

Chủ trương hành động của tỉnh Fukui – Phần 39

Để phòng tránh lây nhiễm chủng vi rút Corona mới, yêu cầu mọi người dân trong tỉnh hãy làm theo những điều dưới đây.

Tỉnh trưởng Tỉnh Fukui
Sugimoto Tatsuji

【Gửi tới mọi người dân trong tỉnh】

1 Tạo thói quen cơ bản 「đeo khẩu trang」

- Triệt để đeo khẩu trang (ngoại trừ trường hợp không có người ở gần khi ở bên ngoài). Đặc biệt ngay cả trong bữa ăn, hãy cố gắng triệt để đeo khẩu trang mỗi khi nói chuyện.
- Giữ khoảng cách với người khác (2m nếu có thể, tối thiểu 1m) .
- Rửa tay sau khi về nhà và trước khi ăn.
Hơn nữa, cố gắng tránh không chạm tay lên mắt, mũi, miệng.
- Hãy thường xuyên lưu thông không khí. (Ít nhất 2 lần mỗi giờ, với mỗi lần hãy mở hết tất cả các cửa trong vài phút)
- Khi đi lại các tỉnh khác hãy triệt để làm theo các biện pháp phòng tránh lây nhiễm cơ bản như tránh nơi tập trung đông người.Hơn nữa, hạn chế hội họp ăn uống với bạn bè, Sau khi trở về hãy chú ý quản lí sức khỏe của bản thân.

2 Giảm rủi ro lây nhiễm

- Tránh những nơi có 3 điều kiện 「phòng kín lưu thông không khí kém」、 「nơi tập trung đông người」、 「nơi phải nói chuyện và tiếp xúc ở khoảng cách gần」 .
- Đối với những người cao tuổi, người có bệnh nền: hãy tự bảo vệ bản thân khỏi dịch bệnh như đeo khẩu trang khi nói chuyện ngay cả khi ở trong nhà, tránh những nơi đông người khi đi ra ngoài.
Hơn nữa, những người cùng sống chung cũng hãy đeo khẩu trang khi nói chuyện, triệt để làm theo các biện pháp phòng chống lây nhiễm ngay trong gia đình như thường xuyên lưu thông không khí.
- Những người lớn xung quanh hãy triệt để đeo khẩu trang thay trẻ mẫu giáo gặp khó khăn trong việc đeo khẩu trang.
- Hãy triệt để đeo khẩu trang khi hội họp ăn uống. Hãy hạn chế các buổi hội họp trong thời gian dài.
- Khi sử dụng các nhà hàng quán ăn, hãy chọn những nơi được chứng nhận “Cửa hàng an toàn tại Fukui”. Khi ăn ngoài hàng, hãy xác nhận xem nơi đó có đang dán “thông báo triệt để phòng tránh lây nhiễm” hay không, trong trường hợp không có thông báo hãy hạn chế đến.
- Tải phần mềm xác nhận tiếp xúc (COCOA).
Vạn nhất trường hợp có thông báo từ phần mềm, hãy liên lạc tới trung tâm chuẩn đoán • tư vấn (0776-20-0795) để được tư vấn.

3 Trường hợp cảm thấy cơ thể không khỏe

- Lưu ý xác nhận tình trạng cơ thể như kiểm tra thân nhiệt, trong trường hợp có triệu chứng ho, sốt, hãy liên lạc với bác sĩ gia đình hoặc cơ quan y tế gần nhất để được tư vấn.

Trong trường hợp không có bác sĩ gia đình hay phân vân nơi khám bệnh, hãy liên lạc tới trung tâm chuẩn đoán • tư vấn (0776-20-0795) để được tư vấn.

- Trường hợp cảm thấy không khỏe, hãy tránh đến trường hay đi làm.
- Không chỉ trong trường hợp người sống chung nhà có biểu hiện không khỏe, nếu trong cùng công ty, trường học hay người quen bị nhiễm, hãy tạo khoảng cách không gian sinh hoạt như không ăn chung, không ở cùng phòng và đeo khẩu trang ngay cả khi ở trong nhà.
- Những người sống chung với người thuộc đối tượng xét nghiệm cũng hãy tránh tiếp xúc với người cao tuổi trong gia đình và ở nhà tự cách li đến khi có kết quả xét nghiệm.

【Gửi tới những nhà kinh doanh】

4 Để có nơi làm việc và cửa hàng an toàn

- Tuân thủ theo hướng dẫn phòng tránh lây nhiễm, dán “thông báo triệt để phòng tránh lây nhiễm”.
- Ghi lại danh sách khách hàng để đề phòng trường hợp có ca lây nhiễm phát sinh. Vạ nhất trường hợp có ca lây nhiễm phát sinh, hãy phối hợp với các cơ quan y tế như giao nộp danh sách khách hàng, công bố kết quả kiểm tra PCR và tên cơ sở kinh doanh.
- Tránh tạo nơi phòng kín lưu thông không khí kém, nơi đông người, nơi phải nói chuyện và tiếp xúc ở khoảng cách gần tại nơi làm việc bao gồm những nơi hút thuốc, phòng thay quần áo, nhà ăn nhân viên.
- Tại nơi làm việc, triệt để đeo khẩu trang khi nghỉ giải lao.
- Trường hợp ăn cùng đồng nghiệp khi ăn trưa, hãy triệt để im lặng khi ăn và hạn chế nói chuyện khi hút thuốc.
- Xem lại cách thức làm việc như cố gắng giảm số người đi làm, đưa vào hình thức thay ca làm việc, làm việc tại nhà (làm việc từ xa bằng máy tính), thay việc đi công tác bằng online.
- Hãy tạo nên môi trường làm việc để những người có cơ thể không khỏe có thể xin nghỉ mà không cảm thấy e ngại.
- Để khuyến khích “đeo khẩu trang khi nói chuyện” tại các hàng quán, hãy kêu gọi, nhắc nhở khách hàng đeo khẩu trang,

【Gửi tới toàn bộ người dân, nhà kinh doanh trong tỉnh】

5 Không vu khống, không có hành vi phân biệt đối xử

- Tuyệt đối không có những hành vi phân biệt đối xử hay tin đồn vu khống đối với những người nhiễm bệnh, người tiếp xúc với người nhiễm bệnh, người khám bệnh tại các cơ quan y tế và những người đang làm việc tại các cơ quan y tế.
- Về vấn đề tiêm chủng vắc xin phòng chống vi rút Corona chủng mới, không phân biệt đối xử với những người chưa tiêm vắc xin và không ép buộc những người xung quanh phải tiêm.

Tham khảo

【Trang web của tỉnh Fukui】 Tình trạng lây nhiễm trên toàn quốc, Các khu vực trọng điểm đang thực hiện phòng chống lây lan

https://www.pref.fukui.lg.jp/doc/kenkou/kansensyo-yobousessyu/corona_ver2_2.html

【Trang web nội các】 "5 địa điểm" có nguy cơ lây nhiễm tăng cao

<https://corona.go.jp/proposal/>