

## คำขอร้องจากผู้ว่าราชการจังหวัดนากาโนสำหรับช่วงเวลาลายปีและขึ้นปีใหม่

วันที่ 11 ธันวาคม พ.ศ. 2563

ในขณะนี้ ประเทศญี่ปุ่นกำลังอยู่ในสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ระลอกที่ 3 จังหวัดนากาโนก็เช่นเดียวกัน

โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ช่วงปลายปีและขึ้นปีใหม่ เป็นช่วงเวลาที่ผู้คนจำนวนมากเดินทางและมารวมพบปะสังสรรค์กัน

เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการแพร่ระบาดขยายวงกว้าง จังหวัดนากาโนจึงใคร่ขอรับรองทุกท่าน 4 ประการสำหรับการปฏิบัติในช่วงปลายปีและขึ้นปีใหม่นี้ดังต่อไปนี้

### 1 คำขอรับรองสำหรับช่วงปลายปีและขึ้นปีใหม่

- (1) ขอให้ใช้เวลาช่วงนี้อยู่กับครอบครัวที่อาศัยอยู่ร่วมกันอย่างสงบเท่าที่จะทำได้
- (2) ขอความร่วมมือในการ "กระจายตัว", "ลดขนาด", "การติดต่อทางออนไลน์"
  - ✓ "กระจายตัว" หมายถึงการแยกหรือทยอยกันหยุดพักผ่อน, กลับบ้านเกิด, การไปไหว้พระที่วัดหรือศาลเจ้าในช่วงปีใหม่
  - ✓ "ลดขนาด" หมายถึงการทำให้เป็นกลุ่มเล็กๆ เช่น การทานอาหารร่วมกัน หรือ การพบปะสังสรรค์ ฯลฯ
  - ✓ "การติดต่อทางออนไลน์" หมายถึงใช้การติดต่อทางออนไลน์ เช่น การประชุม, การกลับบ้านเกิด (เปลี่ยนเป็นการสื่อสารแบบรีโมท)

### 2 คำขอรับรองเกี่ยวกับการเดินทางไปกลับระหว่างพื้นที่

- (1) กรุณาพิจารณาอย่างถี่ถ้วนเกี่ยวกับการเดินทางไปยังพื้นที่ที่กำลังมีการระบาด
- (2) กรุณาปรึกษากับครอบครัวก่อนที่จะเดินทางกลับบ้านเกิด
- (3) เมื่อเดินทางมายังจังหวัดนากาโนเพื่อกลับบ้านเกิดหรือท่องเที่ยว กรุณาดูแลสุขภาพและปฏิบัติตามหลักการพื้นฐานในการป้องกันการติดเชื้อ 3 ประการ (รักษาระยะห่าง, สวมหน้ากากอนามัย, ล้างและฆ่าเชื้อที่มือและนิ้ว) ในช่วง 2 อาทิตย์ก่อนเดินทางมา

### 3 คำขอรับรองในการใช้ชีวิตประจำวัน

- (1) หากมีอาการหวัด กรุณาอย่าออกไปข้างนอก ควรปรึกษาและรับการตรวจจากแพทย์ประจำครอบครัวของท่าน
- (2) สำหรับผู้ที่มีอาการหวัดภายใน 10 วัน กรุณาปฏิบัติตนเพื่อป้องกันไม่แพร่เชื้อไปสู่ผู้อื่น
- (3) กรุณาปฏิบัติตามหลักการพื้นฐานในการป้องกันการติดเชื้อ 3 ประการอย่างเคร่งครัด รวมทั้งทำการระบายอากาศและปรับความชื้นในห้องให้เหมาะสม

### 4 คำขอรับรองต่อผู้ประกอบการทุกท่าน

- (1) โปรดปฏิบัติตามแนวทางป้องกันการแพร่ระบาดของเชื้อสำหรับแต่ละอุตสาหกรรมอย่างละเอียดและเคร่งครัด
- (2) โปรดให้ความร่วมมือในการสร้างสภาพแวดล้อมในการทำงานที่พนักงานสามารถพักได้อย่างสะดวกเมื่อมีไข้, ให้อยากันหยุด และส่งเสริมการทำงานทางไกล

สถานที่ให้คำปรึกษาสำหรับผู้ที่ไม่ใช่แพทย์ประจำครอบครัว

**0120-691-792** (สามารถปรึกษาในภาษาต่างชาติได้และให้บริการ 24 ชั่วโมง)

ไม่อนุญาตให้มีการเลือกปฏิบัติและการประณามหยามเหยียด

มีบางคนได้รับความทุกข์ทรมานจากการเลือกปฏิบัติและการประณามหยามเหยียด อันเป็นผลมาจากการติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่

ขอให้พลเมืองของจังหวัดทุกท่านมีความ "เห็นอกเห็นใจ" และปฏิบัติต่อผู้ติดเชื้อและครอบครัว, ผู้กลับบ้านเกิด และนักท่องเที่ยวอย่างอบอุ่น