎日 午前9時～午後5時（年末年始、月に1～2日程度の休室日を除く）

住所：〒980-0856 仙台市青葉区青葉山無番地 仙台国際センター 会議棟1階

Open hours : Daily 9:00 a.m. to 5:00 p.m.

(Closed during the New Year's holidays and 1 to 2 days per month for maintenance)

Address : 〒980-0856 Sendai International Center, Conference Building, 1F, Aobayama, Aoba-ku, Sendai

TEL : (022) 265-2471 FAX : (022) 265-2472 Email : tabunka@sentia-sendai.jp

●外国語相談

生活上の困りごとや問題を外国語で相談できます。また、弁護士や行政書士などの専門家による「専門相談会」を定期的に開催しています。在留資格、行政手続、労働、法律、税金のことなどを相談できます。

●そのほかのサービス

研修室、児童室、交流掲示板、図書の出貸など、市民活動や交流のための情報やスペースもあります。

●「通訳サポート電話」☎ (022) 224-1919

生活情報の提供や相談に応じています。

対応言語：英語、中国語、韓国語、ベトナム語、ネパール語、タガログ語、タイ語、ポルトガル語、スペイン語、ロシア語、インドネシア語、イタリア語、フランス語、ドイツ語、マレー語、クメール語、ミャンマー語、モンゴル語



くわしくは→

●Consultations in Foreign Languages

Consult in foreign languages on daily-life troubles or problems. We also periodically hold specialist consultations with lawyers, administrative scriveners and so on. Participants can discuss matters such as residency status, administrative procedures, workforce labour, law, and taxes.

●Other Services

Lecture rooms, children's playground, bulletin board, book rental, and spaces and information on citizen activities and exchanges.

●Interpretation Support Hotline ☎ (022) 224-1919

Providing daily-life information and consultations.

Languages available: English, Chinese, Korean, Vietnamese, Nepali, Tagalog, Thai, Portuguese, Spanish, Russian, Indonesian, Italian, French, German, Malay, Khmer, Burmese, Mongolian



Further Details→

●外語咨询

如果在生活上感到困惑或遇到问题时，可以用外语进行咨询。另外，还定期举办律师和行政书士等的「专家咨询会」。可以咨询诸如在留资格、行政手续、法律以及税金等方面的疑问。

●其他服务

有研修室、儿童室和交流告示栏，也出借图书等。另外，还提供市民活动、交流的信息和场所。

●「口译辅助电话」☎ (022) 224-1919

提供生活信息和接受相关咨询。

对应的语种：英语、中文、韩语、越南语、尼泊尔语、他加禄语、泰语、葡萄牙语、西班牙语、俄语、印尼语、意大利语、法语、德语、马来语、高棉语、缅甸语和蒙古语。



详情→

●외국어 상담

생활 속에서 곤란한 일이나 문제를 외국어로 상담할 수 있습니다. 또한, 변호사 및 행정서사 등의 전문가에 의한「전문 상담회」를 정기적으로 실시하고 있습니다. 체류자격, 행정수속, 노동, 법률, 세금 등에 관한 것을 상담할 수 있습니다.

●기타 서비스

연수실, 아동실, 교류게시판, 도서대출 등, 시민활동 및 교류를 위한 정보, 공간도 있습니다.

●「통역 서포트 전화」☎ (022) 224-1919

생활정보 제공 및 상담을 해드립니다.

대응언어 : 영어, 중국어, 한국어, 베트남어, 네덜어, 타갈로그어, 태국어, 포르투갈어, 스페인어, 러시아어, 인도네시아어, 이탈리아어, 프랑스어, 독일어, 말레이, 크메르어, 미얀마어, 몽골어



자세한 사항은→

●Tư vấn bằng tiếng nước ngoài

Chúng tôi có tư vấn bằng tiếng nước ngoài các vấn đề khó khăn trong cuộc sống. Hơn nữa, chúng tôi mở định kỳ các "Buổi tư vấn chuyên môn" bởi các nhà chuyên môn như luật sư, nhà chuyên gia hành chính. Các vấn đề có thể tư vấn như: Tư cách lưu trú, thủ tục hành chính, lao động, pháp luật, thuế,...

●Các dịch vụ khác

Chúng tôi cung cấp thông tin hoặc địa điểm tổ chức các hoạt động giao lưu cho người dân như: phòng nghiên cứu, phòng trông giữ trẻ nhỏ, Bảng thông báo giao lưu, cho mượn sách,...

●Điện thoại hỗ trợ thông dịch: ☎(022)224-1919

Tư vấn và cung cấp thông tin về cuộc sống.

Ngôn ngữ: Tiếng Anh, Tiếng Trung, Tiếng Hàn, Tiếng Việt, Tiếng Nepal, Tiếng Tagalog, Tiếng Thái Lan, Tiếng Bồ Đào Nha, Tiếng Tây Ban Nha, Tiếng Nga, Tiếng Indonesia, Tiếng Italia, Tiếng Pháp, Tiếng Đức, Tiếng Malaysia, Tiếng Khmer, Tiếng Myanma, Tiếng Mông Cổ.

Chi tiết xem ở đây→



●विदेशी भाषामा दिइने परामर्श

दैनिक जिबनमा आइपर्ने समस्या या कठिनाइहरुको बारेमा विदेशी भाषामा परामर्श लिन सक्नुहुन्छ । त्यसैगरी, वकिल या प्रशासनीक लेखनदास लगायतका विशेषज्ञ द्वारा हुने 「 विशेषज्ञिय परामर्श बैठक 」 नियमित रूपमा संचालित गर्दै आएकाछौं । भिसा स्टार्टस सम्बन्धि प्रक्रिया, प्रशासनीक प्रक्रिया, श्रम, कानुनि कुराहरु, कर सम्बन्धि कुरा आदिको बारेमा परामर्श लिन सकिन्छ ।

●त्यस बाहेका सेवाहरु

प्रशिक्षण कक्ष, बालबालिका कक्ष,जानकारी आदानप्रदान बोर्ड,पुस्तक फिर्ता गर्ने गरि लाने सुबिधा आदि त्यसैगरी सामुदायिक गतिविधि या सम्बन्ध आदानप्रदान कार्यक्रमको लागि को जानिकारी तथा ठाउँ पनि उपलब्ध छ ।

●「दोभाषे सहयोगी टेलीफोन」☎(022)224-1919

हामिले, दैनिक जिबनयापन सम्बन्धि आवश्यक जानकारी प्रदान तथा परामर्शहरु दिने कार्य गर्दै आएका छौं ।

उपलब्ध भाषाहरु:जापानीज,अंग्रेजी,चिनियाँ,कोरियन,भियतनामी,नेपाली,तागालोग,थाई,पोर्चुगाली,स्पेनिस,रसियन,इन्डोनेसियन,इटालियन,फ्रेन्च,जर्मनी,मलेसियन,खमेर,बर्मेली,मंगोलियन भाषा

बृत्तितमा→

