

別冊

外国人住民から見た
やさしい日本語による情報伝達の
内容に関する調査 対象チラシ

目次

1. 成人の日記念式典（成人式）-----	3
2. 夏ボラ『学生と日本の夏!』-----	5
3. ごみと資源-----	6
4. ゆりかご・〇〇事業「誕生お祝い品チケット」-----	20
5. 〇〇市に住んでいる外国人のみなさんへ-----	21
6. 外国人のための防災訓練-----	23
7. 新型コロナウイルスワクチンを注射します-----	24
8. 新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ-----	28
9. ワクチンの副反応について知りましょう-----	30
10. 登録申込書記入見本（ボランティア）-----	32

【2021年（令和4年）〇区 成人の日 記念式典（成人式）】



新型コロナウイルス(COVID-19)の 対策として 成人式を 2回に わけます

・いつ 2022年（令和4年）1月10日（祝日・月曜）

・どこで ○○○○

○○○ホール と □□□ホール（スクリーンのある会場）

・1回目

じかん：午前11時～11時30分

10時20分：○○ 中学区域、□□□□ 中学区域の 人は 来て ください。

10時30分：△△△ 中学区域、▽▽ 中学区域の 人は 来て ください。

10時40分：☆☆ 中学区域、★★★★★ 中学区域の 人は 来て ください。

・2回目

じかん：午後2時～2時30分

13時20分：●●● 中学区域、◎◎ 中学区域の 人は 来て ください。

13時30分：▲▲ 中学区域、▼▼ 中学区域の 人は 来て ください。

13時40分：◇◇ 中学区域、◆◆◆◆◆ 中学区域の 人は 来て ください。

・だれが

2001年（平成13年）4月2日 から 2002年（平成14年）4月1日までに 生まれた 人

・新成人（成人式に 参加する人）の みなさまへ

2021年（令和3年）12月1日に 〇区に 住んでいる 新成人の 人へ 12月 はじめに ハガキを

送ります。

いま ○区に 住んで いないが、 ○区の 小学校や 中学校に 行った 新成人の 人も

成人式に 参加 できます。ハガキを 送ることは できないので 1月10日に 会場へ 来て
ください。

○○○ホールが 人が 多くて 入れない 時は□□□ホール に 行きます。

家族や 知り合いは すわれません。

・新型コロナウイルス(COVID-19)に ならない ために つぎのことを します。

1.成人式を 2つに 分けて 人が 集まらないように します。順番に 入って、順番に 出ます。

2.成人式に 来る人の 数を 少なくします。

3.新型コロナウイルス(COVID-19)の 対策を します。入口に アルコール消毒が あります。

手の 消毒を します。熱が 37.5度 より 高い人は 来ないでください。

会場では マスクを つけて ください。席は となりを ひとつ 離して 座ってください。

4.オンラインで 映像を 見ることが できます(ライブ)。(具合が 悪い 時は 会場に 来ないで
ください。オンラインを 使って ください。)

5.成人式が 終わった 後の あつまりは ありません。

6.会場に 来なくても 記念に 写真を撮ることが できるように、○区内の 公園や庭園などに

『フォトスポット』を作ります。

・わからないことが あったら 電話してください

○○○○部 ○○○○○○○○○○○課

☎ : 00-××××-××××



主催：〇〇区国際交流協会（〇〇 International Friendship Association）

■Online Event for Foreigners■

外国人のみなさん ぜひ 参加してください！

『学生と日本の夏！』

学生ボランティアによる日本の夏紹介



All about Japanese Summer presented by Local Students

どこで オンライン（ZOOMをつかいます）/ held online (via Zoom)

ことば やさしい日本語（にほんご）/ in Easy Japanese

さんがする 申込（もうしこ）みはこちら↓ / Sign-up↓

https://

URL

さんがする

（QRコード）

8.15(sun) 10:00>>12:00

PART I: 学生（がくせい）の発表（はっぴょう）
Presentations by Japanese students

- 夏（なつ）のイベント（いべんと） / Summer Entertainment and Events
- 学校生活（がっこうせいかつ）/ School Life
- 夏（かん）に関する日本語（にほんご） / Words and Phrases Related to Summer

PART II: 交流（こうりゅう）
Interacting with presenters

高校生（こうこうせい）・大学生（だいがくせい）と
話（はな）します。日本（にほん）の学生（がくせい）が
どんなことに興味（きょうみ）をもっているか聞（き）いてください！
Please enjoy a free conversation time to
communicate with each other.

ごみ と 資源

区ロゴ ○○区

にほんご
やさしい日本語

《ごみは もう 使いません。捨てます。》

1. 燃やす ごみ



○○区ごみ減量キャラクター
ごみのん



プラスチックの もの※



ゴム・革



汚い 紙



なま
生ごみ



かみ
紙くず



かみ
紙おむつ



しよくようあがら
食用油



きたな めの ふく
汚い 布・服

●どこに？

※5ページの「プラマーク」の もの以外

「ごみ集積所」(ごみを 出す 所)に 捨てます。

わかりません。その時は

・近くの 人・大家さん・管理人・管理会社に 聞きます。

・「○○区 清掃 事務所」に 電話を します。

「○○区 清掃 事務所」

☎00-XXXX-XXXX

げつようび どのよう

月曜日～土曜日 8:30～17:00

●何曜日？何時？

曜日 と 曜日

朝 8:00 まで

●どの ように？

ビニールの 袋(中に 何が ありますか、わかります。)に 入れます。



2. 燃やさない ゴミ



とうき がらす きんぞく
陶器・ガラス・金属



わ けいこうとう でんきゅう
割れた蛍光灯・電球



ちい だんきせいひん
小さい 電気製品



かさ
傘



つか す かいろ
使い捨て カイロ

●どこに？

「ごみ集積所」に 出します。

わかりません。その時は

・近くの 人・大家さん・管理人・管理会社に 聞きます。

・「〇〇区 清掃 事務所」に 電話を します。

「〇〇区 清掃 事務所」

☎00-XXXX-XXXX

月曜日～土曜日 8:30～17:00

●何曜日？何時？

___ 回目・ ___ 回目の ___ 曜日 朝 8:00 まで

●どの ように？

ビニールの 袋 (中に 何が ありますか、わかります。)に 入れます。

●危ない ゴミ(他の ゴミと 分けます。中の ものは 何ですか、袋に 書きます。)



す ぶれーかん かせつとぽんべ
スプレー缶・カセットボンベ
ライター



わ とうき がらす ないふ
割れた 陶器・ガラス、ナイフ

※危ないです。紙で 包みます。



《資源は ^{しげん} また ^{つか} 使います。^す 捨てません》

1. きれいな ^{かみ} 紙



※雑がみ・・・ティッシュの ^{はこ} 箱、お菓子の ^{はこ} 箱、チラシ、封筒、包装紙、紙袋、トイレトペーパーの ^{しん} 芯など

●どこに？

「^{しゅうだんかいしゅうしゅうせきばしょ} 集団回収集積場所」(きれいな ^{かみ} 紙を ^だ 出す ^{ところ} 所)に ^だ 出します。

わかりません。その時は

・^{ちか} 近くの ^{ひと} 人・^{おおや} 大家さん・^{かんりにん} 管理人・^{かんりがいしゃ} 管理会社に ^き 聞きます。

・「^く〇〇区 ^{ごみ} ゴミ ^{ぜろ} ゼロ ^{すいしんか} 推進課」に ^{でんわ} 電話を ^し します。

「^く〇〇区 ^{ごみ} ゴミ ^{ぜろ} ゼロ ^{すいしんか} 推進課」

☎00-×××-×××× 月曜日～金曜日

(^{にほん} 日本 ^{やす} の ^{やす} 休み・12/29～1/3は ^{やす} お休み)

8:30～17:00

●何曜日？何時？

__ ^{ようび} 曜日 ^{あさ} 朝 8:00 まで

●どの ように？

①^{しんぶん} 新聞、②^{ざっし} 雑誌・^{ざつ} 雑がみ、③^{だんぼーる} 段ボールに ^わ 分けます。そして、ひもで ^{むす} 結びます。



はたが ^で 出て ^い います。
(^で 出て ^い ない ^{ところ} ところ
も ^あ あります。)

2. びん・缶・ペットボトル



●どこに

「びん・缶・ペットボトル集積所」に 出します。

わかりません。その時は

・近くの 人・大家さん・管理人・管理会社に 聞きます。

・「〇〇区 ごみ ゼロ 推進課」に 電話を します。

「〇〇区 ごみ ゼロ 推進課」

☎00-×××-×××× 月曜日～金曜日

(日本の 休み・12/29～1/3は

お休み)

8:30～17:00

●何曜日？何時？

__曜日 朝 8:30まで

●どの ように？

ビニールの 袋に 入れません。

びん :①黄色の はこ

缶 :②青色の はこ

ペットボトル:③ネット



・汚い 物は 洗います。

・洗いました。でも、まだ 汚い 物は

びん・缶 : 燃やさない ごみ (2ページ)

ペットボトル : 燃やす ごみ (1ページ)

3.「プラマーク」の もの

※中身を 取り出した後に 残る プラスチックの 袋や 入れ物



ぼとる
ボトル



ふくろ
袋



ばっく
パック



かっば
カップ



くすり
薬の シート



ようき
容器



とれい らっぱ
トレイ・ラップ



きゃっば
キャップ



はっばうす ちろーる くだもの
発泡スチロール・果物の ネット

●どこに？

「ごみ集積所」に 出します。

わかりません。その時は

・近くの 人・大家さん・管理人・管理会社に 聞きます。

・「〇〇区 清掃 事務所」に 電話を します。

「〇〇区 清掃 事務所」

☎00-XXXX-XXXX

月曜日～土曜日 8:30～17:00

●何曜日・何時

__曜日 朝 8:00 まで

●どの ように？

ビニールの 袋 (中に 何が ありますか、わかります。)に 入れます。

・汚い 物は 洗います。

・洗いました。でも、まだ 汚い 物は「燃やす ごみ」です。(1ページ)



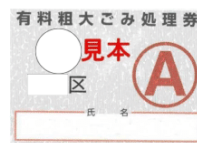
おお 《大きい ごみ》

1. 粗大ごみ(30cmより おお 大きい ごみ)※ただし、次の「2」、「3」以外

「粗大ごみ 受付 センター」に でんわ を します。自分の 番号を 聞きます。(4つの 数字)

コンビニエンスストアで 粗大ごみの シールを 買います。

シールに「名前」と「4つの 数字」を 書きます。



シールを ごみに は 貼ります。

ごみを 1階の 家・アパート・マンションの 前に 出します。

〇〇区の 人が 家に 来ます。



ふとん



じてんしゃ
自転車



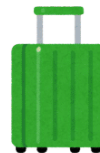
じゅうたん



でんしれんじ
電子レンジ



いす



すーつケース
スーツケース



たんす

「粗大ごみ 受付 センター」

① 電話: 00-xxx-xxxx (English、中文、한글、Tiếng Việt、ไทย、Español、português)

月曜日～土曜日 8:00～19:00

② インターネット: https: URL

(English、中文、한글) いつでも 24時間 OK 二次元コード➡ QRコード



2. エアコン、テレビ、冷蔵庫、冷凍庫、洗濯機、乾燥機



エアコン



テレビ



冷蔵庫



洗濯機



乾燥機

①買ったお店・「家電リサイクル受付センター」に電話をします。

②お金を払います。

「家電リサイクル受付センター」

① 電話: 00-xxxx-xxxx 月曜日～土曜日 8:00～17:00

② インターネット: <https://> URL

いつでも 24時間 OK 二次元コード ➡ QRコード

3. パソコン

※①②から選びます。

①「リネットジャパンリサイクル株式会社」のホームページを見ます。そして、頼みます。

(<https://> URL

パソコンを段ボールに入れます。

宅配便の人が家まで取りに来ます。

段ボール 1つは 0円です。

②「パソコン 3R推進協会」に電話をします(☎00-xxx-xxx)。

パソコンを作った会社の電話番号・払うお金を教えます。



《資源を 持って 行く 場所》

場所が わかりません。

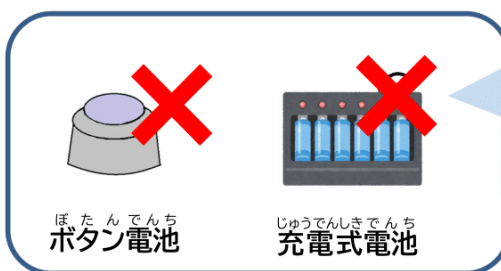
その時は「〇〇区 ごみ ゼロ 推進課」に 電話を します。

「〇〇区 ごみ ゼロ 推進課」

☎00-×××-×××× 月曜日～金曜日 8:30～17:00

(日本の 休み・12/29～1/3は お休み)

1. 使い 終わった 乾電池



売っている お店へ
持って 行きます。

●どこに？

区役所、区民活動センター、図書館、体育館など

●何曜日？何時？

開いている 時

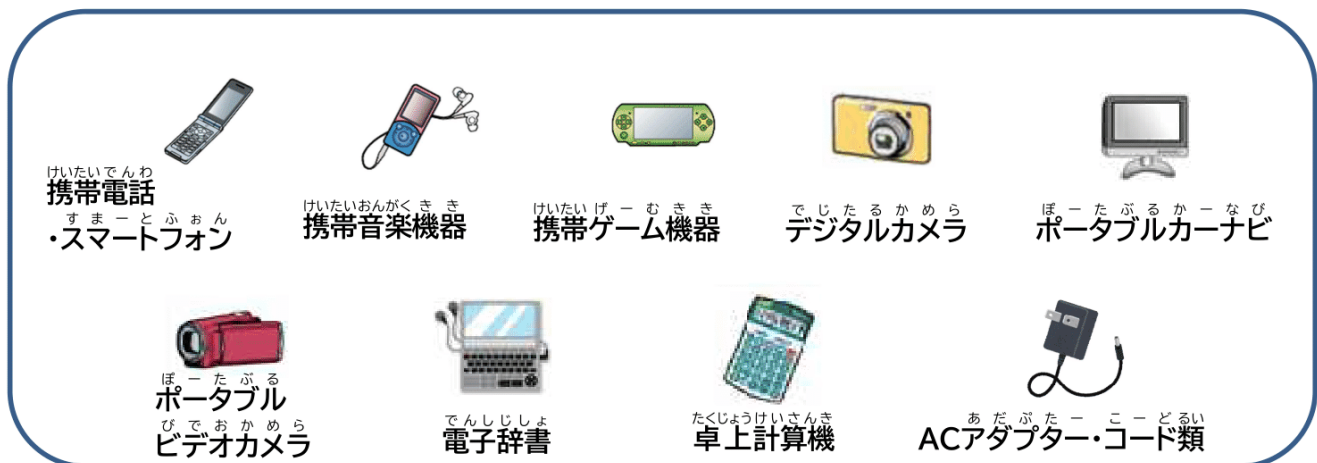
●どの ように？

袋に 入れません。

回収ボックスに 入れます。



2. 使い終わった 9種類の 小さい 電気製品 (小型家電)



●どこに？

区役所、区民活動センター、中央図書館、リサイクル展示室

●何曜日？何時？

開いている 時

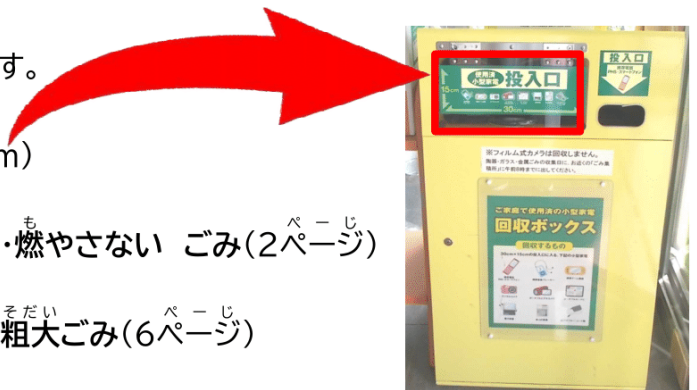
●どの ように？

回収ボックスに 入れます。※個人情報 を 消します。

(投入口=入れるところの大きさ:30cm×15cm)

9種類以外の 電気製品 30cmまでの もの …燃やさない ごみ(2ページ)

30cmより 大きい…粗大ごみ(6ページ)



3. 使い終わった 蛍光灯

●どこに？

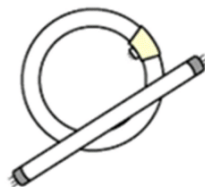
区役所、区民活動センター、中央図書館、リサイクル展示室

●何曜日？何時？

開いている 時

●どの ように？

紙などで 包みます。回収ボックスに 入れます。



●割れたものは？

「燃やさないごみ」の日に 出します。(2ページ)

4. ペットボトル 自動 回収機

※スーパーマーケットに ある 機械

●どこに？(2021年12月)

<スーパーの 名前>

・オーケー/□□店・△△店

・ライフ/□□□店・△△△店・◇◇◇◇店

・マルエツ/□□□□□店・△△△△店

・マルエツプチ/□□□店・△△△△店

・サミットストア/□□□□店・△△△店

・三徳/□□□店

・ピーコック/□□□□店

・キッチンコート/□□□店

・コープ/□□□□店・△△△△店



●何曜日？何時？

二次元コード➡

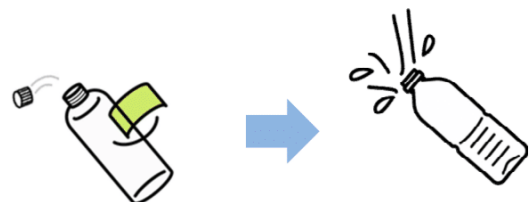
QRコード

●どの ように？

キャップと ラベルを 取ります。

(キャップと ラベルは「プラマーク」の日に 出します ※5ページ)

中を 水で 洗います。つぶしません。



5. まだ 着る ことが できる 服・きれいな 布



※①②の 1つを 選びます。

①「集団回収集積場所」(きれいな 紙を 出す 所)(3ページ)

回収しない 所も あります。

わからない 人は、「〇〇区 ごみ ゼロ 推進課」に 電話を します(☎00-×××-×××)。

●何曜日? 何時?

曜日 朝 8:00 まで

(「きれいな 紙」の 日と 同じ ※3ページ)

洗った 服などを ビニール袋に 入れて 出します。

一日 天気が いい 日に 出します。



②「リサイクル展示室」に 持って 行きます。

洗った 服などを ビニール袋に 入れます。

「リサイクル展示室(□□□0-0-0)」

☎00-××××-××××

二次元コード➡

QRコード

6. 家で使う 食べる 油 ※使った 後でも 大丈夫です。

●どこに?

区役所 8階 環境課、リサイクル展示室、区民活動センター(※)

●何曜日? 何時?

開いている 時

※区民活動センター: 毎月 第4火曜日 9:00~12:00 (第4火曜日が お休みです。)

※そのときは「〇〇区 ごみ ゼロ 推進課」に 電話を します。☎00-×××-×××



●どのように?

ペットボトルに 入れて 出します。ビン は だめです。



《区では 集めません》

買った お店や 物を 作った 会社に 聞きます。



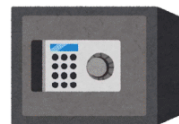
くるま た い や
車のタイヤ



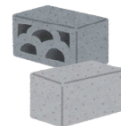
しょうかき
消火器



つち いし
土や石など



きんこ
金庫



こんくリーと
できた もの



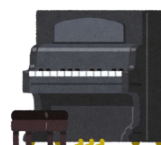
おーとばい
オートバイ



くるま ば っ て りー
車の バッテリー



ぺんき
ペンキ



ぴあ の
ピアノ

《ごみの ことが わかります》



ごみの アプリ



にほんご
日本語

QRコード

For Android

QRコード

For iPhone

English・^{ちゅうぶん}中文・한글

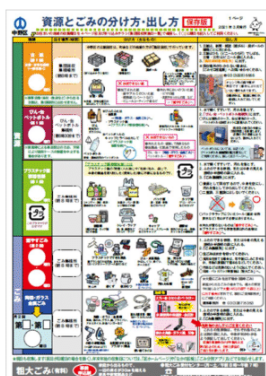
QRコード

For Android

QRコード

For iPhone

しげん 資源と ごみの リーフレット (にほんご・えいご・ちゅうぶん・ハングル・ベトナム語・ネパール語)
日本語・English・中 文・한글・Tiếng Việt・नेपाली)



ぜんしゅるい ほ ー む ペ ー じ
全種類 ホームページに あります

QRコード

※それぞれの ことば 言葉の リーフレットを みる ことができます

〇6か国語共通



しげん 資源と	ごみの	リーフレット	だし方の きほん
QRコード			

〇日本語

しげん 資源と	ごみの	リーフレット	きれいな紙を 出す日 (3ページ)
QRコード			QRコード

〇English

しげん 資源と	ごみの	リーフレット	きれいな紙を 出す日 (3ページ)
QRコード			QRコード

〇中文

しげん 資源と	ごみの	リーフレット	きれいな紙を 出す日 (3ページ)
QRコード			QRコード

ハングル
○한글

しげん 資源と ごみの リーフレット	きれいな紙を 出す日 (3ページ)
QRコード	QRコード

ベトナム語
○Tiếng Việt

しげん 資源と ごみの リーフレット	きれいな紙を 出す日 (3ページ)
QRコード	QRコード

ネパール語
○नेपाली

しげん 資源と ごみの リーフレット	きれいな紙を 出す日 (3ページ)
QRコード	QRコード



2022年1月

発行: 〇〇区 〇〇部 〇〇〇〇推進課

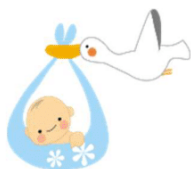
(〇〇区〇〇〇〇〇〇-0-0 リサイクル展示室内)

☎ 00-XXXX-XXXX

FAX 00-XXXX-XXXX

Mail gomizero@〇〇.〇〇-〇〇〇

協力: 〇〇区国際交流協会「●●●」(やさしい日本語)



じぎょう ゆりかご・〇〇事業 たんじょう いわ ひん おく 「誕生祝い品チケット」をお送りします



あか たんじょう
赤ちゃんの誕生 おめでとうございます。

く じぎょう
〇〇区では、「ゆりかご・〇〇事業」をおこなっています。

じぎょう めんせつ う ひと いわ ひん ぶれぜんと
この事業では、『おめでとう面接』を受けた人に、お祝い品をプレゼントしています。

いわ ひん う と 1. お祝い品を受け取るためには

つぎ しよ い
(1) 次の3か所のうち、どこか1か所に行きます。

とうぶ こ かていしえんせんたー
● 東部子ども家庭支援センター

じゅうしょ (住所) □ □ □ 0-00-00 (電話) 00-××××-××××

せいぶ こ かていしえんせんたー
● 西部子ども家庭支援センター

じゅうしょ (住所) □ □ 0-0-00 (電話) 00-××××-××××

こそだ いんふおめーしょん
● 子育てインフォメーション

じゅうしょ (住所) □ □ □ 0-00-0 〇〇区役所4階 (電話) 00-××××-××××



めんせつ う
(2) 『おめでとう面接』を受けます。

こそだ なや そうだん こそだ じょうほう あんない
子育ての悩みがあれば相談してください。子育ての情報の案内もできます。



いわ ひん もうしこみしょ か
(3) お祝い品の申込書を書きます。



いえ いわ ひん とど
(4) 家にお祝い品が届きます。

も 2. 持っていくもの

ふうとう はい たんじょう いわ ひんちけつと
この封筒に入っている「誕生祝い品チケット」

ちゅうい 3. 注意

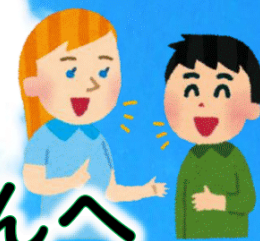
てつづ ごぜん じ ごご じ
● 手続きできるのは、午前9時から午後5時までです。

かぞく ひと か てつづ
● 家族の人が代わりに手続きできます。

あか さい たんじょうび てつづ
● 赤ちゃんの1歳の誕生日までに手続きしてください。

く こ かていぶ こそだ しえん か
〇〇区 子ども家庭部子育て支援課

〇〇市に住んでいる 外国人のみなさんへ



(Notice to foreigners living in 〇〇 City)

これは、〇〇市と〇〇市 国際交流センター (〇〇 city International Center: ●●●) からのお知らせです。〇〇市 国際交流センターでは、〇〇市に住んでいる外国人のみなさんのために、①～③のことをしています。

①HAND in HAND in 〇〇

月に1回、〇〇市からのお知らせを、外国人のために

「日本語」「英語」「中国語」「韓国語」で、つくっています。

〇〇市の公民館・児童館・コミュニティセンターなどにあります。

ただでもらえます。お金は いりません。

〇〇市の公式HPでも、
「HAND in HAND in 〇〇」を
みることができます。



QRコード

「HAND in HAND in 〇〇」
(〇〇市公式HP)



②せいかつ相談

こまったことや、悩んでいることについて、外国語で
相談することができます。お金は いりません。

相談できる日にち・じかん:

毎月第1・3木曜日 ごご1時～ごご4時30分まで

相談したい人は、↓に電話をしてよくしてください。

〇〇市 国際交流センター (●●●) ☎000-XXXX-XXXX



QRコード

外国人のための生活相談
(〇〇市公式HP)





きょうしつ ③にほんご教室

にほん く ひつよう にほんご まな
日本で暮らすために必要な日本語を学ぶことができます。

5つのクラスがあります。1年間^{ねんかん}で3,000円^{えん}かかります

①〇〇センタークラス

じかん げつようび じ じ ふん
時間:月曜日11時~12時50分

ばしょ
場所:〇〇〇〇ホール(〇〇 0-00-0)他^{ほか}

②△△クラス

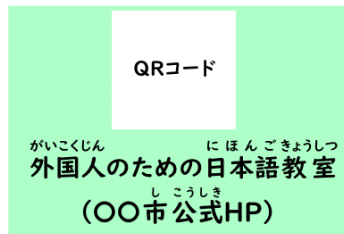
じかん げつようび じ じ
時間:月曜日10時~12時

ばしょ ふくごうしせつ ほか
場所:△△△複合施設(△△0-0)他

もくようび ③木曜日AMクラス

じかん もくようび じ じ
時間:木曜日10時~12時

ばしょ
場所:●●●(□□ 0-00 □□ 7F)



がいきこじん にほんごきょうしつ
外国人のための日本語教室
(〇〇市公式HP)



もくようび ④木曜日PMクラス

じかん もくようび じ じ
時間:木曜日19時~21時

ばしょ
場所:●●●(□□ 0-00 □□ 7F)

どようび ⑤土曜日クラス

じかん どようび じ じ
時間:土曜日14時~16時

ばしょ
場所:●●●(□□ 0-00 □□ 7F)



(にほんご教室のようす)

さんか ひと もう こ
参加したい人は、↓に申し込んでください。

し こくさいこうりゅう
〇〇市国際交流センター(●●●)

☎000-XXXX-XXXX

●●●@XXX.ne.jp

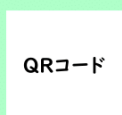
し こく さい こうりゅう 〇〇市国際交流センター (〇〇 city International Center) について

ロゴマーク

し こくさいこうりゅう
〇〇市国際交流センター(●●●)では、①~③のほかにも

がいきこじん いろいろ
外国人のみなさんのために色々なイベントをしています。

じょうほう み
ここから情報を見ることができます。



し こくさいこうりゅう
〇〇市国際交流センターHP



し こくさいこうりゅう
〇〇市国際交流センター

☎000-XXXX-XXXX

し やくしよ ぶんか しょうがいがくしゅうすいしんか
〇〇市役所 文化・生涯学習推進課

☎000-XXXX-XXXX



東京都

Get ready
to act!

外国人 のための 防災訓練

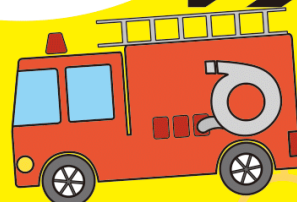
～楽しく勉強して、地震や火事の時の準備をしよう～



お金はいりません。
外国語を話す人
がいます。
プレゼントがもらえます。



東京防災公式キャラクター
(防サイくん)



みんなで一緒に
やさしい日本語と英語を
使って経験できます。

2020年

1月28日(火曜日)

10:00～12:40予定

(9:20から受付を始めます)

武蔵野の森

総合スポーツプラザ

(東京都調布市西町290番11) ■京王線 飛田給駅から歩いて5分

炊き出し

あなたも温かい食べ物を食べます



武蔵野の森

総合スポーツプラザ



こんなにこわい大災害!
VR防災体験
機械を使って、地震や火事を体験できます
地震体験
地震で家が揺れるのを体験できます
豪雨体験
強い雨を体験できます

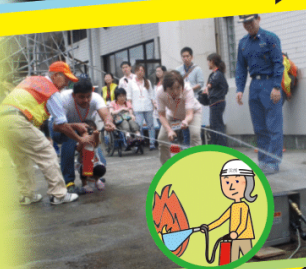


災害の準備をしよう!

消火器を使ってみよう
火事の火を消すことができます

煙体験
火事の煙の中を歩くことができます

避難所体験
逃げて集まる場所での生活を体験できます



みんなで勉強しよう!

工作ワークショップ
地震や火事の時に使えるものを作ります

翻訳アプリで
Let'sコミュニケーション
機械で言葉を他の国の言葉に変える練習をします



ほかにもたくさん練習をすることができます!

■対象

外国人 300人

(東京都に住んでいる人・働いている人・学校に行っている人)

■申込み・問合せ先

外国人のための防災訓練事務局
(株式会社アド・インターフェース)

【ホームページ】<https://www.bousaikunren.com>

【メールアドレス】2019info@bousaikunren.com

【電話】03-5811-1929(9:00～18:00)

■申込締切

2020年1月15日(水曜日) ※メディア(ニュースや新聞の会社の人)がたくさん写真を撮りに来ます。



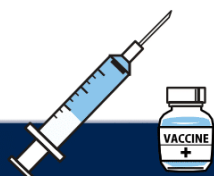
主催: 東京都生活文化局
BUREAU OF CITIZENS AND CULTURAL AFFAIRS

Printed in the ink free from petroleum-type solution.
石油系溶剤を含まないインキを使用しています。

280
Made of 80% recycled paper.

リサイクル適性(A)
この印刷物は、印刷用の紙へ
リサイクルできます。

〇〇市 ^{しんがた}新型コロナウイルス ワクチン^{ちゅうしゃ}を注射します



お金は
いりません

ワクチン^{ちゅうしゃ}を注射する人は予約^{よやく}します。

1 ^{ちゅうしゃ}いつから注射をすることができますか？

〇〇市^くに来るワクチン^{かず}の数によっていつ注射^{ちゅうしゃ}できるか決まります。
順番^{じゅんばん}に注射^{ちゅうしゃ}します。（4ページ^みを見てください）
〇〇市公式ホームページ^{こうしき}・△△広報^{こうほう}・公式Twitter^{こうしき}・LINE^みを見ます。



2 ^{よやく}予約をします



^{よやく うけつけ}予約受付コードと^{かくにんばんごう}確認番号がいります。
^{せつしゅけん}接種券を見てください。

■ ^し〇〇市ワクチン予約^{よやく}サイト

URL

^{かんたん}簡単に予約^{よやく}ができます。予約^{よやく}した内容^{ないよう}を見ること、変更^かすることができます。

スマートフォンでQRコードを読み取り^{よと}ます。

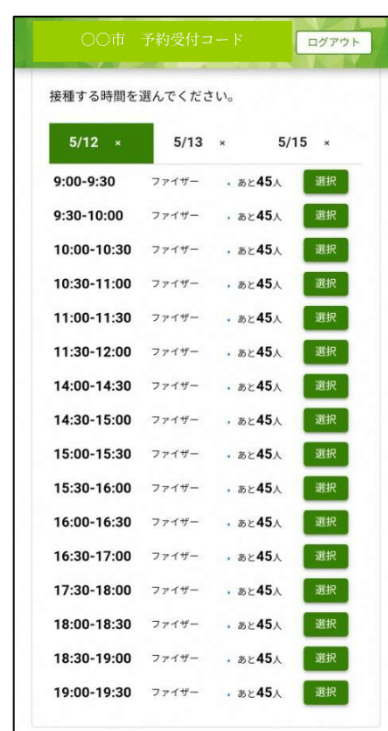
PCでURLにアクセス^{あkses}します。

^{よやく うけつけ}予約受付コードと^{かくにんばんごう}確認番号^いを入れます。

① どこで

② ^{なんにち}何日に

③ ^{なんじ}何時に



QRコードは（株）デンソーウェブの登録商標です。



予約をします

X X X-X X X X-X X X X (いつでも)

接種券とメモを用意します。

① 予約受付コードを確かめます

接種券に予約受付コードと確認番号が書いてあります。
プッシュボタンで入れます。



① 予約受付コードと確認番号を教えてください

予約受付コード：0000000000
確認番号：0000



② 接種記録の確認をします



1回目の接種予約/変更/キャンセル、2回目の接種予約/変更/キャンセルでしょうか

はい/いいえ



③ 会場を選びます

3ページを見ます。
どこで注射をしますか。
場所を答えます。
〇〇公民館/□□公民館/
☆☆☆☆など



③ 接種会場名を教えてください

〇〇公民館/□□公民館/☆☆
☆☆など



④ ご希望の日付/曜日を教えてください

〇月〇日〇時、今週の土日 など



④ 日時を選びます

日時や曜日で答えます。
予約できる時間帯を聞きます。
他の会場も案内します。



(空かない場合) 別会場/別時間帯ですと
〇〇に空きがございます

わからないことは



電話代がかかります。



〇〇市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター

X X X X-X X X X-X X X (午前9時から午後5時)

※ ワクチンは住民票のある市町村(住所地)で受けます。
住所地以外でのワクチン接種については、4ページを見ます。

厚生労働省新型コロナウイルスワクチンコールセンター

△△△△-△△△△-△△△△ (午前9時から午後9時)

東京都新型コロナウイルスコールセンター

□□□□-□□□□-□□□□ (午前9時から午後10時)

注射はいつからできますか？
予約はどうしますか？

ワクチンは同じですか？
ワクチンの数を教えてください。

新型コロナにうつりたくありません。
新型コロナになったかもしれません。

しゅうだんせつしゅかいじょう ちゅうしゃ ばしょ **集団接種会場(ワクチンが注射できる場所)**

しりつ こうみんかん
〇〇市立〇〇公民館

(〇〇市 ■■■4-72 ☆☆☆☆☆☆☆☆)
 すいようび もくようび とうようび にちようび しゅくじつ
 水曜日・木曜日・土曜日・日曜日・祝日
 午前9時 から午後7時30分に注射します

しりつ こうみんかん
〇〇市 □□□ 公民館

(〇〇市 ■■1-5 ◇◇◇◇◇◇)
 すいようび もくようび とうようび にちようび しゅくじつ
 水曜日・木曜日・土曜日・日曜日・祝日
 午前9時 から午後7時30分に注射します

地図①

地図②

〇 ☆☆☆☆☆

(〇〇市 ◇◇3-5-3)
 とうようび にちようび しゅくじつ
 土曜日・日曜日・祝日
 午前9時 から午後7時30分に注射します。

えき 駅からバスが出ます。
 〇〇広報」等を見てください。

地図③

⚠ この注射はいつも行っている病院で打つことはできません。⚠

いま じゅんび
今準備をしています。

- ◎ 「〇〇 広報」を見ます。
- ◎ 〇〇市公式ホームページを見ます。

URL

- ◎ 〇〇市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンターに電話します。
 XX - XXXX - XXXX (午前9時から午後5時まで)

しゅうだんせつしゅかいじょう ちゅうしゃじょう ちゅうりんじょう
 集団接種会場には、駐車場、駐輪場はありません。
 バス、電車を使います。歩いて来てください。

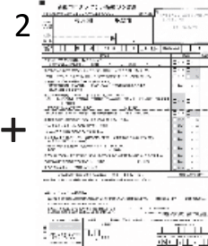
わす も き
忘れないで！これを持って来ます！

せつしゅけん し はい
1. 接種券(このお知らせに入っています)

よしんひょう いえ か も き
2. 予診票(家で書いて、持って来ます)

ほんにんかくにんしよるい じぶん じゅうしょ なまえ か
3. 本人確認書類 (自分の住所、名前が書いてあるもの)
 けんこうほけんしよ けんこうほけんしよ
 (運転免許証、健康保険証など)

1 接種券



①から⑤の順番で注射します

- ① 病院で働いている人
- ② 65歳以上の人
- ③ 体に病気があってずっと病院に通っている人
- ④ お年寄りの施設で働いている人
- ⑤ その他の人

◎あなたは1～13の病気ですか

1. 慢性の呼吸器の病気
2. 慢性の心臓病（高血圧を含む。）
3. 慢性の腎臓病
4. 慢性の肝臓病（ただし、脂肪肝や慢性肝炎を除く。）
5. インスリンや飲み薬で治療中の糖尿病
又は他の病気を併発している糖尿病
6. 血液の病気（ただし、鉄欠乏性貧血を除く。）
7. 免疫の機能が低下する病気（治療中の悪性腫瘍を含む。）
8. ステロイドなど、免疫の機能を低下させる治療を受けている
9. 免疫の異常に伴う神経疾患や神経筋疾患
10. 神経疾患や神経筋疾患が原因で身体の機能が衰えた状態（呼吸障害等）
11. 染色体異常
12. 重症心身障害（重度の肢体不自由と重度の知的障害とが重複した状態）
13. 睡眠時無呼吸症候群

◎BMI 30以上ですか BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

〇〇市に住所があるけど、〇〇市ではないところで注射したい人

病院にいる人・施設にいる人
病院や、施設に聞きます。

体に病気があってずっと病院に通っている人
病院に聞きます。

住所は〇〇市だけど他の場所に住んでいる人

コロナワクチンナビ（[URL](#)）を見ます。

あなたが今住んでいる市町村の相談窓口に聞きます。



あなたはワクチンを注射しますか。

「はい」と言った人に注射します。

今、病気の人、注射することが心配な人はいつも行く病院の医者に聞きます。

⚠️ 注意すること ⚠️

○家で体温を測ります。（会場で測ることができません）

「37度5分より高い」「おなか痛い」「頭が痛い」「気分が悪い」ワクチンを注射することができません。

※電話をします ☎️

〇〇市新型コロナウイルスワクチン接種コールセンター（2ページ）または病院

○集団接種会場（3ページ）へ行くときは、電車、バスを使います。

○2回注射します。 ○接種券は、切りません。



新型コロナワクチンについてもっと知りたい人は
首相官邸ワクチン特設ページを見てください。

官邸 コロナ ワクチン 検索

QRコード

ホームページを見ることができない人は、コールセンターに聞いてください。

COVID-19

COVID-19

COVID-19

COVID-

2021.5.31

しんがたころなういるすわくちん

新型コロナウイルスワクチン



接種のお知らせ



ワクチン vaccine vắc xin 疫苗 bakuna vacina vacuna ขอฟ วัคซีน

がいこくじん

外国人もワクチンの注射をします

す 住んでいるところの やくしょ 役所から てがみ 手紙がきます。

せつしゅけん はい 接種券が入っています。 かなら 必ず よ 読んでください。



かね

お金は いりません

¥0

①から⑤の順番で じゅんばん ちゅうしゃ 注射をします

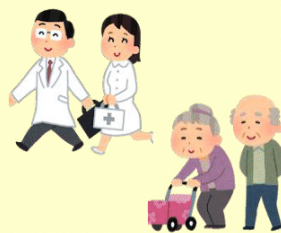
① びょういん はたら ひと 病院で働いている人

② さい いじょう ひと 65歳以上の人

③ からだ びょうき びょういん かよ ひと 体に病気があってずっと病院に通っている人

④ としよ しせつ はたら ひと お年寄りの施設で働いている人

⑤ ほか ひと その他の人

とうきょうとたぶんかきょうせい
東京都多文化共生
ポータルサイト

東京都

一般財団法人
東京都つながり創生財団
Tokyo Metropolitan Foundation "TSUNAGARI"

Q



やくしよ てがみ せっしゅけん ちゅうしゃ ち け っ と
役所から 手紙と 接種券（注射のチケット）が きました。
どうすれば いいですか？

A

1. ワクチンの 注射をする 場所を
よく
予約してください。

よく でんわ いんたーねっと
予約は、電話でも、インターネットでも できます。



2. 予約した 場所で ワクチンの 注射をしてください。

わ く ち ん ちゅうしゃ かた
ワクチンの 注射は、肩に します。

かた だ ふく き
肩を 出すことができる 服を 着てください。

よく ばしよ も い
【予約した 場所に 持っていくもの】

- せっしゅけん ちゅうしゃ ち け っ と
接種券（注射のチケット）
- ざいりゅうかーど ぱすぽーとなど
在留カードやパスポートなど
- よしんひょう
予診票

ちゅうしゃ まえ ひつよう かくにん かみ
（注射をする前に 必要なことを 確認するための 紙）




3. ワクチンの 注射は 2回します。



※2回目の 注射も 予約が 必要です。

どうやって 予約するか や、持っていくものは、
す
住んでいるところで ちがいます。

やくしよ て がみ よ
役所からの 手紙を よく 読んでください。

わからないことは、住んでいるところの 役所に
でんわ き
電話して、聞いてください。



とうきょうとたぶんかきょうせい
東京都多文化共生

ぼーたるさいと
ポータルサイト



やくしよ でんわばんごう
役所の 電話番号が わかります。
（やさしい日本語）

しんがた 新型コロナウイルスのワクチンの 副反応について知りましょう

COVID-19 Vaccine | side effects and reactions

たくさんの方がワクチンを打つことで、
 たくさんのいのちを助けることができます。

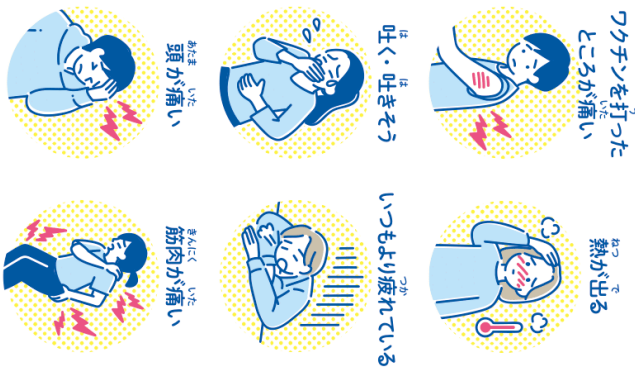


副反応ってなんですか？

ワクチンを打ったことによって、からだの具合がわるくなることです。これを「副反応」といいます。
 副反応で心配なことがあったら医師に相談しましょう。

よくある副反応

ファイザーやモデルナのワクチンの副反応
 これらの副反応は、2〜3日でよくなります。



モデルナワクチンの副反応
 モデルナのワクチンで出やすい副反応です。
 100人の中で3〜4人がモデルナアームになりました。



ワクチンを打ったあと、つらいときは
 解熱鎮痛薬（熱や痛みをとる薬）を
 飲んでもいいです。病院に通っている
 人は、医師に相談しましょう。



とても少ない副反応

ファイザーやモデルナのワクチンの副反応
 これらの副反応は、とても少ないです。



東京都新型コロナウイルスワクチン副反応相談センター
 03-6258-5802

●東京都に住んでいる人が使えます
 ●24時間いつでも電話できます（休みはありません）

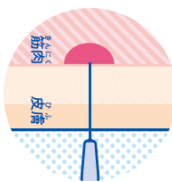
日本語・英語・中国語・韓国語・ベトナム語・カカロン語・ネパール語
 ビルマ語（ミャンマー語）・タイ語・フランス語・スペイン語・ポルトガル語

医療監修／堀成美 看護師（東京看護協会 危機管理室アドバイザー）・六事彰子 医師（やさしいコミュニケーション協会 理事）

筋肉注射でおこること(とても少ないです)

※ワクチンを筋肉の中に入れておくこと

筋肉の中で血が出る



うでがしびれたり、
手や指が動かしにくい



肩が痛い、
動かすのにくい
(2〜3週間待つとき)



筋肉注射で上のようなことは、とても少ないです。
もし長く続くときは医者に相談してください。

ワクチンを打つとき、これらをしてみてください

飲んでる薬を
全部言います



肩が出せる服を
着ます



うでをまっすぐ下ろして
力をいれない



ワクチンのせいで 治療が必要になったら

ワクチンのせいで治療が必要になった人を
助けるしくみ(予防接種健康被害救済制度)があります。

申請して、ワクチンが原因だと認められたら、医療費を返してもらえたり、
働けなくて大変な場合にお金がもらえたりします。
くわしくは、住んでいるところの役所の人に聞いてみましょう。



正しい情報を知ってください

ワクチンの説明書

やさしい日本語



Multilingual



●ファイザーとモデルナのワクチンについてくわしく知りたいとき、読んでください。
●厚生労働省のウェブサイトです。

やさしい日本語

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine_yoshinhyouetc.html#2_free7

Multilingual / 17の言語

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine_tagengo.html

英語・中国語(簡体字)・中国語(繁体字)・アラビア語・フランス語・
インドネシア語・クメール語・モンゴル語・ネパール語・韓国語・ミャンマー語・
ポルトガル語・ロシア語・タガログ語・ベトナム語・スペイン語・タイ語

コロナワクチンナビ

やさしい日本語



English



●新型コロナウイルスのワクチンについて書いてあります。
●厚生労働省のウェブサイトです。

やさしい日本語

<https://v-sys.mhlw.go.jp/ja-pl/>

English

<https://v-sys.mhlw.go.jp/en/>



情報がたくさんあるので、どれがまちがっているかわかりません。
厚生労働省や東京都、住んでいるところの役所のウェブサイトを見てください。正しい情報を知ってからワクチンを打ちましょう。



注射のとき、 気分がわるくなる場合があります

迷走神経反射です

緊張しているとき、とても怖いとき、痛いときに、
血圧が下がって気分が悪くなったり、たおれたりします。

ベッドで寝て休むと、よくなります

リラックスすることが大切です。とても怖いときや注射で
たおれたことがある人は、ベッドで寝てワクチンを打つて
もらうことができます。



みほん
見本

〇区国際交流・協力ボランティア
「O-Voice」登録申込書

〇区総務部総務課総務係（国際担

ここには なにも 書きません。

登録日 年 月 日※

なまえ と よみかた を
書きます。

(ふりがな)
氏 名
〇く たろう
〇区 太郎

生年月日 西暦 2000 年 1 月 1 日 (20 歳)

たんじょうび を 書きます。

住 所
〒〇〇〇-〇〇〇〇
東京都〇区〇〇町◇-◆◆-◎◎◎

あなたの しごと
を 書きます。

連絡先
TEL : 03-△△△△-△△△△
FAX : 03-××××-××××
E-mail : kokusai-ka@city.***.lg.jp

主夫

つうやく や ほんやく
を 手伝ってくれる 人は
1に ○を しします。

参加・協力を希望されるボランティア活動

1. 通訳・翻訳（言語は問いません。）
2. イベントなどへの参加・運営補助（外国語は必要ありません。）

イベント を 手伝っ
てくれる 人は 2に ○
を しします。

上の「1」を選んだ方のみご記入ください

言語	協力内容	資格	レベル
英語	通訳／翻訳	TOEIC850 点	②

なに語が
できますか？

通訳（つうやく）
翻訳（ほんやく）

資格（しかく）を もって い
ますか？

その ことばで、
しごと ができます。→ ①
聞く 話す が できます。書く 読
む も すこし できます。→ ②
聞く 話す は すこし できます。
書く 読む は できません。→ ③

活動可能な曜日・時間帯に○をつけてください。

平日	午前	午後	夜間	他にご希望の時間等がありましたらご記入ください
土・日・祝	午前	午後	夜間	

ボランティアを できる 時間を えらびます。
「平日」は 月曜日から 金曜日の ことです。
「夜間」は よる の ことです。

災害時にできる支援活動があれば○をつけて

1. 通訳 (避難所等)	2. 通訳 (区役所)	3. 翻訳 (在 宅)	4. 翻訳 (区役所)	5. その他 ()
-----------------	----------------	----------------	----------------	---------------

〇区では「Global Thinking」を年4回発行しています。すべて〇区公式

地震（じしん）や 台風（たいふう）のときに 手伝うことが できる
人は ○を しします。

1→避難所（地震や 台風のときに 逃げる ところ）で つうやく を
しします。

2と4→地震や 台風のときに 区役所（くやくしょ）に 来て
手伝いを しします。

3→地震や 台風のときに じぶんの 家で ほんやく の 手伝いを
しします。

〇区が つくった 外国語の
しんぶん を 紙で 欲しいひと
は ☑ しします。
ホームページ で 見るひと は
□ のままです。