

关于新冠肺炎感染(COVID-19)

致全体市民

- 请市民们彻底实施基本的预防传染病措施，“勤洗手”、“咳嗽时捂住嘴”、注意“营养均衡的饮食和充分的睡眠”等。
- 请避免前往“通风换气不良的密闭空间”、“人多密集的场所”、“近距离交谈及说话”三个条件同时具备的高危场所。并减少夜间和不必要、不紧急的外出。
- SNS等网络上扩散着各种各样不明真伪的消息。请市民们不要被不确实信息困扰，根据政府和自治体发布的信息，冷静采取相应行动。

※新冠肺炎感染相关信息，请参照2、3页。

新冠肺炎感染相关咨询窗口

(每天9点~21点)

横滨市新冠肺炎电话中心

感染症状特征、预防方法、
被感染时的对应方法等，所有各种咨询

电话：045-550-5530

染新冠肺炎

回国者、接触者咨询中心

「新冠肺炎感染疑似者」咨询

电话：045-664-7761

请通过网站确认新冠肺炎感染相关最新信息。

横滨市 新型コロナ

搜索



为保证市民的正常生活和横滨市的经济活动

为了防控新冠肺炎感染扩大，请市民们充分理解并协助减少不必要、不紧急的外出，协助各种设施的暂时停业。在此，我向市民们表示衷心的感谢。并对奋战在抗疫最前线的医疗相关人士，和支持市民生活坚守工作岗位的所有工作者，表示深厚的谢意。

4月7日政府发布紧急事态宣言后，横滨市正在强化体制，支援医疗、物资和宣传等，尽全力采取各种措施，减少对市民生活及社会经济活动的影响。为了保证向需要治疗的重症患者等提供相应的医疗服务，实现县里构筑的“神奈川模式”，我们正在与医疗机关联手，全力维护和确保地区医疗体制。作为经济对策，通过特别经营咨询及制度融资等，积极采取切实措施，支援中小企业和小规模公司。对关闭的设施和中止、延期的活动，以及学校教育活动等，慎重地时刻把握情况变化，采取相应对策。



横滨市长
林 文子

请市民们继续彻底做好基本预防工作，“勤洗手”、“咳嗽时捂住嘴”等，减少不必要、不紧急的外出，避免前往既“密闭”、“密集”又“密切接触”的高危场所，根据正确信息冷静采取行动。市民们每一个人的行动不仅保护您自己和家属，也直接保护着众多人的性命和整个社会。

为了全体市民的安全和安心生活，为了支援企事业的经济活动，我们根据国家紧急经济对策编制补正预算等，全市团结一致战胜疫情。请市民们继续给予理解和协助。

关于新冠肺炎感染(COVID-19)

面向市内中小企业的特别经营咨询窗口

针对因受到新冠肺炎感染流行的影响或有可能受到影响的市内中小企业,在经济局金融课、公益财团法人横滨企业经营支援财团(IDEC横滨)以及横滨市信用保证协会,设置了“特别经营咨询窗口”,接待资金周转及经营方面的相关咨询。

●设置窗口

资金周转及稳定经营咨询	接待时间	联络方法
经济局金融课咨询认定职 中区太田町2-23 横滨传媒商务中心7楼	周一~周五 8点45分~17点	电话: 045-662-6631 传真: 045-651-3518
经营咨询	接待时间	联络方法
公益财团法人横滨企业经营支援财团(IDEC横滨) 中区太田町2-23 横滨传媒商务中心7楼	周一~周五 9点~17点	电话: 045-225-3711 传真: 045-225-3738
信用保证咨询【横滨市信用保证协会】	接待时间	联络方法
总会: 中区山下町22 山下町SSK大楼10F 北部分会: 港北区新横滨3-9-18 新横滨TECH大楼B馆6F 西部分会: 西区北幸1-6-1 横滨第一大楼7F 南部分会: 港南区上大冈西1-6-1 梦大冈办公塔楼22F	周一~周五 9点~17点20分	电话: 045-662-6623 传真: 045-661-0089 电话: 045-470-5600 传真: 045-470-7170 电话: 045-319-5335 传真: 045-319-5340 电话: 045-844-6621 传真: 045-845-0641

【联络地址】经济局金融课 电话: 045-662-6631 传真: 045-651-3518

请大家注意趁机诈骗等恶劣行为

最近发生有新冠肺炎相关诈骗事件。如果您发现有可疑形迹,请及时与消费生活综合中心咨询商谈。

事例

突然在家里收到从未订购的口罩。寄送者完全不认识。虽然目前尚未收到账单,但不知如何对待是好。

说明

因没有账单不易断言。但可能涉嫌强制送货商法^{*1}。若适用强制送货商法的话,可以在收到商品之日算起14天^{*2}后,自行处分。请保管一段时间,看情况,确认是否有账单或要求信用卡结账等。若不知如何应对,请随时与消费生活综合中心联络咨询。

*1 故意单方擅自寄送商品,待消费者领取后,令其误认为必须要购买而支付货款的推销方法。

*2 若与对方对峙可缩短为7天,但有可能让对方公司得知你的电话号码等。

【联络地址】消费生活综合中心 电话: 045-845-6666 传真: 045-845-7720

在其他城市已经有报告反映有人冒充行政机关职员,借口“水管里附着有新冠病毒,需要缴费清除。”等给您打电话、寄邮件或登门访问的情况。

请注意,本市绝对不会有类似上述的联络或访问等,也不会委托任何公司从事此类活动。



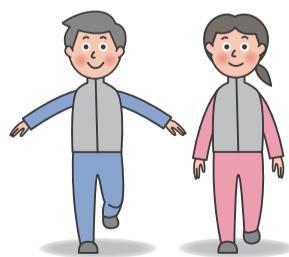
【联络地址】

水道局客服中心 电话: 045-847-6262
传真: 045-848-4281

在家里工作也能够运动, 让我们利用“HAMATORE”锻炼身体!

目前,在家的时间较长,为了保持体力,应注意增加在家中站立或行走的时间,做一些深蹲等增强腿部和腰部肌肉的运动非常重要。

本市开发的“HAMATORE”着眼于行走时重要的五大要素,是由20种运动组成的独创锻炼项目。请您不妨试一试在家里可以简单进行的运动“HAMATORE”。



一天大约5分钟!在此,我向每天可以在家中轻松坚持锻炼的人推荐“HAMATORE”体验篇。它特选了11种运动编制而成。

详细内容请参照网页。

横滨市 介護予防

搜索

【联络地址】健康福祉局地域包括护理推进课 电话: 045-671-3464 传真: 045-550-4096

有些驼背吗?

改善驼背 横向弯曲

常常会绊倒、摔倒吗? 平衡 单脚独立

步行时身体是否倾斜? 改善倾斜 双腿岔开

脚关节有些僵硬吗? 脚、脚关节 转动脚趾

步幅是否变窄? 伸展髋关节 臀部行走

HAMATORE
着眼于“健步”五大要素



HAMATORE 体验篇动画

为防止传染扩大，让我们切实注意预防

日本职业足球联赛横滨FC为了防御新冠肺炎感染的扩大，展开了各种各样的预防工作。此次，本市与日本职业足球联赛横滨FC协作，作为防御新冠肺炎感染对策的一环，制作了关于洗手、咳嗽时捂住嘴、伙食等注意事项的动画。

动画中，横滨FC选手们介绍了预防方法等。请您扫右侧的二维码视听。



三浦知良选手(11号 前锋)的话

为了预防新冠肺炎感染的扩大，我们想介绍一下横滨FC选手们正在实施的预防方法，希望对大家的防疫尽微薄之力，因此，制作了这一动画。

掌握正确的知识采取相应的预防措施，全力以赴就是保护自己和亲人。让我们从我做起，坚持下去。

通过LINE发布关于新冠肺炎感染的最新信息 本市LINE账户正式启动!



本市正式开设了LINE账户，发布新冠肺炎感染相关消息。此外，大型垃圾的处理申请以及垃圾的分类说明等也可以通过LINE进行。请您一定办理“朋友登录”积极活用。

可利用
服务

- ①新冠肺炎感染相关信息
- ②大型垃圾的相关咨询及申请
- ③垃圾分类说明
- ④网页链接

“朋友登录”方法

1 选择[主页]的[追加朋友]



2 选择[QR码]或[搜索]



3 读取QR码，或者输入ID搜索



※启动前即使完成「朋友登录」，也不能利用服务。

4 选择[追加]



【联络地址】LINE账户 市民局广报课 电话：045-671-2349 传真：045-661-2351
通过LINE申请处理大型垃圾等 资源循环局业务课 电话：045-671-3815 传真：045-662-1225