

Gửi Đến Những Người Chuyển Cư

Tháng 3 và tháng 4 là giai đoạn có nhiều sự di chuyển và những sự kiện hội họp ăn uống. Để ngăn chặn sự khuếch đại của lây nhiễm, hãy làm triệt để các biện pháp phòng tránh.

1 Khi ra ngoài

Hạn chế ra ngoài khi cơ thể có dấu hiệu mệt mỏi

※Đặc biệt phải chú ý đến sự biến đổi của trạng thái cơ thể 2 tuần sau khi chuyển cư.

2 Khi đi ăn

Ăn uống trong “im lặng”

Hạn chế tụ tập trên 4 người, **không ăn lâu, không uống quá chén** và **không trò chuyện lớn tiếng**.

Vui lòng đeo khẩu trang khi trò chuyện trước và sau bữa ăn.

※Hãy hạn chế những buổi tiệc chia tay, tiếp đón vào tháng 3, tháng 4, như là một phần của nỗ lực mang tính toàn quốc.

3 Trường học và nơi làm việc

Hãy nghiêm túc chấp hành những quy định đối phó với dịch tại những nơi có nguy cơ lây nhiễm cao như chỗ giải lao,...vv.

Liên lạc ngay đến trung tâm tư vấn hỗ trợ sức khỏe ngay khi bị cảm kéo dài hoặc triệu chứng bệnh nặng.

■ Trung tâm tư vấn hỗ trợ sức khỏe dịch Covid-19
0120-501-507 (Miễn phí)

※Không hỗ trợ đa ngôn ngữ.

※Những vị sống ở Sapporo, Asahikawa, Hakodate, Otaru, hãy gọi điện đến trung tâm y tế của thành phố.



北海道

道庁 コロナ

検索

