

とうきょう と がいこくじん しんがた **東京都外国人新型コロナ生活相談センター** せいかつそうだん

**TOCOS トコス** Tokyo Coronavirus Support Center for Foreign Residents

เมื่อประสบปัญหาเกี่ยวกับโรคติดเชื้อโคโรนาสายพันธุ์ใหม่(covid-19) สามารถรับคำปรึกษาภาษาไทย ภาษาญี่ปุ่น ภาษาอังกฤษ และภาษาอื่นอีก11ภาษาได้ มีล่ามแปลภาษา  
 コロナ (COVID-19) で 困ったときに タイ語、日本語、英語、その他11言語で 相談できます。通訳が います。

 เกี่ยวกับเรื่องเงิน お金のこと	 เกี่ยวกับเรื่องโรงเรียน 学校のこと	 เกี่ยวกับเรื่องงาน 仕事のこと	 เกี่ยวกับเรื่องเจ็บป่วย 病気のこと
---	---	---	---

**0120-296-004** ไม่มีค่าใช้จ่าย 無料

วันจันทร์ - วันศุกร์  
月曜日 ~ 金曜日 **AM 10:00 - PM 5:00**  
เสาร์ \* อาทิตย์ \* วันหยุดนักขัตฤกษ์  
土曜日・日曜日・祝日は お休みです。

จะเริ่มต้น ด้วยการพูดภาษาญี่ปุ่นง่ายๆ  
はじめに、やさしい日本語で話します。  
จากนั้น จะสามารถปรึกษาในภาษาที่คุณเข้าใจ  
それから、あなたがわかる言葉で相談することができます。

TOCOSจะให้คำปรึกษาดังต่อไปนี้  
TOCOSには 次のような相談があります。

**Q** สิ่งที่จะต้องทำเพื่อไม่ให้ติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่  
新型コロナにならないように 何を しますか?

- A** ล้างมือด้วยสบู่  
●せっけんで手を洗ってください。  
ทำความสะอาดมือด้วยน้ำยาฆ่าเชื้อแอลกอฮอล์  
●アルコール消毒液で手をきれいにしてください。  
สวมหน้ากากอนามัย  
●マスクをしてください。  
เมื่อไอ ขอให้ใช้ หน้ากากอนามัย ผ้าเช็ดหน้า เป็นต้น  
●咳をするとき、マスクやハンカチなどを使ってください。  
不要去ในสถานที่ที่มีคนแออัด  
●たくさん人がいる場所へ行かないでください。  
ถ้าไม่มีความจำเป็นเร่งด่วนขอให้ทำอยู่บ้าน  
●必要がないときは、できるだけ家にいてください。

**Q** สงสัยว่าอาจจะติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ ควรทำอย่างไรดี  
新型コロナになったかもしれません。どうしたら、いいですか?

- A** ขอให้หยุดไปโรงเรียน ขอให้หยุดไปทำงาน  
仕事や学校は休んでください。
-  **เมื่อมีไข้ ไอ คล้ายอาการใช้หวัด แบบต่อเนื่อง**  
●風邪のような 咳や熱が続くとき...
-  **เมื่อมีอาการเมื่อยล้า**  
●体が だるいとき...
-  **เมื่อหายใจลำบาก**  
●息が 苦しいとき...

ขอให้โทรศัพท์ปรึกษาที่ศูนย์ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่หรือที่ศูนย์ให้คำปรึกษาสำหรับผู้เดินทางกลับ  
จากต่างประเทศ/ ผู้มีโอกาสเสี่ยงติดเชื้อ(คือโคกอะ \* เซทโซะคะวะเตงวะโซดันเซนตา) ในท้องที่ที่ท่านอาศัยอยู่  
新型コロナコールセンターや 住んでいる ところの 帰国者・接触者電話相談センターに 電話で 相談してください。

**Q** สามารถตรวจสอบเกี่ยวกับเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ได้ที่ไหน  
新型コロナの 検査(調べること)は どこで できますか?

**A** ขอให้โทรศัพท์ปรึกษาที่ศูนย์ให้คำปรึกษาเกี่ยวกับเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่หรือที่ศูนย์ให้คำปรึกษาสำหรับผู้เดินทางกลับ  
จากต่างประเทศ/ ผู้มีโอกาสเสี่ยงติดเชื้อ(คือโคกอะ \* เซทโซะคะวะเตงวะโซดันเซนตา) ในท้องที่ที่ท่านอาศัยอยู่  
新型コロナコールセンターや 住んでいる ところの 帰国者・接触者電話相談センターに 電話で 相談してください。

**Q** เนื่องจากต้องหยุดทำงานทำให้ไม่มีเงินสามารถยืมเงินได้หรือไม่  
仕事が 休みになりました。お金がありません。お金を 借りることが できますか?

**A** ขอให้โทรศัพท์ปรึกษาที่คอลเซ็นเตอร์ของหน่วยงานกองทุนกู้ยืมขนาดเล็กยามฉุกเฉินสำหรับบุคคลทั่วไป  
/หน่วยงานให้คำปรึกษาด้านการสนับสนุนทางการเงินทั่วไป(โคจินมุเค็งคิวกโคะงุจิชิคิน \* โซโงชิเอนชิคินโซ  
ดันโคโรเซนตา)หรือที่หน่วยงานสภาสวัสดิการสังคม (อะคัยฟุคุเคียวจิกัย) ในท้องที่ที่ท่านอาศัยอยู่  
個人向け緊急小口資金・総合支援資金相談コールセンターや 住んでいる ところの 社会福祉協議会に 電話してください。

**Q** ผลกระทบจากเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ทำให้ไม่มีงานทำบริษัทบอก(ให้หยุดทำงาน)  
ควรทำอย่างไรดี  
新型コロナで 仕事が なくなりました。会社が「会社を やめてください。」と 言いました。どうしたら、いいですか?

**A** ขอให้โทรศัพท์ปรึกษาที่สายด่วนให้คำปรึกษาสำหรับผู้ทำงานชาวต่างชาติ(กัยโกะกุจิงโรโดะนะมุคะโซดันไดยะรุ)  
外国人労働者向け相談ダイヤルに 電話してください。