

# 命と健康を守るために 感染予防のお願い

जीवन र स्वास्थ्यको रक्षा गर्नको लागि

संक्रमण रोकथामको अनुरोध

## ◆こまめに手洗いをする

छोटो समयको अन्तरालमा हात धुनुहोस्

## ◆マスクをつける

मास्क लगाउनुहोस्

## ◆混雑を避ける

भीडभाडमा नजानुहोस्

## ◆周りの人との間隔をとる

वरपरका मान्छेहरूबाट सुरक्षित दूरी कायम राख्नुहोस्

## ◆毎日検温・健康チェックをする

हरेक दिन शरीरको तापक्रम नाप्नुहोस् र स्वास्थ्य स्थिति निश्चय गर्नुहोस्



ज्वरो वा खोकी आदिका लक्षणहरू भई, नोभल कोरोना भाइरसबाट संक्रमण भएको शंका लागेमा, सिधैँ स्वास्थ्य संस्थामा नगईकन, योक्काइची सार्वजनिक स्वास्थ्य केन्द्र (059-352-0594) मा फोन सम्पर्क गरी परामर्श लिनुहोस् र कृपया त्यहाँबाट दिइएको निर्देशनको पालना गर्नुहोस्।

साथै, स्वास्थ्य केन्द्रबाट परामर्श लिँदा, दोभासे आवश्यक भएको खण्डमा, मिए विदेशी नागरिक परामर्श सहायता केन्द्र (MieCo) मा फोन (080-3300-8077) गर्नुहोस्। सोमबार~शुक्रबार, बिहानको 9 बजेदेखि बेलुकाको 5 बजेसम्म सेवा उपलब्ध हुनेछ।

発熱や咳など症状があり、新型コロナウイルスの感染が疑われる方は、直接医療機関を受診せず、四日市市保健所 (059-352-0594) に電話で相談し、その指示に従うようお願いいたします。

なお、保健所に相談するにあたり通訳が必要な場合は、みえ外国人相談サポートセンター (MieCo) に電話 (080-3300-8077) してください。対応時間は月曜日~金曜日、午前 9 時から午後 5 時までです。

### 【सम्पर्क (問い合わせ先)】

योक्काइची सार्वजनिक स्वास्थ्य केन्द्र, स्वास्थ्य तथा रोग रोकथाम शाखा

四日市市保健所 保健予防課

TEL : 059-352-0594