

फुकुओका कोरोना चेतावनी हटाइने र यसपछि गर्नुपर्ने कुराहरूबारे

2021 साल अक्टोबर 11 तारिख (सोमबार) जारी

आज (अक्टोबर 11 तारिख) यस जिल्लाको संक्रामक रोग नोभल कोरोना भाइरस (कोभिड 19) नियन्त्रण तथा रोकथाम रोकथाम मुख्यालय बैठकको आयोजना गरी, हाल जारी "फुकुओका कोरोना चेतावनी" लाई अक्टोबर 14 तारिख (बिहीबार) देखि हटाउने निर्णय भएकोले सो बेहोराबारे सम्पूर्णलाई जानकारी गराउँदछौं।

यसका साथै हामीले होटल वा रेष्टुरेन्टहरूलाई व्यापार समय छोटाउन गरिरहेको आग्रह र काराओके पसल प्रयोग नगर्नुहुन गरिरहेको अनुरोध अक्टोबर 14 तारिखदेखि हटाइनेछ।

यसपछि हामीहरू आफैले हेल्थचेकपाइँ नगरीकन, होसियारीपूर्वक ध्यान दिएर सङ्क्रमण रोकथाम तथा नियन्त्रणका आधारभूत उपायहरू कडाइका साथ अपनाई, समाजमा फेरि सङ्क्रमण फैलिनबाट रोक्नु पर्नेछ। प्रान्तवासी र व्यापारव्यवसायीहरूलाई फेरि घर बाहिर ननिस्कने र व्यापार समय छोटाउने जस्ता कडा उपायहरू अपनाउन अनुरोध अनुरोध गर्नुपर्ने अवस्था नआउने गरी, निम्न अनुसारका कुराहरू गरी सहयोग गर्नुहुन सम्पूर्ण महानुभावहरूलाई अनुरोध अनुरोध गर्दछौं।

【प्रान्तवासी महानुभावहरूलाई आग्रह】

**घरबाहिर निस्कनुअगाडि यी
कुराहरू जाँचुहोस्!**

- गन्तव्य स्थानको सङ्क्रमण स्थिति
- प्रयोग गर्ने सुविधा केन्द्रहरूमा अपनाइने सङ्क्रमण रोकथाम उपायहरू

मास्क लगाउने जस्ता सङ्क्रमण रोकथामका आधारभूत उपायहरू पूर्ण रूपमा पालन गर्नुहोस्!




घरबाहिर निस्कने बेला "सान-मिचु"-बाट अलग रहने, मास्क लगाउने र हात घुने जस्ता सङ्क्रमण रोकथामका आधारभूत आधारभूत उपायहरू पूर्ण रूपले लागू गरेर, गन्तव्य स्थानको सङ्क्रमण स्थिति, प्रयोग सुविधा (भवन आदि) को सङ्क्रमण

सङ्क्रमण रोकथामका उपायहरू राम्रोसँग निश्चय गर्नुहोस्। ज्वरो छ भने घरबाहिर ननिस्कनुहोस् र एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा नजानुहोस्।

प्रान्त-प्रान्तबीचको सिमा पार गर्ने यात्रा

सङ्क्रमण रोकथामका आधारभूत उपायहरू पूर्ण रूपमा पालना गर्ने

रेस्टुरेन्ट प्रयोग गर्दा

-  अनुरोध गरिए अनुसारका उपायहरू नअपनाइएका खानपिनका व्यवसायहरू (रेस्टुरेन्ट आदि) प्रयोग नगर्ने
-  सङ्क्रमण रोकथामको लागि पर्याप्त उपायहरू नअपनाइएको खण्डमा धेरै जना सँगै खानपिन नगर्ने
-  लामो समयसम्म खानपिन नगर्ने

“खानपिन” -को सन्दर्भमा, सङ्क्रमण रोकथाम प्रमाणीकरण पाएको पसल जस्ता सङ्क्रमण नियन्त्रणका उपायहरू पूर्ण रूपले अपनाएको पसल रोज्नुहोस्।

सँगै खानपिन गर्ने मानिसको सङ्ख्या चाहे धेरै होस् या थोरै सङ्क्रमण रोकथामका लागि पर्याप्त उपायहरू नअपनाएको खण्डमा सङ्क्रमणको जोखिम बढ्छ। खासगरि धेरै जना सँगै खानपिन गर्दा ठूलो स्वरले कुराकानी गरिन्छ र गरिन्छ र थुकको छिटा उडेर जाने गर्छ। त्यसैले प्रान्तले दिएको “होटल वा रेष्टुरेन्ट आदि प्रयोग गर्दा सङ्क्रमणको जोखिमबाट जोखिमबाट अलग रहनुहोस्” भन्ने विषयको कागजातमा उल्लेख गरिएका कुराहरू पालना गरी सङ्क्रमण रोकथामका पर्याप्त उपायहरू अपनाएको छैन भने सँगै बसेर खानपिन नगर्नुहोस् (संलग्न कागजात 1 हेर्नुहोस् “होटल वा रेष्टुरेन्ट प्रयोग गर्दा सङ्क्रमणको जोखिमबाट अलग रहनुहोस्”)

2 घण्टा नाघेगरि खानपिन गर्दा चर्को स्वरले कुराकानी गरिन्छ, त्यसैले त्यस्तो लामो समयसम्म खानपिन नगर्नुहोस्।

काराओके पसल प्रयोग गर्दा

- ⚠ गीत गाउने बेला पनि मास्क लगाउने
- ⚠ माइक्रोफोन आदिको कीटाणुशोधन गर्ने
- ⚠ गाउने व्यक्तिबाट 2m को दूरी राख्ने
सिटबीच 1m को दूरी राख्ने



रेस्टुरेन्ट आदि प्रयोग गर्दा सङ्क्रमणको जोखिमबाट बच्न पालना गर्नुपर्ने कुराहरूबारे

रेस्टुरेन्ट आदिले पालना गर्नुपर्ने कुराहरू

- प्रयोगकर्ताबीच भौतिक दूरी कायम गर्ने आदि
 - ग्राहकहरूलाई एकआपसमा सीधै अगाडिको सिटमा नबसाली सिटहरूबीच 1m को दूरी कायम राख्ने अथवा टेबुलमाथि एक्रिलिक बोर्ड आदि राखेर छुट्याउने।
 - टेबुलहरूबीच 1m को दूरी राख्ने वा एक्रिलिक बोर्डले छुट्याउने।
 - काउन्टरमा सिटहरूबीच 1m वा सोभन्दा धेरै दूरी कायम राख्ने अथवा काउन्टर टेबुलमाथि एक्रिलिक बोर्ड आदि राखेर छुट्याउने।
- पसलभित्रको हावा पटक-पटक ताजा बनाउने
 - प्रत्येक 30 मिनेटमा 5 मिनेटजति 2 फरक दिशाको झ्याल पूरै खुल्ला राख्ने आदि गरेर पूर्ण रूपले पसलभित्रको हावा ताजा बनाउने।
- प्रयोगकर्तालाई आह्वान गर्ने आदि
 - खानपिन गर्ने बेलाबाहेक पनि सधैं मास्क लगाउन प्रोत्साहित गर्ने।
 - पसलमा आएको बेला शारीरिक तापक्रम नाप्न र हात कीटाणुशोधन गर्न प्रोत्साहित गर्ने।
 - प्रयोगकर्ताहरूले एकअर्काको गिलास वा कचौरामा मदिरा नथप्ने, फरक-फरक मान्छेहरूले एउटै गिलास वा कचौराबाट नपिउने र ठूलो स्वरले नबोल्न आग्रह गर्ने।
 - लामो समय (2 घण्टाभन्दा धेरै) पसलमा नबिताउन आग्रह गर्ने।
 - एउटा ग्रुपका धेरै जना व्यक्ति दुई वटाभन्दा धेरै टेबुलमा छुट्टिएर बस्ने बेला एउटा टेबुलबाट अर्को टेबुलमा नजान आग्रह गर्ने।
- काराओके सुविधाको प्रयोग गर्ने पसल
 - एक जना व्यक्तिले माइक्रोफोन वा अरु सामान प्रयोग गर्‍यो भने त्यसलाई कीटाणुमुक्त पारेपछि मात्र अर्को व्यक्तिले प्रयोग गर्ने। काराओके बक्स आदिमा प्रत्येक कोठामा कीटाणुमुक्त पार्ने उपकरण राख्ने।
 - मुख्य गरी खानपिनको सुविधा प्रदान गर्ने पसल (स्नाक, काराओके क्याफे आदि)-को सन्दर्भमा, असङ्ख्य मान्छेहरू एकै ठाउँमा भेला भएर काराओके सुविधा प्रयोग गर्ने कुरा मनमा राखी विशेष गरी कोठा भित्र हावा फेरेर ताजा बनाउने र मान्छे बीचको दूरी कायम राख्ने कुरालाई कडाइका साथ अपनाउने।

प्रयोगकर्ताले पालना गर्नुपर्ने कुराहरू

- नाम लेखाउने बेला
 - सङ्क्रमण रोकथाम प्रमाणीकरण चिन्ह टाँसेको पसल जस्ताले प्रयोगकर्ता बीचको दूरी कायम राख्ने र पसल भित्रको हावा फेरेर ताजा बनाउने कुरालाई कडाइका साथ अपनाउन सकिरहेका पसल प्रयोग गर्ने।
- बुकिङ गर्ने बेला
 - सङ्क्रमण रोकथाम घोषणा स्टिकर अथवा सङ्क्रमण रोकथाम मार्क टाँसेर देखाउने पसल प्रयोग गर्ने, जहाँ प्रयोगकर्ताबीचको भौतिक दूरी कायम राख्ने र पसलभित्रको हावा पटक-पटक ताजा बनाउने आदि उपायहरू राम्रोसँग अपनाइरहेको छ।
- प्रयोग गर्ने बेला
 - प्रयोग गर्ने रेस्टुरेन्ट आदिले अपनाउने सङ्क्रमण रोकथाम उपायहरू पालना गरी सहयोग गर्ने।
 - खानपिन गर्ने बेलाबाहेक पनि मास्क लगाउने।
 - पसलमा आएको बेला शारीरिक तापक्रम नाप्न र हात-आँलाको कीटाणुशोधन गर्ने।
 - प्रयोगकर्ताहरूले एकअर्काको गिलास वा कचौरामा मदिरा थप्ने, फरक-फरक मान्छेहरूले एउटै गिलास वा कचौराबाट पिउने र ठूलो स्वरले बोल्नेजस्ता सङ्क्रमणको जोखिम उच्च पार्ने खालका व्यवहार नगर्ने।
 - लामो समय (2 घण्टाभन्दा धेरै) रेस्टुरेन्ट प्रयोग नगर्ने।
 - एउटा ग्रुपका धेरै जना व्यक्ति दुई वटाभन्दा धेरै टेबुलमा छुट्टिएर बसेको बेला एउटा टेबुलबाट अर्को टेबुलमा नजाने।
- काराओके सुविधा प्रयोग गर्दा
 - गीत गाउने बेला मास्क लगाई, मान्छे बीचको दूरी 2 मिटर वा सोभन्दा बढी भएको सुनिश्चित गर्ने।
 - एक जना व्यक्तिले माइक्रोफोन वा अरु सामान प्रयोग गर्‍यो भने त्यसलाई कीटाणुमुक्त गरेपछि मात्र अर्को व्यक्तिले प्रयोग गर्ने।
 - सिटहरूबीच 1m भन्दा बढी दूरी कायम गरी अरु व्यक्तिको सिधै अगाडि नबस्ने।

- प्रयोगकर्ताबीच भौतिक दूरी कायम गर्ने आदि
 - खानाको व्यवस्था गरिन्छ भने हलमा अट्ने सङ्ख्याको 50% सम्ममा सीमित बनाउने।
 - खानाको व्यवस्था गरिन्छ भने बसेर खाने प्रबन्ध गर्ने। (उभिएर खाने प्रबन्ध नगर्ने)
 - ग्राहकहरूलाई एकआपसमा सीधै अगाडिको सिटमा नबसाली सिटहरूबीच 1m को दूरी कायम राख्ने अथवा टेबुलमाथि एक्रिलिक बोर्ड आदि राखेर छुट्याउने।
 - टेबुलहरूबीच 1m को दूरी राख्ने वा एक्रिलिक बोर्डले छुट्याउने।
 - वक्ता (मञ्च) र सहभागीहरूको बीचमा 2m भन्दा धेरै दूरी कायम गर्ने अथवा एक्रिलिक बोर्ड आदि राखेर छुट्याउने।
- पसलभित्रको हावा पटक-पटक ताजा बनाउने
 - भेन्टिलेसन मेसिनले वा ढोका खुल्लै राखेर हलभित्रको हावा ताजा बनाउने।
- प्रयोगकर्तालाई आह्वान गर्ने आदि
 - आयोजकलाई सहभागीहरूको जानकारी लिइराख्नको लागि अग्रिम दर्ता प्रणाली आदि प्रयोग गर्न भन्ने।
 - खानपिन गर्ने बेलाबाहेक अरू समयमा मास्क लगाउन पसलमा घोषणा आदिद्वारा प्रोत्साहित गर्ने।
 - पसलमा आएको बेला शारीरिक तापक्रम नाप्न र हात कीटाणुशोधन गर्न प्रोत्साहित गर्ने।
 - प्रयोगकर्ताहरूले एकअर्काको गिलास वा कचौरामा मदिरा नथप्ने, फरक-फरक मान्छेहरूले एउटै गिलास वा कचौराबाट नपिउन र ठूलो स्वरले नबोल्न आग्रह गर्ने।
 - लामो समय (2 घण्टाभन्दा धेरै) पसलमा नबिताउन आग्रह गर्ने।
 - एउटा टेबुलबाट अर्को टेबुलमा नजान आग्रह गर्ने।

- बुकिङ गर्ने बेला
 - आयोजकले सहभागी हुने अनुमान गरिएको सङ्ख्याको आधारमा सहभागी व्यक्तिबीचको दूरी (सिटमा बसेको बेला 1m वा सोभन्दा धेरै) कायम गर्न सक्नेजतिको ठूलो हल चयन गर्ने।
 - खानाको व्यवस्था गरिन्छ भने हलमा अट्ने सङ्ख्याको 50% सम्ममा सीमित पार्ने।
 - उभिएर खाने प्रबन्ध नगर्ने।
- प्रयोग गर्ने बेला
 - प्रयोग गर्ने पार्टी हलले अपनाउने सङ्क्रमण रोकथाम उपायहरू पालना गरी सहयोग गर्ने।
 - खानपिन गर्ने बेलाबाहेक अरू बेलामा पनि मास्क लगाउने।
 - पसलमा आएको बेला शारीरिक तापक्रम नाप्न र हात-आँलाको कीटाणुशोधन गर्ने।
 - प्रयोगकर्ताहरूले एकअर्काको गिलास वा कचौरामा मदिरा थप्ने, फरक-फरक मान्छेहरूले एउटै गिलास वा कचौराबाट पिउने र ठूलो स्वरले बोल्नेजस्ता सङ्क्रमणको जोखिम उच्च पार्ने खालका व्यवहार नगर्ने।
 - लामो समय (2 घण्टाभन्दा धेरै) पार्टी हलको प्रयोग नगर्ने।
 - एउटा टेबुलबाट अर्को टेबुलमा नजाने।