

कोभिड-१९ बाट जोगिन ध्यान दिनुपर्ने कुराहरू

१. सामाजिक दूरी कायम गर्ने।
२. बाहिर निस्कँदा, अन्य व्यक्तिसँग कुराकानी गर्दा अनिवार्य रूपमा मास्कको प्रयोग गर्ने।
३. पटक पटक हात धुने।
४. ह्यान्ड स्यानिटाइजरको प्रयोग गर्ने।
५. बन्द ठाउँ, भीडभाड तथा अरु व्यक्तिहरूसँगको निकट सम्पर्कबाट टाढा रहने।
६. अनावश्यक हिंडुल तथा घुमघाम नगर्ने।
७. महत्वपूर्ण अवसरहरूमा पनि सानो संख्यामा भेला हुने। संभव भएसम्म चाडपर्वहरू आफ्नो परिवारमा मात्र मनाउने।
८. एक भन्दा बढी व्यक्तिले एउटै प्लेटबाट खाना खाने तथा एउटै बोटलबाट पेय पदार्थ पिउने काम नगर्ने।
९. कोभिड-१९ को नियन्त्रण तथा रोकथामका लागि जापान सरकारले जारी गरेको स्वास्थ्य सम्बन्धी मापदण्डको पूर्ण रूपमा पालना गर्ने/गराउने।
१०. अभिवादन गर्दा हात मिलाउने वा अंकमाल गर्ने जस्ता काम नगर्ने।
११. ठूलो आवाज निकालेर गफ नगर्ने।
१२. आफू बस्ने/काम गर्ने कोठाभित्र हावाको पर्याप्त सञ्चार हुने कुराको सुनिश्चितता गर्ने।