

感染症への対応

2020 年には新型コロナウイルス（COVID-19）感染症が世界規模で拡大し、日本でも多くの感染者が出ました。この結果、世界中で社会的、経済的に極めて大きな影響が発生しました。

日本に入国する時の対応に関しては、各国の大使館や法務省・出入国在留管理庁、厚生労働省等のホームページで最新の情報を確認してください。

万が一、発熱や咳、味覚・嗅覚の異常など、新型コロナウイルスへの感染が疑われる症状が出たときには、慎重な対応が必要です。自分で判断をしないで、必ず、生活指導員や支援担当者に相談してください。

一般的な感染症対策としては、訪問先や外出から戻ったときなどの手指消毒や手洗い、こまめなうがいなどが有効とされています。また、風邪やインフルエンザが流行する時期（秋から冬）に限らず、新型コロナウイルスへの感染拡大を予防するためにも、マスクを着用してソーシャルディスタンスを確保し、集団感染防止のためにも“3密（密閉・密集・密接）”を避けましょう。このような感染予防の習慣を身につけることにより、健やかな毎日を過ごせるよう心掛けることが大切です。

វិធានការចម្រោះជំងឺឆ្លង

នៅឆ្នាំ2020 ជំងឺឆ្លងវីរុសកូរ៉ូណាប្រភេទថ្មី (កូវីដ-19) បានរីករាលដាលពាសពេញពិភពលោក ហើយក៏មានមនុស្សជាច្រើននៅក្នុងប្រទេសជប៉ុនបានឆ្លងជំងឺនេះផងដែរ។ ជំងឺរាតត្បាតនេះបានផ្តល់ផលប៉ះពាល់យ៉ាងធំធេងទៅលើសង្គមនិងសេដ្ឋកិច្ចទូទាំងពិភពលោក។

សម្រាប់ព័ត៌មានថ្មីៗចុងក្រោយទាក់ទងនឹងវិធានការដែលលោកអ្នកត្រូវអនុវត្តនៅពេលចូលក្នុងប្រទេសជប៉ុន សូមលោកអ្នកពិនិត្យមើលនៅលើគេហទំព័ររបស់ស្ថានទូតនៃប្រទេសរបស់លោកអ្នកប្រចាំនៅប្រទេសជប៉ុន ក៏ដូចជា គេហទំព័ររបស់ក្រសួងយុត្តិធម៌ ឬ អគ្គនាយកដ្ឋានអន្តោប្រវេសន៍ ឬ ក្រសួងសុខាភិបាល ការងារនិងសុខុមាលភាព របស់ប្រទេសជប៉ុន។

ប្រសិនបើអ្នកកើតមានរោគសញ្ញាដូចជា ក្តៅខ្លួន ក្អក លែងដឹងរសជាតិឬក្លិន ឬ មានរោគសញ្ញាផ្សេងៗទៀតនៃជំងឺឆ្លង កូវីដ-19 អ្នកចាំបាច់ត្រូវចាត់វិធានការបង្ការឲ្យបានហ្មត់ចត់ ។ អ្នកមិនត្រូវល្បាយម៉ោះស្រាយស្ថានភាពនោះដោយខ្លួនឯងនោះទេ។ អ្នកដាច់ខាតត្រូវពិគ្រោះជាមួយភ្នាក់ងារផ្តល់ជំនួយទាក់ទងនឹងការរស់នៅ ឬ ជាមួយបុគ្គលិកផ្នែកជំនួយគាំទ្រ។

វិធានការទូទៅនៅក្នុងការបង្ការការកើតជំងឺឆ្លង រួមមាន ការលាងដៃជាញឹកញាប់ ការប្រើអាវកុលសម្លាប់មេរោគនៅដៃ និង ការខ្ទុះមាត់ នៅពេលលោកអ្នកត្រឡប់ទៅដល់ផ្ទះ បន្ទាប់ពីបានទៅជួបអ្នកដទៃឬស្ថិតនៅក្នុងទីសាធារណៈ។ ដើម្បីបង្ការកុំឲ្យជំងឺ កូវីដ-19 កាន់តែរីករាលដាល អ្នកត្រូវពាក់ម៉ាស់ រក្សាគម្លាតសុវត្ថិភាព និង ចៀសវាងការជិតស្និទ្ធទូទាំង១ (ទីកន្លែងដែលមានមនុស្សច្រើន ការជួបជុំដែលត្រូវប៉ះពាល់ជិតស្និទ្ធ និង ទីកន្លែងដែលហុមព័ទ្ធជាមួយជិត) ជានិច្ច គឺមិនត្រឹមតែនៅក្នុងអំឡុងពេលនៃរដូវដែលងាយឆ្លងជំងឺផ្តាសាយធម្មតាឬជំងឺផ្តាសាយធំ ដូចជា រដូវស្លឹកឈើជ្រុះនិងរដូវវង្សាប៉ុណ្ណោះទេ។ វាមានសារៈសំខាន់ណាស់ដែលលោកអ្នកត្រូវថែរក្សាសុខភាពរបស់លោកអ្នកឲ្យស្ថិតនៅល្អប្រសើរជានិច្ច តាមរយៈការរក្សាទម្លាប់នៅក្នុងការបង្ការជំងឺឆ្លងទាំងនេះ។