

外国人県民の皆さんへ

しんがた びょうき  
**新型コロナウイルスの病気に  
ならないためのお願い**

した き  
下のことに気をつけてください。

★ **マスク** をつける

★ **近く** で人と話をしない



★ **たくさん** の人で **集まらない**

★ **時々** 部屋に **外の空気** を入れる

★ **手を洗う** ・ **手や指を消毒** する



★ **熱** があつたり **喉が痛い** 時は  
近くの日本人や知り合いに **相談** する

★ **困った** ときは **相談** してください

相談先 **いわて外国人県民相談・支援センター**

TEL **019-654-8900**

Email [iwate-support-center@iwate-ia.or.jp](mailto:iwate-support-center@iwate-ia.or.jp)

時間 09:00~20:00 土曜日・日曜日も開いています

岩手県 国際室 Iwate Prefecture, Office of International Affairs

ねっ

のど

いた

とき

そうだんさき

# ★熱があったり喉が痛い時の相談先

じゅしん

そうだん

受診・相談センター TEL 019-651-3175

じかん

あ

24時間開いています

どようび

にちようび

あ

土曜日・日曜日も開いています

ことば

そうだん

# ★14の言葉で相談できるヘルプデスク

Foreign Residents Support Center

F R E S C ヘルプデスク

TEL 0120-76-2029 (お金<sup>かね</sup>はかかりません)

じかん

時間 9:00~17:00

ようび

げつようび

きんようび

曜日 月曜日から金曜日

どようび

にちようび

しゅくじつ

あ

土曜日、日曜日、祝日は開いてません

ことば

言葉

日本語、英語、ベトナム語、中国語、  
韓国語、スペイン語、ポルトガル語、  
ネパール語、タイ語、インドネシア語、  
タガログ語、ミャンマー語、  
カンボジア語、モンゴル語