

Tỉnh Okayama
**Thời kỳ phòng tránh sự tái bùng
phát dịch trở lại vào mùa thu**

- ① Thời gian: 1 tháng 10 (T.6)~31 tháng 10 (CN)
- ② Khu vực áp dụng: Toàn tỉnh Okayama

● Gửi đến người dân trong tỉnh

- Hãy tuân thủ theo「5 Nguyên tắc của tỉnh Okayama」và 「Nguyên tắc đeo khẩu trang mùa hè」.
- Trong trường hợp cần thiết phải ra ngoài, hãy tránh xa các khu vực và thời gian tập trung đông người .
- Chỉ sử dụng các nhà hàng tuân thủ triệt để các nguyên tắc phòng chống lây nhiễm, đạt được Chứng nhận từ bên thứ 3 về việc thực hiện các biện pháp nhằm chống lây nhiễm của hộ kinh doanh nhà hàng tỉnh Okayama. (※tham khảo thêm ở trang 3).
- Bao gồm cả tiệc ăn uống, nướng thịt ngoài trời cần tránh số lượng đông người tham gia , giới hạn trong 2 tiếng đồng hồ và thực hiện việc ăn uống có khẩu trang.
- Không thực hiện các hành vi uống đồ uống có cồn tập thể , tham gia tiệc ăn uống ngoài trời và tụ tập ca hát ở những nơi có nguy cơ lây nhiễm cao như: trên đường phố hay tại các công viên.
- Cho dù chỉ sốt nhẹ hay xuất hiện một chút ít các triệu chứng của bệnh, cần dừng ngay các hành động thăm khám ở các cơ sở y tế gia đình, đi học, đi làm, và đi ra ngoài,v.v...
- Thực hiện làm quen triệt để với 「Hình thức sinh hoạt mới」
- Vắc-xin được công nhận là có hiệu quả cao với việc phòng chống nhiễm bệnh và làm giảm bớt sự nguy hiểm của dịch nếu chẳng may bị nhiễm, do đó cần phải tiêm vắc-xin đầy đủ.



© 岡山県「ももっち」

Tỉnh Okayama

Thời kỳ phòng tránh sự tái bùng phát dịch trở lại vào mùa thu



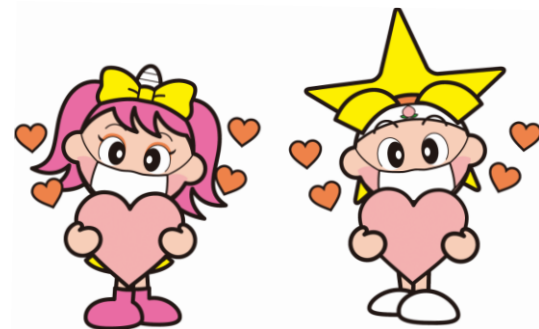
© 岡山県「うらっち」

- ★ Tiếp tục việc tránh **3** không (đông người, kín khí, tiếp xúc gần), triệt để việc rửa tay và thoáng khí.
- ★ Tránh việc đi lại không cần thiết với các khu vực khác, trong trường hợp bất khả kháng phải di chuyển thì cần hết sức thận trọng và quản lý sức khỏe, tự cách ly ở nhà **2** tuần sau khi trở về.
- ★ Sau khi tiêm vắc-xin đi nữa vẫn tuân thủ việc đeo **1** chiếc khẩu trang vì nó sẽ bảo vệ bạn và những người thân yêu xung quanh.

Bảo vệ chính bản thân các bạn và cùng cố gắng đưa mức độ lây nhiễm xuống mức **0 !**

Nguyên tắc đeo khẩu trang 「Dây đeo khẩu trang」

～Để bảo vệ chính bạn, gia đình và những nhân viên y tế hãy cùng nhân rộng chiếc vòng đeo khẩu trang～



○Lúc nói chuyện[Hội thoại khẩu trang]

Lúc nghỉ giải lao là thời gian dễ mất cảnh giác cho nên đặc biệt chú ý.

Trường
hợp ①

Việc bỏ khẩu trang và trò chuyện trong phòng thay đồ hay phòng hút thuốc sẽ làm tăng nguy cơ lây nhiễm.

○Lúc ăn uống[Ăn uống khẩu trang]

Bao gồm cả ở ngoài trời, chỉ được tháo khẩu trang trong lúc ăn uống.

Trường
hợp ②

Bạn bè cùng với gia đình gồm 5 người tập trung ăn uống, không khẩu trang dẫn đến tất cả mọi người đều lây nhiễm.

○Đeo khẩu trang lúc ở nhà

Nếu trong gia đình có người đi về từ tỉnh khác, cần cách ly trong thời gian 2 tuần ở nhà với khẩu trang

Trường
hợp ③

1 học sinh trở về quê từ vùng dịch khiến cho cả gia đình gồm bố mẹ, ông bà đều bị nhiễm.

○Đeo khẩu trang đúng cách

Đeo khẩu trang một cách chắc chắn và vừa khít với khuôn mặt của bạn mà không có bất kỳ khoảng hở nào. Nghiên cứu chỉ ra rằng khẩu trang làm từ vải không dệt có hiệu quả hơn trong việc ngăn ngừa lây nhiễm so với vải hoặc sợi urethane.