

यस प्रान्तमा लागू गरिने 「8 औं लहर」 बाट बच्ने उपायहरु आदिको बारेमा

「मियागी स्वास्थ्य क्षेत्रमा चापको कारण संकट घोषणा」
को थप गरिने अवधि (फेब्रुअरी 13 सम्म)

- ▽ संक्रमित व्यक्तिको संख्या, बिरामी बेडको उपयोग दर, साथै **बढ्दोक्रम नरोकिएको स्थिति जारीरहेको हुँदा** अनि, स्वास्थ्य क्षेत्रमा परेको चापको अवस्था पनि **अझै उच्च अवस्थामा** जारीरहेको कारणले 「**मियागी स्वास्थ्य क्षेत्रमा चापको कारण संकट घोषणा**」लाई थप गरिने छ (थप गरिने अवधि : जनवरी 17 तारिक ~ फेब्रुअरी 13 तारिक)
- **स्वास्थ्य क्षेत्रको बोझ कम गर्न र संक्रमण नियन्त्रण** गर्नको लागि प्रान्तको नागरिकहरुमा अनुरोध गरिएको सामग्रीलाई परिवर्तन नगरी थप गरिएको छ ।

प्रयास चालिरहेको ओमिक्रोन भेरिएन्टबाट बच्ने उपाय



① खोप लगाउनको लागि गति बढाउने



② शैक्षिक सस्थान, नर्सरी स्कुलहरुमा संक्रमण नियन्त्रण उपायहरुको पालना गर्ने



③ वृद्ध तथा अपाङ्गता आश्रममा संक्रमण नियन्त्रण गरि, व्यवसायकार्य लाई निरन्तरता दिने



④ अनलाइन बाट काम गर्ने आदि कार्यलाई थप रुपमा प्रोत्साहन गर्ने

संक्रमण फैलावटको कारण सामाजिक आर्थिक गतिविधिमा प्रभाव

- ① संक्रमण तथा निकटको सम्पर्क व्यक्तिको कारण **अनुपस्थित हुने व्यक्तिको ठूलो संख्यामा** बृद्धि
- ② 「**निकट सम्पर्क बाहेकका अन्य सम्पर्क व्यक्ति**」को पनि ठूलो संख्यामा बृद्धि

मानिसहरुसँग भेटघाट बढि हुने अवसर, मानिसहरुको आवतजावतमा वृद्धि

- ① यात्रा आदि, (देशैभरिको यात्रामा सहयोग)
- ② **मौसम अनुसारको कार्यक्रम** (नयाँवर्षको पार्टीहरु सहित) हरूमा सहभागी

「घोषणा」क्रममा प्रान्तका नागरिकहरुलाई मुख्य अनुरोध सामग्री (नोभेम्बर 30 देखि फेब्रुअरी 13) ※ निरन्तरता

चिकित्सा कार्य प्रणाली कायम राख्न

- ✓ परीक्षण किट बाट आफ्नै खर्चमा परीक्षण गर्ने कार्यको कार्यान्वयन (संक्रमण दर्ताको लक्षित समुह बाहिरका व्यक्ति)
- ✓ आकस्मिक बाहिरंग सेवा, एम्बुलेन्सको उचित प्रयोग

संक्रमणको फैलावट रोकथाम उपाय

- ✓ आधारभूत संक्रमण नियन्त्रण उपायहरुको पुनः पालना गरौं (विशेष गरी यात्रा गर्दा आदि, डिनर वा पार्टीसमेत, मौसम अनुसारको कार्यक्रमहरु आदिमा पूर्णपालना)
- ✓ खोप लगाउन को लागि प्रोत्साहन
- ✓ यात्रा आदि गर्ने व्यक्तिको गतिविधि「परिस्थिति」अनुरूप परीक्षण गर्ने कार्य
- ✓ शरीरमा अफठ्यारो महसुस हुदा बाहिर ननिस्कने
- ✓ अतिरिक्त क्रियाकलाप, साथीहरुसँग भेलाहरुमा बिचार पुर्याउने

व्यवसाय निरन्तरता सुरक्षा प्रणाली

- ✓ काममा धेरै व्यक्तिहरु अनुपस्थित भए पनि उक्त परिस्थिति लाई ध्यान दिएर सिफ्ट तथा काम रोकन नपर्ने प्रणालीको बारेमा सोच्ने
- ✓ 「निकट सम्पर्क बाहेकका अन्य सम्पर्क व्यक्ति」को लागि उपयुक्त प्रतिक्रिया (काममा आउन बन्द गर्न अनुरोध नगर्ने)
- ✓ केहि समय काम रोकनुपर्ने अवस्था आइपर्दाको लागि तयारी गर्ने

प्रान्तका नागरिकहरु लाई अनुरोधको बिबरण [प्रान्त भित्रका सम्पूर्ण क्षेत्र]

नोभेम्बर 30 तारिक~फेब्रुअरी 13 तारिक(हालैको उपायहरु लाई निरन्तरता दिने)

[चिकित्सा कार्य प्रणाली कायम राख्न]

- संक्रमण दर्ताको लक्षित समुह बाहिरका व्यक्ति, परीक्षण किट बाट आफ्नै खर्चमा परीक्षण गर्नुका साथै, कोरोना पोजेटिभ सपोर्ट सेन्टरको उपयोग गरौं
- चिकित्सा संस्थानहरुमा हुने अत्यधिक बोझ कम गर्नको लागि, आकस्मिक बाहिरंग सेवा साथै एम्बुलेन्सको उचित प्रयोग गरौं

[संक्रमण फैलावट रोकनको लागि उपायहरु]

- प्रभावकारी रुपमा कोठामा हावा परिचालन गर्ने, सर्जिकल मास्कको प्रयोग गर्ने, हात,नाडीको सरसफाई आदि प्रान्तका प्रत्येक नागरिकहरुले आधारभूत रुपमा संक्रमण नियन्त्रण उपायहरु पूर्ण रुपमा पालना गरौं
- नजिकै बाट गरिने कुराकानी आदिमा, परिस्थिति अनुसार सही ढंगले मास्क लगाउने गरौं
- संक्रमण पछिको लागि तयार गरि, ज्वरोको औषधि वा एन्टिजेन परीक्षण किट, खानेकुरा, दैनिक आवश्यकताका सामानहरु आदि तयारी अवस्थामा राखौं
- नियमित रुपमा आफ्नो स्वास्थ्य व्यवस्थापन गर्न प्रयास गर्नुका साथै, शरीर अस्वस्थ महसुस भएको खण्डमा, बाहिर घुमफिर गर्ने, काममा जाने, विद्यालय वा किन्डरगार्डेन जाने नगरौं
- संक्रमणको उच्च जोखिम भएका स्थानमा जाने आउने आदि, संक्रमण फैलावटको कारण बन्ने कार्यहरु नगरौं
- केहिकुरा सिक्न जाने ठाउँ, ट्युसन पढ्न जानेठाउँ,साथीभाईहरु सँगको जमघट आदि ठाउँमा संक्रमित नहुन विशेष ध्यान पुर्याऊ
- सकेसम्म चाँडो ओमिक्रोन भेरिएन्टको लागि खोप लगाउने कार्य गरौं
- अभिभावकहरुले, जन्मिएको 6 महिना देखि 4 वर्षको बालबालिका, 5 देखि 11 वर्षको बालबालिकाहरुलाई खोप लगाउने बारेमा विचार गरौं
- रेस्टुरेन्टहरुको प्रयोग गर्दा, कोरोना मापन प्रमाणीकरण पसल आदिको उपयुक्त संक्रमण नियन्त्रणका उपायहरु लागू गरिएको रेस्टुरेन्टहरु आदिको प्रयोग गर्ने, रेस्टुरेन्टहरुले लागू गरेका संक्रमण फैलावट रोकथामको उपायहरुको पालनामा पूर्णरुपमा सहयोग गरौं
- पार्टी तथा खानपिन गर्ने बेलामा, लामोसमयसम्म ठुलो स्वरमा होहल्ला, कुराकानी गर्दापनि राम्रोसँग मास्क लगाउने कार्यको पुर्णरुपमा पालना गर्ने आदि, [अरुमा सार्ने] [आफुमा सार्ने] कार्यलाई रोक्ने कोशिस गरौं
- यात्रा आदि, एक प्रिफेक्चरबाट अर्को प्रिफेक्चरहरुमा जाने आउने कार्य गर्दा, ठूला ठूला कार्यक्रममा सहभागी हुँदा, आधारभूत संक्रमण नियन्त्रणका उपायहरु राम्ररी लागू गर्नुका साथै, गन्तव्य स्थान प्रिफेक्चरहरुको कार्यक्रमहरुमा जाँदापनि आयोजक द्वारा लागू गरिएको संक्रमण नियन्त्रण उपायहरुको पालना गर्ने गरौं
- यदि संक्रमित व्यक्तिसँगको सम्पर्कमा आउनु भएको खण्डमा भने, चाँडै कोरोना परीक्षण गर्ने कार्य गरौं । देश भित्र फर्किएको भएमा वृद्धबृद्धाहरु वा अन्तर्निहित रोगहरु भएकाहरुलाई सम्पर्क गर्न पर्यो भने पहिले नै कोरोना परीक्षण गर्ने कार्य गरौं. वृद्धआश्रम आदि ठाउँको उपभोग गर्ने व्यक्तिहरुले, अस्थायी रुपमा घर फर्किदा जस्ता स्थितिमा निरीक्षणहरु सञ्चालन गर्ने कार्यहरु