

# Yêu cầu gửi đến người dân và cơ sở kinh doanh về Phương châm đối ứng dựa trên tình hình dịch bệnh trong tỉnh (1/3)

Giai đoạn trong [Hướng dẫn đối phó với dịch bệnh: **Cảnh giác (Cam)**] (tại thời điểm ngày 27 tháng 5 năm 2022)

Yêu cầu từ ngày **27 tháng 5 (đến ngày 30 tháng 6)**

## ○ Gửi đến người dân trong tỉnh

(1) **Thực hiện triệt để các biện pháp phòng dịch cơ bản** như đeo khẩu trang đúng cách (quan điểm về việc đeo khẩu trang tham khảo ở tài liệu đính kèm), tránh “3mitsu”, thông thoáng khí, sát khuẩn tay thường xuyên. (**Đặc biệt đối với những người có nguy cơ bệnh nặng cao như người cao tuổi, người có bệnh nền, người chưa tiêm vắc-xin**).

(2) Đã có rất nhiều ca lây nhiễm trong hộ gia đình được ghi nhận. **Vì vậy, hãy thực hiện triệt để các biện pháp phòng dịch trong gia đình** như thông thoáng khí, khử trùng các vật dụng dùng chung, tránh dùng chung khăn, bát đĩa, v.v... Đặc biệt, đối với **những hộ gia đình có thành viên là người có nguy cơ bệnh nặng cao** vui lòng **đeo khẩu trang dù ở trong nhà**.

(3) Tải ứng dụng Kiểm tra tiếp xúc 「COCOA」.

(4) Không thực hiện các hành vi phi báng, lăng mạ, phân biệt đối xử với bệnh nhân nhiễm bệnh cũng như gia đình của bệnh nhân đó, với các y bác sĩ, nhân viên đang thực hiện nhiệm vụ chống dịch.

(5) **Với những người có triệu chứng nhiễm bệnh, vui lòng đến đăng ký khám bệnh tại cơ sở y tế có hợp tác xét nghiệm** (xét nghiệm hành chính miễn phí).

**Nếu cảm thấy bất an dù không có triệu chứng nhiễm bệnh, có thể đăng ký xét nghiệm miễn phí tại các nhà thuốc hoặc cơ sở xét nghiệm của tỉnh.**

(6) Việc tiêm vắc-xin lần 3 được cho là có khả năng khôi phục hiệu quả phòng bệnh, phòng bệnh nặng. Vì vậy, **nếu có thể hãy nhanh chóng đăng ký tiêm lần 3**.

Đặc biệt, số ca nhiễm bệnh ở **người trẻ tuổi** được ghi nhận rất nhiều trong thời gian vừa qua. Vì vậy, rất mong **những người trẻ tuổi** hãy tích cực đăng ký tiêm chủng lần 3. Với mục đích phòng chống bệnh nặng khi nhiễm bệnh, tiêm vắc-xin lần thứ 4 sẽ được triển khai. Đối tượng là người trên 60 tuổi và người trên 18 tuổi có bệnh nền vui lòng nhanh chóng đăng ký tiêm chủng.

## ○ Gửi đến các cơ sở kinh doanh

(1) Thực hiện triệt để các biện pháp phòng tránh dịch theo chỉ thị (Đặc biệt là việc đeo khẩu trang của nhân viên).

(2) Thực hiện triệt để các biện pháp phòng dịch cơ bản như thông thoáng khí, sát khuẩn tay thường xuyên, sát khuẩn các vật dụng dùng chung, v.v...

(3) Khuyến khích làm việc từ xa, linh động thời gian làm việc để tránh việc phải tiếp xúc với nhiều người.

(4) Nâng cấp các biện pháp phòng chống lây nhiễm tại các cơ sở y tế, viện dưỡng lão.

## 1 Tụ tập ăn uống

(1) **Thực hiện triệt để các biện pháp phòng dịch cơ bản** như đeo khẩu trang, tránh “3mitsu”, thông thoáng khí, sát khuẩn tay thường xuyên ngay cả lúc tụ tập ăn uống.

(2) **Trong khả năng có thể, vui lòng tụ tập ăn uống với quy mô nhỏ, trong thời gian ngắn.**

(3) Trong lúc trò chuyện, thực hiện các biện pháp phòng tránh lây nhiễm qua đường nước bọt như đeo khẩu trang.

(4) Trường hợp tụ tập ăn uống đông người hay tụ tập ở những địa điểm cần được đảm bảo phòng chống dịch cao, khuyến khích tổ chức sau khi đã 「**xác nhận tiêm đủ 3 mũi vắc-xin**」 và 「**có kết quả xét nghiệm kháng nguyên covid âm tính**」 (\*) đối với tất cả các thành viên. (\*) **Người dân đang sinh sống trên địa bàn tỉnh có thể xét nghiệm miễn phí tại các địa điểm xét nghiệm của tỉnh.**

(5) Trong khả năng có thể vui lòng sử dụng các **cửa hàng đã được tiến cử an toàn (高知家あんしん会食推進の店)** khi ăn uống **tại các cửa hàng**.

(6) Đặc biệt, tại các địa điểm có sử dụng rượu bia, tránh các hành động có nguy cơ lây nhiễm dịch bệnh cao như 「Mời rượu•trà rượu」 hay 「Nói chuyện lớn tiếng」, 「Tháo khẩu trang lúc hát karaoke」.







# Quan điểm về việc đeo khẩu trang

Tài liệu đính kèm

(23/5/2022 Được soạn thảo dựa trên Phương châm đối ứng cơ bản bởi Phòng quản lý nguy cơ · phòng chống thiên tai )

## Đeo khẩu trang

- Việc đeo khẩu trang là biện pháp cơ bản quan trọng để phòng dịch bệnh lây nhiễm
- Ở trong nhà: trong trường hợp có thể duy trì khoảng cách trên 2m và hầu như không tổ chức trò chuyện thì không cần thiết phải đeo khẩu trang
- Ở ngoài trời: trường hợp có thể duy trì khoảng cách trên 2m thì không cần thiết phải đeo khẩu trang
- Trường hợp mặc dù đi ngang qua nhau lúc đi bộ đi làm ở ngoài trời, nếu không trò chuyện thì không cần thiết phải đeo khẩu trang.

	Có thể duy trì khoảng cách vật lý ( ước tính trên 2m)		Không thể duy trì khoảng cách vật lý	
	Trong nhà (1)	Ngoài trời	Trong nhà (1)	Ngoài trời
Có hội thoại	Nên đeo khẩu trang (2) 	Không cần phải đeo khẩu trang (Ví dụ thực tế 1) 	Nên đeo khẩu trang 	Nên đeo khẩu trang 
Không hội thoại	Không cần phải đeo khẩu trang 		Nên đeo khẩu trang (Ví dụ thực tế 3) 	Không cần phải đeo khẩu trang (Ví dụ thực tế 2) 

(1) Những nơi có sự cản trở lưu thông của không khí bên ngoài vào như bên trong các tòa nhà, trung tâm mua sắm dưới lòng đất, phương tiện giao thông công cộng,...

(2) Trường hợp được trang bị các biện pháp phòng dịch lây lan như thông thoáng khí đầy đủ thì có thể cởi khẩu trang.

(Ví dụ thực tế 1) Các hoạt động không tiếp xúc gần như chạy bộ

(Ví dụ thực tế 2) Trường hợp đi ngang qua nhau ở bên ngoài như đi bộ khi đi làm

(Ví dụ thực tế 3) Đi làm bằng tàu điện

※ Vào khoảng thời gian mùa hè, trong các tình huống “không cần thiết phải đeo khẩu trang” lúc ở ngoài trời, để phòng tránh bị sốc nhiệt khuyến khích nên bỏ khẩu trang.

※ Trường hợp tiếp xúc với các đối tượng có rủi ro mắc bệnh nặng cao như gặp gỡ người cao tuổi hay đi đến bệnh viện, vui lòng đeo khẩu trang

## Đeo khẩu trang cho trẻ nhỏ dưới cấp bậc tiểu học

- Khuyến khích không nên đeo khẩu trang cho trẻ em dưới 2 tuổi (trẻ sơ sinh)
- Thống nhất không yêu cầu đeo khẩu trang đối với trẻ trước tuổi đến trường (trẻ trên 2 tuổi)

# Yêu cầu gửi đến người dân và cơ sở kinh doanh về Phương châm đối ứng dựa trên tình hình dịch bệnh trong tỉnh (2/3)

Giai đoạn trong [Hướng dẫn đối phó với dịch bệnh: **Cảnh giác (Cam)**] (tại thời điểm ngày 27 tháng 5 năm 2022)

## Yêu cầu từ ngày **27 tháng 5 (đến ngày 30 tháng 6)**

### **2 Đi ra ngoài**

(1) Thực hiện triệt để các biện pháp phòng dịch cơ bản khi đi ra ngoài.

(2) **Tránh đi đến nơi đông người, các địa điểm có nguy cơ lây nhiễm dịch bệnh cao như nơi thiếu thông thoáng khí, nơi không thực hiện đầy đủ các biện pháp phòng tránh dịch.**

### **3 Đi lại đến các tỉnh khác**

(1) Khi di chuyển đến các tỉnh khác, **vui lòng thực hiện đúng theo yêu cầu mà thị trường ở khu vực đó đã đề ra (※) bao gồm cả các biện pháp lúc tụ tập ăn uống.**

※ Ví dụ, tỉnh Okinawa kêu gọi khách du lịch đến tỉnh thực hiện tiêm đầy đủ 3 mũi vắc-xin và có kết quả xét nghiệm kháng nguyên covid âm tính .

(2) Với những trường hợp có biểu hiện bệnh như sốt cao, hay tình trạng sức khỏe xấu, hãy hoãn việc đi lại đến các tỉnh khác.

(3) Trường hợp có khả năng tiếp xúc với người cao tuổi, người có bệnh nền sau khi đi du lịch, về quê, tỉnh khuyến khích nên 「**tiêm đủ 3 mũi vắc xin**」 và 「**xác nhận có kết quả xét nghiệm kháng nguyên covid âm tính (※)**」 trước.

(※) **Người dân đang sinh sống trên địa bàn tỉnh có thể xét nghiệm miễn phí tại các địa điểm xét nghiệm của tỉnh.**

### **4 Tổ chức sự kiện**

Khi tổ chức sự kiện, sau khi đã lưu ý các điều dưới đây, thực hiện triệt để các biện pháp phòng tránh dịch bệnh theo chỉ thị riêng đối với từng ngành.

(1) Đối với những sự kiện hơn 5000 người và vượt quá 50% sức chứa hội trường, xin vui lòng nộp [Kế hoạch phòng chống lây nhiễm an toàn] trước ngày tổ chức sự kiện 2 tuần. Sự kiện có [Kế hoạch phòng chống lây nhiễm an toàn] và có xác minh của tỉnh, số lượng người tham gia tối đa được bằng với sức chứa tối đa của hội trường.※ [không có tiếng cổ vũ lớn] .

(2) Đối với những sự kiện ngoài (1), có thể chọn bên có số lượng nhiều hơn trong 2 sự lựa chọn sau đây: 5000 người , hoặc dưới 50% sức chứa của hội trường.

• Sự kiện [không có tiếng cổ vũ lớn] : 100% sức chứa của hội trường. • Sự kiện [có tiếng cổ vũ lớn (\*)] : 50% sức chứa của hội trường

※ Giới hạn bên có số lượng ít hơn trong tỷ lệ sức chứa của hội trường và số lượng tối đa người tham (Cần phải thỏa mãn cả 2 điều kiện).

Cần soạn thảo và công khai tại trang chủ của sự kiện bản “Check list” về các biện pháp phòng tránh lây nhiễm, lưu giữ 1 năm kể từ ngày sự kiện kết thúc (Không cần thiết phải nộp lên chính quyền địa phương) .

(\*) Tiếng cổ vũ lớn được định nghĩa là tiếng mà khán giả phát ra to hơn so với lúc bình thường, có tính liên tục và lặp đi lặp lại. Những sự kiện có sự khuyến khích việc reo hò cổ vũ và không được trang bị đầy đủ các thiết bị phòng dịch sẽ được xếp vào sự kiện [có tiếng reo hò cổ vũ lớn].

### **5. Cơ sở y tế có người cao tuổi**

(1) Nhanh chóng thực hiện tiêm mũi bổ sung cho nhân viên y tế cũng như người sử dụng.

(2) Thực hiện triệt để các biện pháp đối ứng dựa trên “**Hướng dẫn các biện pháp phòng tránh lây lan tại các cơ sở điều dưỡng**” như đeo khẩu trang, mở cửa sổ thông thoáng khí lúc đưa đón, cho nghỉ phép đối với nhân viên có biểu hiện sốt, v.v...

(3) Để **phòng tránh lây nhiễm từ nhân viên y tế**, các nhân viên y tế vui lòng thực hiện triệt để các biện pháp phòng dịch cơ bản cũng như **lưu ý quản lý tình trạng cơ thể**.

(4) Để **phòng tránh lây nhiễm từ người thăm bệnh**, vui lòng xem xét **thực hiện thăm bệnh online**.

(5) Tại các cơ sở có bệnh nhân ngoại trú, thực hiện triệt để các biện pháp phòng dịch, phân chia tuyến đường, v.v...

# Yêu cầu gửi đến người dân và cơ sở kinh doanh về Phương châm đối ứng dựa trên tình hình dịch bệnh trong tỉnh (3/3)

Giai đoạn trong [Hướng dẫn đối phó với dịch bệnh: **Cảnh giác (Cam)** (tại thời điểm ngày 27 tháng 5 năm 2022)]

Yêu cầu từ ngày **27 tháng 5 (đến ngày 30 tháng 6)**

## **6 Các cơ sở có trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ**

- (1) Trong khả năng có thể, vui lòng thực hiện các biện pháp chăm sóc tránh dịch bệnh lan rộng như chia trẻ thành các nhóm nhỏ.
- (2) Trong trường hợp không thể đảm bảo đầy đủ các biện pháp phòng chống lây nhiễm, vui lòng hạn chế tổ chức các sự kiện có nhiều người tham gia bao gồm cả sự kiện có phụ huynh học sinh.
- (3) Hạn chế cho trẻ đến trường trong trường hợp có các biểu hiện như sốt.
- (4) **Cho nghỉ phép đối với giáo viên có các biểu hiện như sốt**, nhanh chóng tổ chức tiêm vắc-xin bổ sung cho giáo viên.

## **7 Trường học, hoạt động câu lạc bộ**

- Trong trường hợp có những dấu hiệu như ho, đau đầu, đau họng, sốt cao hãy nhanh chóng đến khám bệnh tại các cơ sở y tế.
- Đã có rất nhiều trường hợp lây nhiễm trong lúc ăn uống, vì vậy vui lòng thực hiện ăn uống trong im lặng, đeo khẩu trang sau khi ăn.
- Hạn chế trò chuyện tại phòng thay đồ.
- Hạn chế tham gia khẩu trang lúc trò chuyện, ăn uống giữa học sinh** trong khi sinh hoạt câu lạc bộ, thi đấu đi về trong ngày.

### **Hoạt động câu lạc bộ tại trường học công lập**

- Hoạt động câu lạc bộ được giới hạn 2 tiếng/1 ngày đối với ngày thường và 3 tiếng/1 ngày đối với ngày cuối tuần.  
Tuy nhiên, trong vòng 1 tháng các câu lạc bộ có quyết định tham gia thi đấu, buổi phát biểu, v.v.. Nếu có sự cho phép của hiệu trưởng, có thể hoạt động 3 tiếng/1 ngày đối với ngày thường và 4 tiếng/1 ngày đối với ngày nghỉ.
- Các hoạt động luyện tập thi đấu nội ngoại tỉnh tiếp tục thực hiện dưới sự cho phép của hiệu trưởng.  
Tuy nhiên, vui lòng thực hiện sau khi đã xem xét kỹ tình hình lây nhiễm bệnh của các trường học.