

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

Saat dalam kesulitan oleh COVID-19, Anda dapat menghubungi dengan Bahasa Indonesia, Bahasa Jepang dan Bahasa Inggris dan 11 bahasa lainnya. Disediakan penerjemah lisan. コロナ (COVID-19) で 困ったときに インドネシア語、日本語、英語、その他11言語で 相談できます。通訳がいます。

 Tentang biaya hidup sehari-hari お金のこと	 Tentang sekolah 学校のこと	 Tentang kerja 仕事のこと	 Tentang penyakit 病気のこと
---	---	--	--

**0120-296-004** Secara cuma-cuma 無料

Hari Senin-Hari Jumat 月曜日～金曜日 AM 10:00 – PM 5:00  
 Tidak tersedia layanan pada Hari Sabtu dan Minggu serta Hari Libur Nasional 土曜日・日曜日・祝日は お休みです。

Pertama-tama, Anda dapat berbicara dengan Bahasa Jepang yang mudah dipahami.

はじめに、やさしい日本語で話します。

Kemudian, anda dapat konsultasi dengan Bahasa yang anda mengerti.

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。

Anda dapat konsultasi seperti di bawah ini di TOCOS.

TOCOSには 次のような相談があります。

**Q** Bagaimana supaya kita tidak terkena Virus Corona?  
 新型コロナにならないように 何をしますか?

- A** Cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir.  
 ●せっけんで手を洗ってください。  
 Gunakan handsanitizer agar tangan bersih.  
 ●アルコール消毒液で手をきれいにしてください。  
 Gunakan masker.  
 ●マスクをしてください。  
 Gunakan masker atau sapatangan saat berbatuk.  
 ●咳をするとき、マスクやハンカチなどを使ってください。  
 Hindari pergi ke tempat kerumunan.  
 ●たくさん人がいる場所へ行かないでください。  
 Jika tidak perlu keluar rumah. Sedapat mungkin Anda batasi pergi, di rumah saja.  
 ●必要がないときは、できるだけ家にいてください。

**Q** Mungkin saya terinfeksi Virus Corona? Apa yang harus saya lakukan?  
 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** Tidak masuk kerja dan sekolah.  
 仕事や学校は休んでください。

 Ketika berbatuk atau demam berturut-turut seperti gejala flu atau masuk angin...  
 ●風邪のような咳や熱が続くとき...

 Jika badan lemas.....  
 ●体がだるいとき...

 Jika sesak napas...  
 ●息が苦しいとき...

Segera hubungi Telepon Layanan Kesehatan “Pusat Konsultasi Covid-19” di daerah anda.

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** Dimana saya dapat melakukan pemeriksaan Virus-Corona?  
 新型コロナの検査(調べる)はどこでできますか?

**A** Segera hubungi Telepon Layanan Kesehatan “Pusat Konsultasi Covid-19” di daerah anda.

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** Karena saya dirumahkan. Tidak ada uang. Apakah saya bisa meminjam uang?

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** Hubungi Hotline Konsultasi Dana kecil darurat untuk individu dan Dana dukungan komprehensif serta Dewan Kesejahteraan Sosial (Syakai Fukushi Kyougikai) di daerah anda.

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** Perusahaan meng-PHK-kan saya dengan alasan terdampak COVID-19. Kehilangan pekerjaan saya, saya melakukan bagaimana?

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** Segera hubungi Telepon Konsultasi untuk Pekerja Asing.

外国人労働者向け相談ダイヤルに電話してください。