

Các biện pháp ngăn ngừa lây nhiễm triệt để trong Tuần lễ vàng!

Số người nhiễm mới trong tỉnh có xu hướng duy trì ở mức độ cao, đặc biệt là những người trẻ tuổi. Trong **Tuần lễ Vàng**, có những **lo ngại về sự tái xuất hiện của dịch bệnh lây nhiễm**, vì **cơ hội tiếp xúc giữa người với người sẽ tăng lên** khi mọi người trở về nhà hoặc đi du lịch. Hãy **thực hiện triệt để các biện pháp kiểm soát lây nhiễm cho từng người và hãy tiêm vắc**

1. Tránh các hành động có nguy cơ lây nhiễm cao

- Nếu bạn **cảm thấy không khỏe** do sốt, ho, v.v. vui lòng hạn chế trở về nhà, đi du lịch, hoặc tham gia các sự kiện, v.v. Hãy **gọi đến cơ sở y tế để được khám sức khỏe**.
- Hãy tránh những địa điểm và thời gian đông người nhất có thể, chỉ **hoạt động với số lượng người ít**.
- Đặc biệt tại các **địa điểm du lịch, hoặc khi trở về nhà** thì nên **tránh các hành vi có nguy cơ lây nhiễm cao**, chẳng hạn như tập trung ăn uống đông người và nói chuyện ồn ào.

2. Triệt để các biện pháp phòng chống lây nhiễm cơ bản

- Thực hiện **triệt để các biện pháp phòng chống lây nhiễm cơ bản trong sinh hoạt hàng ngày** như thông gió trong phòng định kỳ, đeo khẩu trang phù hợp, thường xuyên rửa tay, khử trùng tay và ngón tay, đảm bảo khoảng cách giữa người với người, tránh 3 mật (đóng kín, tập trung đông đúc, tiếp xúc gần) v.v.
- **Đối với việc ăn uống thì cơ bản ăn uống trong thời gian ngắn, với số lượng ít người**, cửa hàng có chứng nhận thì tối đa 4 người cùng một bàn, cửa hàng không có chứng nhận thì tối đa 4 người cùng một nhóm, **khi nói chuyện thì phải đeo khẩu trang triệt để** (khuyến khích đeo khẩu trang y tế).
- **Những cơ sở đông người sử dụng thì hãy thực hiện triệt để các biện pháp phòng chống lây nhiễm** như điều chỉnh lượng người vào cửa, phổ biến việc đeo khẩu trang, lắp đặt thiết bị để ngăn ngừa giọt bắn, v.v.
- Đặc biệt, hãy thực hiện các **biện pháp kiểm soát lây nhiễm triệt để** trong thời gian **nghỉ giải lao và ăn uống tại nơi làm việc, trường học**, và các **hoạt động câu lạc bộ**, v.v.

3. Tích cực tiêm vắc xin

- **Tiêm vắc xin thì có hiệu quả trong việc ngăn ngừa phát bệnh và làm bệnh nặng thêm**. Những người chưa được tiêm phòng vui lòng xem xét và **chủ động tiêm phòng**.
- **Tại các địa điểm tiêm phòng quy mô lớn của tỉnh (Himeji / Nishinomiya) thì có thể tiêm mà không cần đặt trước**, bao gồm cả những người có thể cư trú ngoài tỉnh.