

Cuộc sống thường ngày cùng với việc ngăn
ngừa lây nhiễm

Ngày 25 Tháng 5 Năm 2022
Phủ Kyoto

Mặc dù có sự đột biến từ BA.1 thành BA.2 của chủng siêu lây nhiễm Omicron nhưng số người dương tính với coronavirus sau GW (tuần lễ vàng) không có sự gia tăng mạnh, và cùng với tiên độ tiêm vaccin thứ 3 cho người cao tuổi có nguy cơ trở nặng nên tỉ lệ sử dụng giường bệnh và tỷ lệ người bệnh nặng tiếp tục ở mức thấp.

Từ giờ trở đi sẽ bước vào mùa nắng nóng, việc phải bỏ khẩu trang cho các hoạt động ngoài trời sẽ cần thiết, để thúc đẩy các hoạt động kinh tế xã hội, mỗi người trong chúng ta hãy thận trọng để phòng dịch bệnh lây nhiễm.

Ngoài ra chúng tôi yêu cầu tất cả người dân trong phủ và các doanh nghiệp nếu có nhu cầu tiêm chủng thì hãy tích cực tiêm chủng.

I Mỗi một người thực hiện các biện pháp phòng dịch

Để vừa có thể chống dịch vừa có thể tiếp cận về lại cuộc sống thường ngày
Hãy luôn ý thức rằng **“Tôi sẽ không nhiễm bệnh”, “không lây bệnh cho người khác”, “không làm cho bệnh dịch lan rộng”**

1 Các biện pháp cơ bản ngăn chặn sự lây nhiễm

- **Thông gió trong phòng, siêng năng rửa tay thường xuyên, khử trùng tay.**
- **Nếu cảm thấy không khỏe dù chỉ một chút thôi, thì cũng phải gọi điện đến cơ quan y tế để gặp bác sĩ, kể cả gia đình cũng hãy hạn chế đến cơ quan, trường học, nhà trẻ.**
- **Khi bạn cảm thấy không khỏe, hãy hạn chế đi ra ngoài kể cả gia đình của bạn.**
- **Giữ khoảng cách với mọi người, và tránh các hoạt động có nguy cơ lây nhiễm cao như nói chuyện lớn tiếng.**

• **Đeo khẩu trang đúng cách, siêng năng rửa tay thường xuyên, sử dụng thiết bị khử trùng tay khi đi chuyển, và siêng năng lọc không khí bằng hệ thống thông gió.**

• **Tránh “3 mật”, giữ khoảng cách giữa người với người, và tránh nói chuyện lớn tiếng.**

• **Khi du lịch, về quê, hay đi đến những nơi có nhiều người tập trung, chúng ta phải cẩn thận để tránh trình trạng tắc nghẽn, thực hiện các hành động, biện pháp phòng dịch cơ bản để tránh nguy cơ bị lây nhiễm.**

Để không lây nhiễm cho người khác

- Quản lý tình trạng sức khỏe của bản thân bằng cách đo nhiệt độ mỗi sáng và tham khảo ý kiến của cơ sở y tế nếu bạn có các triệu chứng như ho, sốt...
- Những người thường phải tiếp xúc với người cao tuổi, người có bệnh nền cần chú ý hạn chế việc đi ra ngoài đến các nơi có khả năng lây nhiễm cao.
- Nếu nhân viên của bạn đang sống trong gia đình có người cao tuổi, người có bệnh nền, hãy cân nhắc cho họ có thể làm việc tại nhà, đi làm giờ xen kẽ theo nguyện vọng của họ.

Để ngăn chặn sự lây lan của dịch bệnh

• Để ngăn chặn sự lây lan trong các cơ sở kinh doanh

- Tạo điều kiện cho họ có thể làm việc tại nhà (làm việc từ xa), đi làm giờ xen kẽ, đi làm bằng xe nhà, để hạn chế việc tiếp xúc giữa người với người.
- Hãy quản lý sức khỏe của nhân viên bằng việc đo nhiệt độ khi họ đi làm, và nếu có các triệu chứng như sốt hoặc ho, không cho họ làm việc và hãy hướng dẫn họ đến cơ sở y tế.
- Hãy kiểm tra lại biện pháp phòng dịch tại nơi làm việc, hãy kêu gọi sự chú ý một cách triệt để ở những nơi hay có người ra vào như (nhà ăn, phòng nghỉ ngơi, phòng thay đồ, phòng hút thuốc...)
- Theo điều 24-9 Luật biện pháp đặc biệt, hãy tuân thủ các hướng dẫn riêng theo từng ban ngành

• Để không lây lan trong các trường học, nhà trẻ

- Hãy tuân thủ các quy tắc biện pháp phòng dịch ở trường học, nhà trẻ khi sinh hoạt trong trường và khi đưa đón trẻ ở trường.
- Hãy quản lý tình trạng sức khỏe của trẻ như đo nhiệt độ mỗi sáng, không đến trường học nếu có triệu chứng như sốt, ho, kể cả các thành viên trong gia đình của bạn.
- Hãy kêu gọi mọi người chú ý tránh các hoạt động có khả năng lây nhiễm cao trong kỳ nghỉ của nhà trường...

• Để dịch bệnh không lây lan trong các cơ sở y tế, cơ sở dành cho người cao tuổi...

- Để tránh lây lan trong các cơ sở y tế, cơ sở cho người cao tuổi... hãy tuân thủ các quy định về các biện pháp phòng dịch khi đến thăm khám...
- Để tránh lây lan trong các cơ sở dành cho người cao tuổi, hãy thực hiện việc xét nghiệm cho các nhân viên liên quan.

2 Cách đeo khẩu trang đúng cách

Hãy đeo khẩu trang khi chúng ta không thể giữ khoảng cách và phải nói chuyện với đối phương khi ở ngoài trời.

Không cần đeo khẩu trang khi chúng ta có thể giữ khoảng cách với đối phương và nói chuyện ít khi ở bên trong.

• Các trường hợp cho việc đeo khẩu trang

(※ Sau khi sửa đổi chính sách đối phó cơ bản ngày 23 tháng 5 năm 2022)

	Tạo được khoảng cách (khoảng trên 2m)		Không tạo được khoảng cách	
	Bên trong (chú ý)	Bên ngoài	Bên trong (chú ý)	Bên ngoài
Có trò chuyện	Khuyến khích đeo	Không cần đeo	Khuyến khích đeo	Khuyến khích đeo
Nói chuyện ít	Không cần đeo	Không cần đeo	Khuyến khích đeo	Không cần đeo

(Chú ý) Không khí bên ngoài bị chặn lại, bên trong tòa nhà, khu mua sắm ở tầng hầm, bên trong phương tiện giao thông công cộng...

※ Đặc biệt là mùa hè, do chúng ta dễ bị sốc nhiệt vào mùa hè, vì vậy khuyến khích không đeo khẩu trang trong trường hợp “không cần đeo khẩu trang” khi ở bên ngoài trời.

※ Nên đeo khẩu trang khi đi thăm người cao tuổi hoặc tiếp xúc với những người có nguy cơ bệnh trở nặng cao, người có bệnh nền.

3 Đối sách phòng dịch khi ăn uống

Khi ăn uống

• **Hãy sử dụng các cửa hàng có biện pháp phòng chống dịch thích hợp (các cửa hàng được chứng nhận).**

• **Hãy đeo khẩu trang khi nói chuyện.**

• **Không nói chuyện lớn tiếng trong quán.**

• **Hãy ngồi giãn cách giữa các ghế, và không ở lại quán quá lâu.**

※ Cửa hàng được chứng nhận : các cơ sở ăn uống có biện pháp phòng dịch dựa theo tiêu chuẩn của phủ Kyoto đặt ra,

II Về việc tổ chức các sự kiện trong hội trường

Bất kể quy mô của sự kiện, vui lòng thực hiện triệt để các biện pháp kiểm soát lây nhiễm như xấp xếp lượng người vào hội trường dựa trên các hướng dẫn cụ thể của từng ban ngành.

Yêu cầu đối với các sự kiện sau ngày 22 tháng 3 năm 2022

(Yêu cầu dựa trên điều 24-9 của Luật biện pháp đặc biệt)

Lớn tiếng Qui mô cơ sở	Sức chứa dưới 5,000 người	Sức chứa Từ 5,000~10,000 người	Sức chứa Hơn 10,000
Sự kiện không có tiếng reo hò cổ vũ	Sức chứa tối đa Có thể vào hội trường (Chú ý)	Đến 5,000 người Có thể vào hội trường (Chú ý)	Đến phân nửa sức chứa Có thể vào hội trường (chú ý)
		Trong trường hợp thiết lập “Kết hoạch an toàn phòng dịch bệnh” thì có thể vào tối đa sức chứa của hội trường đó.	
Sự kiện có tiếng reo hò	Có thể vào phân nửa sức chứa của hội trường (chú ý)		

※ Các sự kiện như hòa nhạc, diễn thuyết, và kịch có thể được tổ chức với sức chứa của hội trường đó (không cần gián cách ghế ngồi).

Lớn tiếng nghĩa là : Khách tham quan phát ra âm thanh liên tục và thường xuyên với âm lượng to hơn bình thường

<Ví dụ cụ thể> Cuộc nói chuyện lớn tiếng và dài giữa các quan khách.

Ở các sự kiện thể thao, các bài hát hợp ca cổ vũ được hát liên tục và lặp lại

※ Trường hợp tiếng reo hò tạm thời ở thời điểm ghi bàn không được xem là lớn tiếng.

III Thúc đẩy việc tiêm chủng

Phối hợp với các thành phố thúc đẩy việc tiêm chủng

- Những người có nhu cầu tiêm chủng thì hãy tích cực thực hiện việc tiêm chủng.
- Những người có nhu cầu tiêm chủng (bao gồm cả trẻ em và học sinh) các trường học, nơi làm việc hãy tạo điều kiện thuận lợi để họ có thể thực hiện việc tiêm chủng mà không cần phải dẫn đi bất kỳ điều gì cả.

1 Thúc đẩy việc tiêm chủng lần 3 cho giới trẻ

○ Mở rộng cơ hội lựa chọn Vacxin

- Thành lập địa điểm tiêm chủng Pfizer cho giới trẻ ở các thành phố
- Tiêm chủng lần 3 Nuvaxovid ở tháp Kyoto
Ngày tiêm chủng Từ 1/6~(thứ 4) tiếp nhận , Từ 8/6 (thứ 4)~tiêm chủng
- Bảo đảm các cơ sở y tế để tiêm Nuvaxcovid

○ Đảm bảo các cơ hội tiêm chủng

- Thành lập các địa điểm tiêm chủng theo các thành phố vào ngày và giờ (cuối tuần và buổi tối) mà giới trẻ dễ dàng thực hiện việc tiêm chủng.
- Đội tiêm chủng Vacxin lưu động “Xe buýt tiêm chủng” phải cử đến các trường đại học, xí nghiệp, dịch vụ lưu động đến tận nơi tiêm chủng
- Thiết lập phòng giữ trẻ ở Tháp Kyoto

Từ 3/6 (thứ 6) thiết lập (※Thứ 2・Thứ 6)

2 Thúc đẩy tiêm lần 4 cho người có nguy cơ bệnh trở nặng

(Từ thành phố đến địa phương)

- Việc tiêm chủng cho người cao tuổi sẽ bắt đầu từ tháng 6.
- Dựa trên kết quả thực tế của lần tiêm thứ 3, việc tiêm theo cá nhân và nhóm sẽ được bắt đầu theo trình tự.

(Phủ Kyoto)

- Tiếp nhận đặt hẹn và tiêm lần 4 ở 3 hội trường phủ Kyoto

Bắt đầu đặt hẹn và tiêm từ ngày 26/5 (thứ 5)

- Đối tượng : là các đối ① hoặc ②, và người đã tiêm mũi 3 sau 5 tháng
 - ① Người từ 60 trở lên
 - ② Những người có bệnh nền được bác sĩ công nhận là nguy cơ bệnh trở nặng cao