



Xin hãy hợp tác thực hiện các biện pháp phòng tránh lây nhiễm

Điểm mấu chốt trong Biện pháp phòng tránh lây nhiễm, trong đó bao gồm cả dịch do virus Corona chủng mới gây nên, về cơ bản là "Rửa tay" và "Phép lịch sự khi ho, bao gồm cả việc đeo khẩu trang".

1. Rửa tay

Rửa tay đúng cách

Trước khi rửa

- Cắt móng tay thật gọn gàng
- Tháo đồng hồ hoặc nhẫn



1 Làm ướt tay dưới vòi nước, chà xà phòng, kì cọ lòng bàn tay.



2 Vuốt và kì cọ mu bàn tay.



3 Kì cọ cẩn thận phần kẽ giữa móng tay và đầu ngón tay.



4 Rửa kẽ giữa các ngón tay.



5 Rửa bằng cách dùng lòng bàn tay xoay nhẹ ngón tay cái của tay kia.



6 Không quên rửa cổ tay.

Sau khi rửa sạch bằng xà phòng, hãy xả thật sạch bằng nước, rồi dùng khăn tay hoặc khăn giấy sạch để lau khô.

2. Phép lịch sự khi ho

Thực hiện ở những nơi đông người như trên tàu, nơi làm việc, trường học...

3 phép lịch sự khi ho



Không che chắn gì khi ho, hắt xì

Dùng tay để che khi ho, hắt xì



Đeo khẩu trang (che mũi, miệng)

Dùng khăn giấy tissue, khăn tay để che mũi, miệng

Dùng khuỷu tay áo để che mũi, miệng

Đeo khẩu trang đúng cách



1 Che kín cả mũi và miệng

2 Đeo phần dây lên tai

3 Đảm bảo che kín sống mũi và không bị hở

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan

厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare



MHLW COVID-19

Tìm kiếm