

## 感染拡大防止のための留意点

### Mga Puntong Dapat Tandaan Upang Maiwasan Ang Pagkalat Ng Impeksyon

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐため、イベントや会食の際には以下の点に留意してください。

Upang maiwasan ang pagkalat ng impeksyon ng COVID-19, pakitandaan lamang ang sumusunod na mga punto kapag may pagdiriwang o pagtitipon na may kainan.

- 体調が悪い場合は、イベントや会食に参加しないこと。

Huwag dumalo sa pagdiriwang o pagtitipon na may kainan kung masama ang pakiramdam.

- 密閉・密集・密接が発生しやすい場所や基本的な感染防止策が徹底されていないイベントや会食への参加を控えること。特に、多数の人が密集し、かつ、大声等の発生を伴う行事、パーティー等への参加は控えること。

Iwasang dumalo sa mga pagdiriwang o pagtitipong may kainan na malamang na mangyaring sarado/siksikan/magkakalapit at ang mga pangunahing hakbang sa pag-iwas sa impeksyon ay hindi lubusang sinusunod. Iwasang dumalo lalo na sa mga maraming taong mag-iipon-ipon, gaya ng mga kaganapang maaaring magsipaglitawan ang malalakas na tinig, party at iba pa.

- イベントや会食の参加に当たっては、適切な対人距離の確保、手指消毒、マスクの着用、大声での会話の自粛など、適切な感染防止策を徹底すること。

Kung dadalo naman sa mga pagdiriwang o pagtitipong may kainan, tiyakin ang angkop na distansiya sa kapwa, mag-hand sanitizer, gumamit ng mask, pigilin na makipag-usap sa malakas na tinig at iba pa, sumunod sa angkop na hakbang sa pag-iwas sa impeksyon.

- 街頭や飲食店での大量または深夜にわたる飲酒や、飲酒しての行事への参加

は、その行事の宗教的・文化的特性を踏まえつつ、なるべく自粛すること。

Huwag uminom ng alak ng marami at aabutin na ng hatinggabi sa kalye man o restawran, ang pagdalo sa kaganapang may inuman ng alak ay isaalang-alang ang mga kaganapang pangrelehiyon/katangian ng kultura, subalit iwasang gawin hangga't maaari.

- 必要に応じて、家族で自宅で過ごす、オンラインのイベントに参加するなどの新しい楽しみ方を検討すること。

Kung kinakailangan, isaalang-alang ang mga bagong paraan kung paano magiging masaya gaya nang pagdalo sa pagdiriwang online o paggugol ng oras kasama ang pamilya sa bahay.

- 新型コロナウイルス感染症に感染したと疑われる場合で、医療機関への受診等に関して疑問等がある場合には、居住する自治体の相談窓口等に電話すること。

Tumawag sa consultation window at iba pa sa inyong tinitirhan na munisipyo kung may hinalang nahawaan ng impeksyon ng COVID-19, may mga katanungan at iba pa ukol sa pagpapatingin at iba pa sa institusyong medikal.

#### 電話相談窓口

#### Consultation Window sa Telepono

- 各都道府県の相談窓口（医療機関への受診に関する疑問）  
Consultation Window ng bawat Prepektura (Mga katanungan ukol sa pagpapatingin sa institusyong medikal)
  - ・ やさしいにほんご (Plain Japanese) : <https://www.covid19-info.jp/area-jp.html>
  - ・ English: <https://www.covid19-info.jp/area-en.html>
  - ・ Português (Portuguese) : <https://www.covid19-info.jp/area-pt.html>
  - ・ 简体中文 (Simplified Chinese) : <https://www.covid19-info.jp/area-cs.html>
  - ・ 繁体中文 (Traditional Chinese) : <https://www.covid19-info.jp/area-ct.html>
  - ・ (Korean) : <https://www.covid19-info.jp/area-kr.html>
- 厚生労働省電話相談窓口（発生状況、全般に関する疑問）  
Consultation Window sa Telepono ng Ministry of Health, Labor and Welfare (Ukol Sa Katayuan ng Pangyayari, Pangkalahatang Katanungan)
  - ・ 電話番号
  - Numero ng Telepono 0120-565-653 (9:00-21:00)

- ・ 対応言語
  - Tinutugunang Wika English, 中文 (Chinese), (Korean), Português (Portugues), Español (Spanish), ภาษาไทย (Thai), Tiếng Việt (Vietnamese)

外国人の生活支援にかかる情報等

Impormasyon at iba pa ukol sa suporta sa pamumuhay para sa mga dayuhan

- 外国人在留支援センター (FRESC) (出入国在留管理庁)  
Foreign Residents Support Center (FRESC) (Immigration Services Agency of Japan)  
<http://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc01.html>
- 外国人生活支援ポータルサイト  
A Daily Life Support Portal For Foreign Nationals

各省の支援施策や地域における外国人向けの生活相談窓口の一覧等を言語別に掲載。  
Ang mga suportang hakbang ng bawat Ministry at ang listahan ng mga consultation windows at iba pa ukol sa pamumuhay para sa mga dayuhan sa lugar ay nakapost sa bawat wika.

トップページ

Top page: <http://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html>