

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

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

Si vous avez un problème avec le coronavirus COVID-19, vous pouvez demander conseil en français, en japonais, en anglais, ou en 11 autres langues avec l'assistance des interprètes.  
 コロナ (COVID-19) で 困ったときに フランス語、日本語、英語、その他11言語で 相談できます。通訳が います。

 <b>Argent</b> お金のこと	 <b>École</b> 学校のこと	 <b>Travail</b> 仕事のこと	 <b>Santé</b> 病気のこと
---	--	---	--

**0120-296-004** appel gratuit 無料  
 du lundi au vendredi de 10:00 à 17:00 fermé les samedis, dimanches et jours fériés  
 月曜日～金曜日 AM10:00-PM5:00 土曜日・日曜日・祝日はお休みです。

**D'abord, l'opérateur/opératrice vous parle en japonais simple.**

はじめに、やさしい日本語で話します。

**Puis, vous pouvez choisir la langue que vous utilisez.**

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。

**Trouvez ici quelques exemples des questions-réponses les plus fréquemment adressées à TOCOS.**

TOCOSには 次のような相談があります。

**Q Comment se protéger du coronavirus COVID-19 ?**  
 新型コロナにならないように 何を しますか？

- A**
- Lavez-vous les mains avec du savon.  
●せっけんで 手を 洗ってください。
  - Nettoyez vos mains avec un désinfectant à base d'alcool.  
●アルコール消毒液で 手を きれいにしてください。
  - Portez un masque.  
●マスクをしてください。
  - Lorsque vous toussiez ou éternuez, utilisez un masque ou un mouchoir.  
●咳をするとき、マスクや ハンカチなどを使ってください。
  - Évitez les lieux trop fréquentés.  
●たくさん 人が いる 場所へ 行かないでください。
  - Restez chez vous, et évitez tout déplacement inutile.  
●必要が ないときは、できるだけ 家に いてください。

**Q Je pense avoir été exposé à un malade COVID-19 : que faire ?**  
 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** Ne vous rendez pas au travail ou à l'école.  
 仕事や 学校は 休んでください。

 En cas de symptômes du rhume (une toux ou une forte fièvre) qui durent... ●風邪のような 咳や 熱が続くとき...	 une fatigue intense ●体が だるいとき...	 des difficultés respiratoires ●息が 苦しいとき...
--	--	--

Appelez le COVID-19 Call Center (Centre d'appels pour le COVID-19), ou le service de consultation téléphonique de votre lieu de résidence.  
 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 Où puis-je me faire tester pour le coronavirus COVID-19 ?**  
 新型コロナの 検査(調べること)は どこで できますか？

**A** Appelez le COVID-19 Call Center (Centre d'appels pour le COVID-19), ou le service de consultation téléphonique de votre lieu de résidence.  
 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 Je n'ai plus de ressources suffisantes car je n'ai plus de travail. Puis-je emprunter de l'argent quelque part ?**  
 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** Appelez le centre d'appels de fonds de petite taille d'urgence pour les individus et de fonds général de soutien à l'industrie ou le conseil de la sécurité sociale de votre lieu de résidence.  
 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 Mon activité professionnelle est suspendue à cause du coronavirus, et mon entreprise veut me licencier. Que dois-je faire ?**  
 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** Appelez le centre de consultation pour les employés étrangers de votre lieu de résidence.  
 外国人労働者向け相談ダイヤルに 電話してください。