

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

Kung mayroon kang problema sa Corona (COVID-19), maaari kang kumunsulta sa wikang Pilipino, wikang Hapon, wikang Ingles, at iba pang 11 wika. Mayroong mga interpreter.

コロナ (COVID-19) で 困ったときに タガログ語、日本語、英語、その他11言語で 相談できます。通訳がいます。

 Pera お金のこと	 Paaralan 学校のこと	 Trabaho 仕事のこと	 Sakit 病気のこと
---	---	---	--

0120-296-004 libreng tawag 無料

Lunes~Biyernes 月曜日~金曜日 **AM 10:00 - PM 5:00** Sarado tuwing Sabado/Linggo/Piyesta Opisyal
土曜日・日曜日・祝日は お休みです。

Sa simula, may sasagot sa wikang hapon.

はじめに、やさしい日本語で話します。

Pagkatapos maaari ka nang makipag-usap sa mga salitang naiintindihan mo.

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。

Sa TOCOS ay may mga sumusunod na konsultasyon.

TOCOSには 次のような相談があります。

Q Ano ang dapat kong gawin upang maiwasan ang Corona virus?

しんがた **新型コロナ**にならないように なに 何を しますか?

A Hugasan ang iyong mga kamay gamit ang sabon.

●せっけんで手を洗ってください。

Linisin ang iyong kamay gamit ang alcohol.

●アルコール消毒液で手をきれいにしてください。

Mag-mask.

●マスクをしてください。

Gumamit ng mask o panyo kapag uubo ka.

●咳をするとき、マスクやハンカチなどを使ってください。

Mangyaring huwag pumunta sa mga lugar na maraming tao.

●たくさん人がいる場所へ行かないでください。

Kung hindi masyadong kailangang lumabas, hangga't maari ay manatili sa bahay.


●必要がないときは、できるだけ家にいてください。


Q Baka may COVID na ako. Ano ang dapat kong gawin?

しんがた **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 Huwag na munang pumasok sa trabaho o paaralan.

しごと がっこう やす
仕事や学校は休んでください。

 Kung patuloy kang nakakaramdam na para kang may sipon, ubo o lagnat ...
●風邪のような咳や熱が続くとき...

 Kapag nakaramdam ka ng panghihina ng katawan...
●体がだるいとき...

 Kung nahihirapang huminga
●息が苦しいとき...

Mangyaring tumawagat kumonsultasa New Corona Call Center o sa Returnee/Contact Consultation Centers kung saan ka nakatira.

しんがた しんがた きこくし せつごし せつごし でんわ せうだん
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 Saan pwedeng mag pa-test ng COVID-19?

しんがた けんさ しら
新型コロナの検査(調べること)はどこでできますか?

A Mangyaring tumawagat kumonsultasa New Corona Call Center o sa Returnee/Contact Consultation Centers kung saan ka nakatira.

しんがた きこくし せつごし せつごし でんわ せうだん
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 Wala akong pasok sa trabaho. Wala akong pera. Maaari ba akong humiram ng pera?

しごと やす か か
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 Tumawag sa "Emergency support/general support loan for individuals" call center o sa Social Welfare Council kung saan ka nakatira.

こじん きんめい こじん せうごし しん しん せうだん しゃかいふくし きょうぎかい でんわ
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 Nawalan ako ng trabaho dahil sa Corona. Sinabi ng kumpanya, "Mangyaring huminto ka na sakumpanya." Ano ang dapat kong gawin?

しんがた しごと かいしゃ かいしゃ
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 Tumawag sa Labor Bureau Foreign Workers Consultation Service.

がいこくじん ろうどうし せ せうだん でんわ
外国人労働者向け相談ダイヤルに電話してください。