আরোগ্য লাভের জন্য আবাসন সুবিধা ব্যবহার করার সময় সতর্কতা অবলম্বনের বিষয়

**অবস্থানকালীন সময়ে নিরাপদ চিকিৎসার জন্য অনুগ্রহ করে আবাসন সুবিধার কর্মীদের নির্দেশ অনুযায়ী জীবনযাপন করুন**

1. স্বাস্থ্য পরীক্ষার পদ্ধতি "LAVITA" ব্যবহার করে স্বাস্থ্য পরীক্ষা করা হয়। লিফলেট "প্রতিদিনের স্বাস্থ্য পরীক্ষা সম্পর্কে" এর ব্যবহারের পদ্ধতি পরীক্ষা করে, দিনে 3 বার প্রতি বেলার খাবারের পরে (8:30 / 12:30 / 18:30 পর্যন্ত) স্বাস্থ্যের অবস্থা সম্পর্কে লিখুন।
2. আবাসন সুবিধার মধ্যে একটি ব্যক্তিগত রুমে (বাথরুম এবং টয়লেট সহ) বসবাস করবেন।

অবস্থানকালীন সময়ে রুম ছেড়ে বাইরে যেতে পারবেন না।

1. আবাসন সুবিধার মধ্যে আরোগ্য লাভের জন্য অন্যান্য বসবাসকারীও রয়েছেন বিধায়, শোরগোল ইত্যাদির মতো অন্যের জীবনে হস্তক্ষেপকারী কর্মকাণ্ড থেকে দয়া করে বিরত থাকুন।
2. আবাসন সুবিধার মধ্যে মদপান বা ধূমপান নিষিদ্ধ।
3. অনুগ্রহ করে আবাসন সুবিধার ভিতরের পরিস্থিতি SNS-এ পোস্ট করা থেকে বিরত থাকুন।
4. মূলত আবাসন সুবিধা ব্যবহার করার জন্য কোন ব্যয়ভার বহন করতে হয় না। তবে সুবিধার কোনো কিছুর ক্ষতি করা হলে, সুবিধার পক্ষ থেকে মেরামত খরচের জন্য বিল প্রদানের অনুরোধ করা হতে পারে।
5. বাইরের সাথে যোগাযোগ করার জন্য সাথে করে আনা মোবাইল ফোনটি ব্যবহার করুন। রুমের টেলিফোনে দিয়ে বাইরের সাথে যোগাযোগ করা সম্ভব নয়।
6. সকাল 8:00 টা, দুপুর 12:00 থেকে 12:30, এবং রাত 18:00 টায় (সময়সূচী) লাঞ্চ বক্সে খাবার পরিবেশন করা হবে। খাদ্যাদি পরিবেশনের সমাপ্তির ঘোষণা প্রদান করা হবে বিধায়, অনুগ্রহ করে ততক্ষণ পর্যন্ত দরজা খুলবেন না।
7. জরুরী অবস্থার জন্য শনাক্তকরণের জন্য রিস্টব্যান্ড বিতরণ করা হয়। অনুগ্রহ করে আবাসন সুবিধার মধ্যে রিস্টব্যান্ডটি পরিধান করুন।
8. পরিবার বা পরিচিতদের থেকে কোন কিছু গ্রহণ করা সম্ভব হলেও, সরাসরি গ্রহণ করা যায় না বিধায় অনুগ্রহ করে হোম ডেলিভারি ব্যবহার করুন।
9. ফ্রিজে রাখার (হিমায়িত করা) জন্য প্যাকেজ, ক্যাশ অন ডেলিভারি, সরবরাহ বা ডেলিভারি করার সময় নির্দিষ্ট করা এবং খাদ্য ও পানীয় গ্রহণ করা হয় না।
10. অনুগ্রহ করে ঘরের আবর্জনা একটি আবর্জনার ব্যাগে রেখে, নীচের সারণীর বৃত্ত দিয়ে চিহ্নিত দিনে সকালের নাস্তা গ্রহণ করার সময় ঘরের বাইরে রাখুন৷ প্লাস্টিকের বোতলের অবশিষ্ট পানীয় বেসিনে ফেলে দেয়ার পর বোতল পিষে আবর্জনা হিসাবে বাইরে রাখুন৷

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| সপ্তাহের দিন | সোমবার | মঙ্গলবার | বুধবার | বৃহস্পতিবার | শুক্রবার | শনিবার | রবিবার |
| আবর্জনা সংগ্রহ | 〇 | × | 〇 | × | 〇 | × | 〇 |

1. নিচের স্থান ত্যাগের মানদণ্ড পূরণ করা হলে আপনি স্থান ত্যাগ করতে পারবেন।

＜স্থান ত্যাগের মানদণ্ড＞

(1) লক্ষণযুক্ত ব্যক্তিদের জন্য

・ উপসর্গ শুরু হওয়ার পর থেকে 10 দিন অতিবাহিত হলে এবং উপসর্গ হালকা হওয়ার পরে \*1 72 ঘন্টা অতিবাহিত হলে

(2) উপসর্গবিহীন রোগ সৃষ্টিকারী জীবাণু বহনকারী ব্যক্তির জন্য

・ নমুনা সংগ্রহের তারিখ \* 2 থেকে 7 দিন অতিবাহিত হলে

\* 1 অ্যান্টিপাইরেটিক ব্যবহার না করে, জ্বর কমে গিয়ে শ্বাসযন্ত্রের লক্ষণ উন্নত হওয়ার ক্ষেত্রকে বুঝায়

\* 2 পজিটিভ হওয়া নিশ্চিতকরণ সম্পর্কিত নমুনা সংগ্রহের তারিখ।

1. পায়ে হেঁটে বাড়ি ফিরতে পারবেন না, বিধায় অনুগ্রহ করে পরিবারকে আসতে বলুন বা আবাসনের সুবিধার বাসে চড়ে বাসায় ফিরুন। স্থান ত্যাগের প্রায় 3 দিন আগে, অফিসে থেকে বাড়ি ফেরার মাধ্যম সম্পর্কে জিজ্ঞাসা করা হবে।
2. আবাসনের সুবিধায় আরোগ্য লাভ সম্পর্কে শংসাপত্রের প্রয়োজন হলে শংসাপত্র জারি করা যাবে। আবাসনের সুবিধাটি ছেড়ে যাওয়ার পরে, অনুগ্রহ করে নীচের URL-এ আবেদন ফর্মটি পূরণ করে অ্যাপ্লিকেশন কাউন্টারে ডাকের মাধ্যমে প্রেরণ করুন।

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

　অবস্থানকালীন সময়ে বুঝতে না পারা কোন বিষয় বা উদ্বেগ থাকলে, নীচের যোগাযোগের ঠিকানায় যোগাযোগ করুন।

　● স্বাস্থ্যের অবস্থা সম্পর্কিত বিষয় : নার্স রুম এক্সটেনশন 5210

　● আরো তথ্যের জন্য: অফিস এক্সটেনশন 5220

　\* অভ্যর্থনার সময় 7:00 টা থেকে 21:00 টা পর্যন্ত। অসুস্থ বোধ করলে বা জরুরি অবস্থার ক্ষেত্রে অনুগ্রহ করে আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন।