佐賀県国際交流協会
SPIRA

HELLO SAGA

秋号 Vol.92

Saga Prefecture International Relations Association's magazine

佐賀県のすべての町役場、市役所と特定の病院で、「多言語コールセンター」を使えるようになりました！

SPIRAは、佐賀県のすべての町役場、市役所と特定の病院で、15の国の言葉で通訳してくれる「多言語コールセンター」のサービスをはじめました。

この「多言語コールセンター」の電話番号を、窓口の職員・スタッフは知っています。

外国人から直接「多言語コールセンター」に電話することができません。

町役場、市役所や病院で、言葉がわからなくて、困ったとき、職員・スタッフの人に、「多言語コールセンター」に電話をしてもらってください。「多言語コールセンター」の通訳を通して、あなたの国の言葉で話すことができます。

「多言語コールセンター」でつかえる15の国の言葉

英語、中国語、韓国語、ベトナム語、マレー語、ネパール語、タガログ語、インドネシア語、ポルトガル語、フランス語、スペイン語、ロシア語、イタリア語、ドイツ語、タイ語。

佐賀県内で「多言語コールセンター」を使える病院

※使える病院の一番新しい情報は、右のQRコードからみることができます。

市町の名前	病院の名前	病院の電話番号
佐賀市	佐賀大学医学部附属病院	0952-31-6511
	佐賀県医療センター好生館	0952-24-2171
	NHO 佐賀病院	0952-30-7141
	諸隈病院	0952-22-5500
	佐賀記念病院	0952-31-7771
	うえむら病院	0952-33-0099
	正島脳神経外科病院	0952-32-0035
	福田脳神経外科病院	0952-29-2223
	ふじおか病院	0952-62-2200
	佐賀市立富士大和温泉病院	0952-63-0111
	小池病院	0952-23-2171
	小野病院	0952-24-3371
	嘉村壽人歯科医院	0952-26-8255
	佐賀中部病院	0952-28-5311
	藤川病院	0952-29-0311
	橋野医院	0952-31-0007
	信愛整形外科医院	0952-22-1001
	副島病院	0952-24-5251
唐津市	唐津赤十字病院	0955-72-5111
	済生会唐津病院	0955-73-3175
	唐津第一病院	0955-72-1212
	唐津市民病院きたはた	0955-64-2611
鳥栖市	松岡病院	0942-83-4606
	今村病院	0942-82-5550
	鹿毛病院	0942-87-3150
多久市	多久市立病院	0952-75-2105
伊万里市	山元記念病院	0955-23-2166
	西田病院	0955-28-1111
	伊万里松浦病院	0955-28-3100
	伊万里有田共立病院	0955-46-2121
武雄市	新武雄病院	0954-23-3111
鹿島市	織田病院	0954-63-3275
	犬塚病院	0954-63-2538
小城市	ひらまつ病院	0952-72-2111
	小城市民病院	0952-73-2161
嬉野市	うれしのふくだクリニック	0954-42-1211
	NHO 嬉野医療センター	0954-43-1120
神埼市	橋本病院	0952-52-2022
みやき町	NHO 東佐賀病院	0942-94-2048
有田町	伊万里有田共立病院	0955-46-2121
白石町	高島病院	0954-65-3129
	白石共立病院	0952-84-6060
太良町	町立太良病院	0954-67-0016

佐賀県国際交流協会（SPIRA）は、佐賀に住んでいる外国人の様々な相談を受けています。町役場、市役所、病院でお願いすれば「多言語コールセンター」を使える以外に、実際にあなたのために病院に通訳の人に行ってもらうこともできます。

佐賀に住んでわからないことがあったら、SPIRAに相談してください。英語、中国語、韓国語ができるスタッフがいます。

SPIRA外国人のための相談の電話

TEL：0952-22-7830

相談できる時間：月～金曜日 9：00～17：00、土・日曜日・祝日はお休み

佐賀県国際交流協会 Saga Prefecture International Relations Association

住所：佐賀市白山2-1-12　佐賀商工ビル１F

電話：0952-25-7921　E-mail：info@spira.or.jp　HP：https://www.spira.or.jp　FB：https://www.facebook.com/spira.saga/

SPIRAのHP　facebook

外国人のための相談会

行政書士による外国人無料相談会

いつ：毎月 第3土曜日　13：00～16：00

どこで：佐賀県国際交流プラザ（SPIRAがあるビルです）

なにを：在留資格、結婚、離婚など

※通訳がいるときは、予約してください。　☎090-3328-2123

10月13日（土）「2018さが国際フェスタ」の中でできる無料相談

どこで：唐津市役所駐車場　※予約は、いりません。英・中・韓・ベトナム語の通訳がいます。

じかん：11：00～16：00／弁護士・行政書士による法律相談、ビザ・結婚・離婚の相談

臨床心理士による育児・発達相談

不動産業者による住まいの相談

行政職員による身の回り、行政に関する相談

14：00～16：00／内科、歯科の先生による健康・医療相談

10月21日（日）10：00～12：00

済生会唐津病院の看護師、保健師、ソーシャルワーカーによる外国人のための無料健康相談会

どこで：唐津高齢者ふれあい会館「りふれ」（佐賀県唐津市二タ子3丁目155番地4）

なにを：健康や日本の医療制度などについて、気になることはなんでも相談できます

※通訳がいるときは、予約してください。

☎0952-25-7921

秋、冬にかかりやすい病気にきをつけましょう。

ノロウイルス（感染性胃腸炎）

牡蠣などの貝はノロウイルスをもっています。生のまま、しっかり火を通さないで食べるとノロウイルスになりやすいです。秋や冬は、牡蠣や貝がおいしい時期です。ノロウイルスにかからないように特に気をつけましょう。

主な症状

37～38℃の熱が出る、吐き気（吐きたい）、おう吐（吐く）、腹痛（お腹が痛い）、下痢（水のようなうんちがでる）

ノロウイルスにならないために

- 牡蠣などの貝類はちゃんと火を通して食べる（85～90℃で90秒以上）
- 料理や食事の前に、よく手を洗う。
- 料理の材料はきれいに洗ってから使う。
- 料理のとき、生の肉や魚を触ったら必ず手を洗う。
- まな板や包丁など料理で使う道具、タオル等も85℃以上のお湯か塩素系のハイターで消毒する。
- 家族にノロウイルスになった人がいたら、その人のうんちや吐いたものを片付けるときは、必ずビニール手袋とマスクを使う。片付けたあと、タオルなどに塩素系のハイターをたっぷりつけて、汚れたところにしばらくおいて、消毒をする。トイレで吐いたときは、蓋をしめて流した後に、塩素系のハイターでトイレを消毒する。「塩素系のハイター」スーパーでかえます

インフルエンザ

主な症状、なりやすい時期

- 普通の風邪：のどが痛い、鼻水、咳が出る、熱（高い熱ではない）が出る。
- インフルエンザ：のどが痛い、鼻水、咳などの症状も出ます。それに急に38℃以上の高い熱が出て、頭が痛い、足の骨が痛い、筋肉が痛い、体がだるくて力が入らない症状も出ます。
- インフルエンザは12～3月になりやすいです。1～2月が一番なりやすい時です。子どもや妊娠している人、体が弱い人、年齢が高い人はとくに気をつけましょう。
- インフルエンザはA型,B型,C型の3種類があります。A型,B型がなりやすいといわれています。

インフルエンザにならないために

- 早めに予防接種（ワクチン）をする（保険はつかえません。お金は自分で払います）
- 予防接種は、A型,B型の2種類があります。2種類、全部受けたほうが安心です。予防接種は効果（力）が出るまですこし時間がかかります。12月15日くらいまでに受けるようにしましょう。
- 予防接種を受けておけば、もし、インフルエンザになっても、ひどい症状にならないで、はやくなおります。
- インフルエンザは、人が触ったところや人の咳、くしゃみでうつります。外から帰ったら、手をきれいに洗う、うがい（みずで口の中をきれいに）をしましょう。
- 人が多いところにいかない。外に出るときはマスクをしてください。
- 栄養があるものを良いバランスでたべて、たくさん寝て、体を強くしましょう。
- 部屋はいつも50%～60%の湿度があるようにしてください。

インフルエンザになったらどうする？

※他の人にうつさないようにきをつけましょう。

- 症状がでたら、早く病院にいく。
- 自分も、家族もマスクをつけて、うつさないようにする。
- たくさん水を飲んで、ゆっくり休む。
- 学校や仕事には行かない。
- 熱が下がって、症状が良くなっても、人にうつることがあるので、2日間たってから、学校や仕事に行ってください。