တည်းခိုနေထိုင်ကုသမှုခံယူရမည့်ပံ့ပိုးမှုအဆောက်အဦအား အသုံးပြုချိန်တွင် သတိပြုရမည့်အချက်များ

တည်းခိုနေထိုင်နေစဥ်အတွင်း ဘေးကင်းလုံခြုံသောဆေးကုသမှုဖြစ်ရန်အတွက် အဆောက်အဦမှဝန်ထမ်းများ၏ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း လိုက်နာနေထိုင်ပါ။

① ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုစနစ် "LAVITA" ကိုအသုံးပြု၍ ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးမှုကိုပြုလုပ်ပါမည်။ လက်ကမ်းစာစောင် "နေ့စဥ်ကျန်းမာရေးစစ်ဆေးခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍" တွင်အသုံးပြုနည်းကို စစ်ဆေးပြီး၊ 1 ရက်လျှင် 3 ကြိမ် (8:30/12:30/18:30အထိ) ကျန်းမာရေးအခြေအနေကို ထည့်သွင်းပေးပါရန် မေတ္တာရပ်ခံအပ်ပါသည်။

② ပံ့ပိုးမှုအဆောက်အဦအတွင်းရှိ သီးသန့်ခန်း (ရေချိုးခန်း၊ အိမ်သာပါရှိသော) တွင် နေထိုင်စေပါမည်။ ပံ့ပိုးမှုနေထိုင်နေစဥ်အတွင်း အခန်းမှ ထွက်ခွာ၍ မရပါ။

③ ပံ့ပိုးမှုအဆောက်အဦအတွင်းတွင် အခြားနေထိုင်သူများလည်း ကုသမှုခံယူနေသည့်အတွက်ကြောင့် ဆူညံခြင်းကဲ့သို့သော နေထိုင်မှုကို အနှောင့်အယှက်ဖြစ်စေမည့် အပြုအမူများကို ရှောင်ကြဥ်ပါ။

④ ပံ့ပိုးမှုအဆောက်အဦထဲတွင် အရက်သောက်ခြင်း၊ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း ကိုတားမြစ်ထားပါသည်။

⑤ ပံ့ပိုးမှုအဆောက်အဦအတွင်း၏ ပုံသဏ္ဍာန်ကို SNS ပေါ်တွင် တင်ခြင်း သည်းခံပါ။

⑥ ပံ့ပိုးမှုအဆောက်အဦ အသုံးပြုစရိတ်မှာ အခြေခံအားဖြင့် မရှိပါ။ သို့သော် ပံ့ပိုးမှုအဆောက်အဦတွင် ပျက်စီးမှုများမြင်တွေ့ပါက ပံ့ပိုးမှုအဆောက်အဦမှ ပြုပြင်စရိတ်ကို ကောက်ခံပါမည်။

⑦ ပြင်ပနှင့်ဆက်သွယ်မှုကို သင်ယူဆောင်လာခဲ့သည့် လက်ကိုင်ဖုန်းဖြင့် ပြုလုပ်ပါ။ အခန်းအတွင်းမှ ဖုန်းဖြင့် ပြင်ပသို့ဆက်သွယ်၍မရနိုင်ပါ။

⑧ အစားအသောက်များကို မနက် 8 နာရီ၊ နေ့လည် 12 နာရီမှ 12 နာရီ မိနစ် 30၊ ည 18 နာရီ (ခန့်မှန်း) တွင် ထမင်းဘူးဖြင့် ကျွေးမွေးပါမည်။ ဝေငှမှုပြီးဆုံးကြောင်း ကြေငြာပေးမည်ဖြစ်သောကြောင့် ထိုအချိန်မတိုင်ခင်အထိ တံခါးကိုမဖွင့်ပါနှင့်။

⑨ အရေးပေါ်အခြေအနေများအတွက် မည်သူဖြစ်ကြောင်းခွဲခြားရန်သုံးလက်ပတ်ကို ဝေထားပါသည်။ ပံ့ပိုးမှုအဆောက်အဦအတွင်းတွင် လက်ပတ်ကိုပတ်၍ နေထိုင်ပါ။

⑩ မိသားစုများ၊ အသိမိတ်ဆွေများမှ ပေးပို့နိုင်သော်လည်း တိုက်ရိုက်လက်ခံ၍မရသောကြောင့် အိမ်အရောက်ပို့ဝန်ဆောင်မှုကို အသုံးပြုပါ။

⑪ အအေးပေးရန်လိုအပ်သော (အေးခဲ) ပစ္စည်းများ၊ အိမ်အရောက်ငွေပေးချေမှု၊ အချိန်သတ်မှတ်ထားခြင်း၊ အဖျော်ယမကာများပေးပို့ခြင်းကို လက်မခံပေးပါ။

⑫ အခန်းတွင်းရှိ အမှိုက်များကို အမှိုက်အိတ်ထဲတွင် ထည့်၍ အောက်ပါဇယားတွင် ○ ဝိုင်းထားသည့်နေ့များ၏ မနက်စာလက်ခံချိန်တွင် အခန်းအပြင်သို့ ထုတ်ထားပါ။ သောက်ရေဘူးများ၏ ရေအကျန်များကို ဘေစင်တွင် မပျက်မကွက် သွန်ပြီး ညစ်ချေ၍ အမှိုက်အဖြစ်စွန့်ပစ်ပါ။

နေ့များ	တနင်္လာနေ့	အင်္ဂါနေ့	ဗုဒ္ဓဟူးနေ့	ကြာသပတေးနေ့	သောကြာနေ့	စနေနေ့	တနင်္ဂနွေနေ့
အမှိုက်ကောက်ခံ သိမ်းဆည်းခြင်း	○	×	○	×	○	×	○

⑬ အောက်ပါ ထွက်ခွာစံချိန်စံညွှန်းများနှင့်ကိုက်ညီသည့်နေ့တွင် ပံ့ပိုးမှုအဆောက်အဦမှထွက်ခွာစေပါမည်။

<ထွက်ခွာရန်စံချိန်စံညွှန်းများ>

(1) ရောဂါလက္ခဏာရှိသူများဖြစ်ပါက

・ရောဂါလက္ခဏာပေါ်သည့်နေ့မှစ၍ 10 ရက်ကြာကျော်လွန်သွားပြီး ရောဂါလက္ခဏာပြန်လည်ကောင်းမွန်လာခြင်း *1 နောက်ထပ် 72 နာရီကြာနေထိုင်ပြီးပါက

(2) ရောဂါလက္ခဏာမပြသောရောဂါပိုးသယ်ဆောင်သူများဖြစ်ပါက

・တံတွေးနမူနာစုဆောင်းသည့်ရက် *2 မှ 7 ရက်ကြာကျော်လွန်သွားပါက

*1 အဖျားပျောက်ဆေးမသောက်သုံးဘဲ အဖျားပျောက်သွားပြီး၊ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာရောဂါလက္ခဏာများ သက်သာလာသည့်အလားအလာရှိခြင်းကို ရည်ညွှန်းပါသည်။

*2 Positive အတည်ပြုချက်နှင့်ဆက်စပ်သည့် တံတွေးနမူနာစုဆောင်းသည့်ရက်အဖြစ်သတ်မှတ်မည်။

⑭ အိမ်သို့ လမ်းလျှောက်သွား၍မရသည့်အတွက်ကြောင့် သင့်မိသားစုမှ လာကြိုခြင်း သို့မဟုတ် ပံ့ပိုးမှုအဆောက်အဦဘတ်စ်ကားဖြင့် ပြန်ပါ။ အဆောက်အဦမှ မထွက်ခွာမီ 3 ရက်ခန့်အလိုတွင် ရုံးမှ အိမ်ပြန်မည့်နည်းလမ်းကို မေးမြန်းပါမည်။

⑮ တည်းခိုနေထိုင်ကုသမှုခံယူခဲ့ကြောင်းလက်မှတ်ကို လိုအပ်သူများကို ထုတ်ပေးနိုင်ပါသည်။ ပံ့ပိုးမှုအဆောက်အဦမှ ထွက်ခွာပြီးနောက်တွင် အောက်ပါ URL လျှောက်လွှာတွင်ဖြည့်စွက်ပြီး၊ လျှောက်လွှာကောင်တာသို့ ပေးပို့ပါ။

URL: https://www.pref.gifu.lg.jp/page/135725.html

နေထိုင်နေစဉ်အတွင်း နားမလည်သည့်အရာများ၊ စိတ်ပူပန်မှုများရှိပါက အောက်ပါနံပါတ်များမှ ဆက်သွယ်မေးမြန်းပါ။

● ကျန်းမာရေးအခြေအနေနှင့်ပတ်သက်သည့်အကြောင်းအရာများ။ သူနာပြုအခန်း လိုင်းခွဲ 5210

● အခြားအကြောင်းအရာများ။ ရုံးခန်း လိုင်းခွဲ 5220

*လက်ခံချိန်သည် 7 နာရီမှ 21 နာရီအထိဖြစ်ပါသည်။ ခန္ဓာကိုယ်နေထိုင်မကောင်းခြင်းနှင့်

အရေးပေါ်အခြေအနေများဖြစ်ပါက အချိန်မရွေးဆက်သွယ်ပါ။