

~ขอความร่วมมือเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่~  
ขอความร่วมมือจากผู้เข้ารับการอบรมทุกท่าน  
โปรดช่วยกันปฏิบัติตามข้อกำหนดด้านล่างในขณะเข้าร่วมการอบรม

#### 1. วัดอุณหภูมิร่างกาย

ในวันอบรม กรุณาวัดอุณหภูมิร่างกายก่อนออกจากบ้าน ในกรณีที่มือใช้สูงเกิน 37.5 °C ขอให้พักอยู่ที่บ้าน  
อีกทั้ง แม้อุณหภูมิร่างกายต่ำกว่า 37.5 °C หากมีอาการไอ เป็นหวัด ฯลฯ ขอให้ท่านพักอยู่ที่บ้าน

#### 2. ล้างมือ • บ้วนปาก

เมื่อท่านมาถึงสถานที่อบรม ขอให้ท่านล้างมือด้วยสบู่และบ้วนปากให้สะอาด  
ในกรณีที่ไม่สามารถล้างมือด้วยสบู่ สามารถใช้แอลกอฮอล์เจลทำความสะอาด (เอทานอลเข้มข้นระหว่าง 70-95%)  
แทนได้

#### 3. สวมหน้ากากอนามัย

เตรียมหน้ากากอนามัยก่อนออกจากบ้านและสวมใส่อยู่เสมอ  
ในระหว่างที่สวมใส่หน้ากาก เพื่อป้องกันโรคโควิด-19 ขอให้หมั่นเติมน้ำให้เพียงพอต่อร่างกายเสมอ

#### 4. ไอ จามอย่างระมัดระวัง

เมื่อรู้สึกอยากไอหรือจาม โปรดสวมหน้ากากอนามัย หรือใช้กระดาษทิชชู, ผ้าเช็ดหน้า, แขนเสื้อ,  
ข้อพับด้านในข้อศอก ฯลฯ ในการปิดจมูกและปากระหว่างไอหรือจาม

#### 5. เว้นระยะห่างทางสังคม

เว้นระยะห่างทางสังคมอย่างเหมาะสม ลดการสนทนากับผู้คนรอบข้างในช่วงเวลาพัก

เจ้าหน้าที่ JICE เองก็ปฏิบัติตามข้อกำหนดด้านบนเช่นกัน  
ครูผู้สอนภาษาญี่ปุ่นจะสวมเฟซชีลด์แทนหน้ากากอนามัยในระหว่างทำการสอน

ท่านสามารถตรวจสอบรายละเอียดเพิ่มเติมได้ที่เว็บไซต์กระทรวงสาธารณสุข แรงงานและสวัสดิการ

- ข้อมูลเกี่ยวกับโรคระบาดจากการติดเชื้อไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่ (หลายภาษา)

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou\\_roudou/koyou/jigyounushi/page11\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/koyou_roudou/koyou/jigyounushi/page11_00001.html)

- Q & A on Coronavirus Disease (English site)

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/dengue\\_fever\\_qa\\_00014.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00014.html)