

## Gửi đến người dân tỉnh

Ngày 5 tháng 8, những khu vực và thời gian nên thực hiện biện pháp trọng điểm phòng ngừa lan rộng bệnh truyền nhiễm và biện pháp tình trạng khẩn cấp đã được thay đổi. Cùng với đó, những phương châm ứng phó cơ bản của đối sách phòng ngừa truyền nhiễm virus corona chủng loại mới cũng được sửa đổi. Dựa vào những đối sách của tỉnh Shimane, chúng tôi đề nghị người dân thực hiện các điều sau đây.

Thời gian thực hiện được quy định đến hết ngày 31 tháng 8 năm 2021.

(Về việc di chuyển đến các tỉnh thành trên cả nước)

1. Vui lòng hạn chế di chuyển đến tỉnh Okinawa, Thủ phủ Osaka, tỉnh Kanagawa, Thủ đô Tokyo, tỉnh Chiba và tỉnh Saitama. Đây là những khu vực cần thực hiện biện pháp tình trạng khẩn cấp

Vui lòng hạn chế đi lại đối với các khu vực đang thực hiện biện pháp trọng điểm phòng ngừa lan rộng bệnh truyền nhiễm như tỉnh Kumamoto, tỉnh Fukuoka, tỉnh Hyogo, Thủ phủ Kyoto, tỉnh Shiga, tỉnh Aichi, tỉnh Shizuoka, tỉnh Ishikawa, tỉnh Gunma, tỉnh Tochigi, tỉnh Ibaraki, tỉnh Fukushima và Hokkaido.

Ngoài ra vui lòng cân nhắc, hạn chế và hết sức chú ý khi đi đến khu vực, tỉnh thành đang yêu cầu người dân hạn chế ra ngoài khi không cần thiết và hạn chế di chuyển đến các vùng vượt quá ranh giới của tỉnh mình đang sống như tỉnh Miyazaki, tỉnh Nagasaki, tỉnh Tottori, tỉnh Toyama, tỉnh Miyagi và tỉnh Iwate. Đặc biệt, khi cơ thể có biểu hiện phát sốt, xin vui lòng hạn chế đi lại.

Tuy nhiên trong trường hợp bắt buộc phải đi lại với mục đích như : tham gia lễ thành nhân của bản thân, điều dưỡng, chăm sóc bệnh nhân, ma chay, cầu siêu , dự thi, hoạt động xin việc làm, công việc, mà không có biểu hiện phát sốt thì không cần phải hạn chế.

(Về việc thực hiện triệt để các đối sách phòng chống bệnh truyền nhiễm cơ bản)

2. Để phòng ngừa lây nhiễm tại gia đình và nơi làm việc, vui lòng chú ý 「5 Bối cảnh làm tăng nguy cơ lây nhiễm cao (Tiệc tùng kèm rượu bia, tụ tập ăn uống đông người trong thời gian dài, trò chuyện mà không đeo khẩu trang, sinh hoạt chung trong không gian hẹp, thay đổi từ địa điểm này sang địa điểm khác)」 , đề nghị mọi người tiếp tục thực hiện các đối sách phòng chống lây nhiễm cơ bản như :

- Tránh 「3 tình huống có “mật”」
- 「Giữ khoảng cách với người xung quanh」
- 「Đeo khẩu trang」
- 「Vệ sinh các ngón tay, mu và lòng bàn tay」

Ngoài ra những gia đình có người thân đang làm việc xa nhà tại tỉnh ngoài khi quay trở về Shimane xin vui lòng thực hiện triệt để các đối sách phòng ngừa truyền nhiễm sau :

- (1) Khi nói chuyện trong gia đình xin vui lòng đeo khẩu trang
- (2) Khử trùng các bộ phận mà tay thường chạm vào như công tắc điện, tay cầm cửa
- (3) Thường xuyên rửa tay bằng xà phòng và khử trùng lại bằng cồn
- (4) Thường xuyên mở cửa sổ để thay đổi nguồn không khí trong phòng
- (5) Chia phòng ngủ riêng biệt
- (6) Không sử dụng chung cốc, khăn lau mặt tại bồn rửa mặt
- (7) Không sử dụng chung đũa, chén bát và đĩa đựng đồ ăn

(Về việc quản lí sức khỏe tại nơi làm việc và tại nhà)

3. Đối với người dân tỉnh, không chủ quan kể cả khi đã tiêm phòng vacxin. Cố gắng thực hiện triệt để các đối sách phòng chống lây nhiễm như : Thường xuyên rửa tay và đeo khẩu trang.

Chúng tôi mong mọi người nghỉ làm, nghỉ học và không cố gắng quá sức nếu cơ thể có biểu hiện bệnh như ốm hoặc sốt. Đầu tiên hạn chế ra ngoài, sau đó liên hệ đến 「Trung tâm, tổng đài tư vấn sức khỏe」 hoặc bác sĩ cố định mà bản thân thường xuyên đi khám bệnh và nhanh chóng khám bệnh tại Cơ quan y tế.

Cùng với đó tại các nơi làm việc nếu nhân viên không được khỏe nhanh chóng hướng dẫn họ đến các Cơ quan y tế và thường xuyên theo dõi tình hình sức khỏe của nhân viên đó.

(Về việc ăn uống tại các cửa hàng)

4. Về việc ăn uống tại các cửa hàng, đề nghị người dân thực hiện triệt để các đối sách phòng ngừa lây lan bệnh truyền nhiễm tại các cửa hàng, chúng tôi cũng đề nghị người dân phải chú ý các điều dưới đây khi ăn uống tại các cửa hàng đó

(1) Hạn chế [ăn uống cùng với người ngoài tỉnh] kể cả khi không sử dụng các đồ uống có cồn dù trong tỉnh Shimane hay ngoài tỉnh Shimane

(2) Hiện tại số lượng người có thể ăn uống tại các cửa hàng là 12 người. Mặt khác, những người đã ăn uống cùng với người ngoài tỉnh, đã trọ lại ở nhà của người ngoài tỉnh, những người có người thân trong gia đình ở tỉnh ngoài trọ lại nhà của mình vui lòng hạn chế tham gia các buổi tiệc trong vòng 2 tuần

(3) Tổng thời gian ăn uống tại tất cả các cửa hàng được quy định tối đa là 2 tiếng

(4) Về việc 「ăn uống tại các cửa hàng có dịch vụ tiếp khách」, tiếp tục :

- ① Hạn chế ăn uống tại tỉnh ngoài
- ② Hạn chế ăn uống cùng với người ngoài tỉnh, bất kể ở trong tỉnh Shimane

(5) Tại các cửa hàng, quán có thiết bị Karaoke chúng tôi mong mọi người thực hiện triệt để các đối sách phòng chống lây nhiễm khi ca hát như : Đeo khẩu trang, khử trùng Remote (đồ điều khiển) và giữ khoảng cách với người xung quanh.

Tuy nhiên, trong trường hợp đi lại với những nhu cầu như là đi làm, mua sắm, mà những nơi đó thuộc một phần phạm vi sinh hoạt của tỉnh Yamaguchi, Hiroshima, Tottori, thì vẫn có thể được đối đãi giống với tỉnh Shimane.

(Về việc thực hiện thay đổi nguồn không khí trong phòng vào mùa đông)

5. Với quan điểm phòng ngừa virus corona lan rộng. Mong người dân duy trì thực hiện việc thay đổi không khí (độ ẩm, nhiệt độ) trong phòng một cách thích hợp.

(Về việc sử dụng ứng dụng nhận diện người nhiễm virus corona)

6. Để phòng ngừa lan rộng bệnh truyền nhiễm, đề nghị mọi người tích cực cài đặt, sử dụng ứng dụng nhận diện người nhiễm virus corona (COCOA), do Bộ Y tế, Lao động và Phúc Lợi cung cấp.

(Về việc cố gắng cắt giảm nồng độ tiếp xúc tại nơi làm việc)

7. Cố gắng cắt giảm nồng độ tiếp xúc với những người tại nơi làm việc như : Khuyến khích nhân viên đi làm bằng xe đạp, tránh đi làm vào giờ cao điểm, làm việc tại nhà (Telework).

(Về việc phòng ngừa phân biệt đối xử, vu khống)

8. Thận trọng với những lời đồn, vu khống được đăng tải trên mạng xã hội đối với những người đã nhiễm virus corona và những người liên quan.

Chúng tôi mong mọi người bình tĩnh hành động và tôn trọng nhân quyền, cố gắng tiếp thu thông tin từ các cơ quan từ nhà nước như chính quyền địa phương, tỉnh cung cấp.

Tại tỉnh Shimane cũng vậy, đến thời điểm hiện tại trong tất cả các cửa hàng phát sinh người nhiễm virus corona, những cửa hàng liên quan và những cửa hàng có số lượng khách sử dụng bất ổn định. Nếu phát sinh người nhiễm virus corona, sau khi nhận được sự đồng ý từ các cửa hàng đó, cho phép chúng tôi công bố danh sách các cửa hàng có người nhiễm virus corona, kêu gọi những người có nguy cơ nhiễm virus corona thực hiện xét nghiệm PCR và xét nghiệm PCR trên diện rộng. Chúng tôi tin rằng những việc làm

như vậy đang giúp tỉnh Shimane hạn chế được số lượng người nhiễm virus corona.

Đối với những cửa hàng kinh doanh, chúng tôi mong mọi người lường trước về việc nếu công bố tên của cửa hàng có thể sẽ bị giảm doanh thu và nhận nhiều lời vu khống. Tuy nhiên để phòng ngừa người dân tỉnh bị lây lan bệnh truyền nhiễm, chúng tôi hi vọng mọi người hiểu rõ và hiệp lực.

Đối với những cửa hàng đã có người nhiễm virus corona, chúng tôi đề nghị mọi người không vu khống và có những lời nói, hành động quá khích. Những hành động như vậy ít nhiều cũng sẽ làm cho tình hình truyền nhiễm ngày càng trở nên phức tạp hơn. Mong mọi người hiểu rõ.

(Về việc quay về quê trong kì nghỉ dài)

9. Vào ngày 4/8 chúng tôi đã đề nghị những người dân tỉnh Shimane và người dân tỉnh Shimane đang sinh sống ở các tỉnh khác hạn chế quay về Shimane, về quê cũng như đi du lịch ở các tỉnh khác. Tình hình truyền nhiễm hiện tại đang diễn biến hết sức phức tạp trên khắp cả nước, chính vì thế chúng tôi mong mọi người thông cảm và hiệp lực.

Chúng tôi sẽ theo dõi tình hình truyền nhiễm trên khắp cả nước, tiếp tục hợp tác chặt chẽ với các Cơ quan y tế, chính quyền địa phương các tỉnh thành trên khắp cả nước và Chính phủ quốc gia nhằm ngăn chặn sự lây lan của dịch bệnh, duy trì thể chế cung cấp y tế và hướng đến khôi phục nền kinh tế của các khu vực đã bị ảnh hưởng. Chúng tôi sẽ làm hết sức mình để tình hình trở nên tốt hơn. Kính mong người dân toàn tỉnh thông cảm và hiệp lực.

Ngày 6 tháng 8 năm 2021

Tỉnh trưởng tỉnh Shimane      Maruyama Tatsuya