



■立川市市民協働課
TEL: 042-523-2111 内線 2632



■たちかわ多文化共生センター
TEL/FAX: 042-527-0310
ホームページ: www.tmc.or.jp/

新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口

発熱等の症状が出たときは

まずは「かかりつけ医」に電話で相談してください。

かかりつけ医がない、相談する医療機関に迷う場合など

- ・診療検査医療機関の一覧（右2次元コードからアクセス可）➡
- ・東京都発熱相談センター



☎03(5320)4592・☎03(6258)5780 [土曜・日曜日、祝日を含む、24時間]

症状はないが不安な場合、感染予防に関することなど

- ・東京都電話相談窓口（新型コロナ・オミクロン株コールセンター）

☎0570(550)571 [土曜・日曜日、祝日を含む、午前9時～午後10時]

- ・厚生労働省電話相談窓口

☎0120(565)653 [土曜・日曜日、祝日を含む、午前9時～午後9時]

無料のPCR検査等

- ・東京都PCR等検査無料化事業事務局コールセンター

☎03(4405)4958 [土曜・日曜日、祝日を含む、午前9時～午後7時]

療養中のことを相談したい

50歳未満の軽症等の自宅療養者を対象とした相談窓口

- ・自宅療養サポートセンター（うちさば東京）

☎0120(670)440 [土曜・日曜日、祝日を含む、24時間]

食料品等の支援

- ・市健康推進課業務係

☎042(527)3632 [土曜・日曜日、祝日を除く、午前8時30分～午後5時]

パルスオキシメーターの貸与

- ・(株)消防弘済会 ☎(523)3337 [土曜・日曜日、祝日を除く、午前9時～午後5時]

宿泊療養施設

- ・東京都宿泊療養申込窓口

☎03(5320)5997 [土曜・日曜日、祝日を含む、午前9時～午後4時]

- ・東京都感染拡大時療養施設申込窓口

☎03(4485)3726 [土曜・日曜日、祝日を含む、24時間]

中和抗体薬による治療について

- ・東京都中和抗体薬治療コールセンター

☎03(5320)5909 [土曜・日曜日、祝日を含む、午前9時～午後5時]

オンラインセミナー

『やさしい日本語お願いします-実践編』が行われました。

日時：2021年12月12日（日）14:00—16:30

場所：ZOOM ミーティングルーム

最大時で49名の参加者（TMCスタッフを含む）がありました。

講師は庵功雄編著（2020）『やさしい日本語表現辞典』（丸善出版）の共著者、志賀玲子さん（東京経済大学全学共通教育センター特任講師）でした。



主催者あいさつ（TMC理事長・立川市市民生活部長）に続き、

1. 「やさしい日本語とは」についての講師のわかりやすい説明

♡ 言語調整：伝わるように話す・すべての情報を伝えなくてもよい

♡ 相手の目線に立つ

2. 2回のブレイクアウトルームを用いたワークショップ

「やさしい日本語にかえてみよう」

♡ ワークショップ1

断水・公共の交通機関・連休・無料配布・ご持参の上・ご参集ください

♡ ワークショップ2

① ご到着なさったかたから、どうぞこちらにお並びください。

② 1か月後に、再度お越しいただくことになっております。

③ 公共の交通機関をご利用になってご来場くださいますようお願いもうしあげます。

④ 水、食料を無料配布しますので、容器をご持参の上、避難所にご参集ください。



3. やまとうた

「やさには みじかいぶんで はっきりと やさしいおう たいせつなこと」

からの学び

♡ 寄り添う姿勢・はっきり・ゆっくり

♡ 「おたがいさま」の気持ち

♡ 寛容な耳：ノンネイティブの日本語を理解しようとして聞く・寄り添う気持ちについて深い学びをしました。

4. オンライン参加者からは、チャットで質問が送られてきました。

♡ 「やさしい日本語」もわかります。

従来からの「（むずかしい）日本語」はどうしたらいいのでしょうか？

♡ 「お」「ご」は使わないほうがいいのでしょうか？

♡ 「自動調整」するアプリはありますか？

「寛容な耳」が多文化共生社会を作っていきます

The online seminar "Easy Japanese" Please-Practice Edition " was held.

**Date: Sunday , December 12 , 2021
14 : 00-16 : 30**
Location: ZOOM Meeting Room There were a maximum of 49 participants (including TMC staff). The lecturer was Reiko Shiga (specially appointed lecturer at the Tokyo Keizai University Common Education Center), co-author of "Easy Japanese Expression Dictionary" (Maruzen Publishing), edited by Isao Iori (2020) .



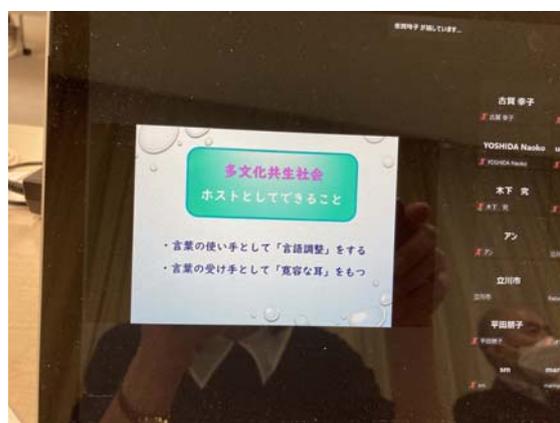
Following the greetings from the organizer (TMC Chairman, Tachikawa City Citizens' Life Department Manager),

1. Easy-to-understand explanation of "Easy Japanese" by the instructor
 - ♡ Language adjustment: Speak in a way that conveys and does not have to convey all the information
 - ♡ Standing in the eyes of the other person
 2. Workshop using two breakout rooms "Let's change to easy Japanese"
 - ♡ Workshop 1
- Water outage, public transportation, suspension, free distribution, bring your own, please gather
- ♡ Workshop 2

- ① Please line up here from the person who arrived.
- ② You will be asked to come again one month later.
- ③ Please use public transportation to visit us.
- ④ Water and food will be distributed free of charge, so please bring a container and gather at the evacuation center.

举办了在线研讨会“简易日语’ 请多关照-实践篇”

**日期：2021 年 12 月 12 日，
星期日 14 : 00-16 : 30**
地点：ZOOM 会议室 最多时有 49 人参加（包括 TMC 工作人员）。
讲师是志贺玲子女士（东京经济大学共同教育中心特聘讲师），她是庵功雄先生著（2020）《简易日语表现词典》（丸善出版社）的合著者。



主办方（ TMC 会长、立川市民生活部部长）的致辞之后

1. 志贺老师对“简易日语”进行了通俗易懂的解释
 - ☛ 语言调整：以对方能够理解的方式传达并不需要传达所有信息。
 - ☛ 以对方的视线讲话
2. 分成两个小组进行练习 “用简易日语表达”
 - ☛ 第一组 停水，公共交通，停运，免费颁发，自带，请集合
 - ☛ 第二组
 - ① 请从先到达的人开始在这里排队。
 - ② 1 个月后再来。
 - ③ 请利用公共交通工具来访。
 - ④ 水和食物免费颁发，请携带容器到避难所集合。

TMC 第20回 ワールドクッキング on-line

北京ダック風 **春餅**

中国、唐の時代からの伝統料理の「春餅」(チュンピン)を作ります。具材を包む皮作り
楽しいですよ♪♪ 中国では立春の日に
春餅、春巻を食べて春の到来を祝います。



今年はコロナ禍のため、
オンライン(ZOOM)で
実施しますのでどうぞ
お気軽にご参加下さい。



- 日時 2022年3月26日(土)
午後2時～4時
- 方法 ZOOMによるオンライン料理教室
- 講師 横山 萌さん(上海出身、日本在住21年)
- 参加費 無料(レシピを開催数日前にE-mailしますので、材料はご自身で準備をお願いします。)
- 定員 80名(先着順)
- お申込 3月10日(木)開始-3月22日(火)メ切

お申込み方法



1. 右の2次元コードからお申し込みください。
2. E-mailでも申し込みます。
件名を「ワールドクッキング参加希望」として、本文に①氏名、②電話番号、
③E-mailアドレス、をご記入の上、下記連絡先E-mailアドレスまでお送りください。
【連絡先】 たちかわ多文化共生センター事務局 電話/FAX：042-527-0310
E-mail：tmc@poppy.ocn.ne.jp URL：http://www.tmc.or.jp

共催：TMC NPO法人 たちかわ多文化共生センター 立川市

■外国人およびその関係者のための無料相談窓口■

- 曜日・時間 祝祭日を除く 毎週土曜日 午後1:00～4:00
※予約制のリモート(ZOOM)相談も水曜日、土曜日に行っています。
- 場所 立川市女性総合センター アイム5階 第2相談室
※緊急事態宣言などにより変更する場合があります。
- 対応言語
 - ※ 対応言語および担当は、都合により変更する場合があります。
 - ※ 日本語は全開催日において対応が可能です。
 - 第1土曜日 中国語 (行政書士)
 - 第2土曜日 英語・中国語 (行政書士・生活相談員)
 - 第3土曜日 英語 (行政書士)
 - 第4土曜日 中国語 (生活相談員)
 - 第5土曜日 英語 (生活相談員)