



## Biện pháp phòng, chống dịch COVID-19 Số ③

Chúng tôi thông báo về bệnh truyền nhiễm virus corona chủng mới. Hãy lưu ý cẩn thận về phòng ngừa lây nhiễm, và bình tĩnh hành động để không bị nhầm lẫn thông tin không chắc chắn.

\* Thông tin ngày 13/4. Về thông tin mới nhất, xin kiểm tra từ các phương pháp khác.

### 1. Ban hành tuyên bố tình hình khẩn cấp

Do sự lây nhiễm virus corona chủng mới, chính phủ Nhật đã ban hành tuyên bố tình hình khẩn cấp, và nó cũng bao gồm tỉnh Chiba. Không như việc phong tỏa thành phố của nước ngoài, ban hành này nhằm phòng, chống lây nhiễm qua 3 môi trường (Khép kín/Đông đúc/Gần gũi) trong khi duy trì các dịch vụ sinh hoạt cần thiết.

**Thời gian** Thứ ba, ngày 7 tháng 4 đến ngày 6 tháng 5 (ngày lễ)

#### (1) Hãy kiểm chế không đi ra ngoài

Để sự lây nhiễm đi đến kết thúc cần giảm cơ hội tiếp xúc ít nhất 70%, và 80% càng nhiều càng tốt. Hãy kiểm chế đi ra ngoài ban ngày ban đêm, trừ khi cần cho duy trì cuộc sống.



#### [Thí dụ về sự đi ra ngoài để duy trì sự sống]

- ① Mua nhu yếu phẩm như thức ăn v.v.
- ② Đi bệnh viện, phòng khám bệnh
- ③ Đi cơ sở phúc lợi xã hội cho người cao tuổi/khuyết tật
- ④ Tật thể dục nhóm ít người ngoài trời
- ⑤ Cần thiết đi đến nơi làm việc v.v.



#### (2) Yêu cầu đình chỉ, đóng cửa các cơ sở

Nhận được tuyên bố tình hình khẩn cấp Tỉnh yêu cầu đình chỉ sử dụng cơ sở và tổ chức sự kiện.

Xin vui lòng hợp tác để ngăn ngừa sự lây nhiễm dịch bệnh.

[Liên hệ]: Quầy tư vấn điện thoại của tỉnh ☎ 223-2674

#### [Cơ sở đối tượng]

- ① Đại học, Lớp học thi (hơn 1000 m<sup>2</sup>)
- ② Quán rượu, hộp đêm
- ③ Vũ trường, quán bar
- ④ Quán cà phê Internet/hoạt hình



- ⑤ Quán/Hộp karaoke
- ⑥ Câu lạc bộ/Phòng trình diễn âm nhạc
- ⑦ Phòng tập thể dục
- ⑧ Tiệm Pachinko
- ⑨ Nhà hát, rạp chiếu phim, v.v.



### (3) Tránh 3 môi trường có mật độ cao

Không gian kín, những nơi đông người, trò chuyện gần gũi, v.v. có nguy cơ lây nhiễm dịch bệnh cao hơn. Để ngăn chặn lây nhiễm nhóm, hãy tránh nơi có 3 môi trường này (Khép kín/Đông đúc/Gần gũi).

#### [Ví dụ về những nơi dễ phân cụm]

- ① Nơi giải trí như quán rượu, hộp đêm v.v.
- ② Câu lạc bộ/Phòng trình diễn âm nhạc
- ③ Phòng tập thể dục v.v.



## 2. Tình trạng mở/đóng cửa của các cơ sở thành phố

### (1) Đóng cửa các cơ sở thành phố

Các cơ sở như thư viện, hội trường công cộng v.v. đã bị đóng cửa, ngoại trừ những cơ sở cần thiết để duy trì sinh hoạt như toà thị chính, văn phòng phường, trung tâm y tế và phúc lợi, và trung tâm cư dân.

### (2) Nhà trẻ và phòng trẻ em v.v.

Vui lòng chăm trẻ tại nhà để ngăn ngừa sự lây nhiễm dịch bệnh (Kiểm chế đưa trẻ đến nhà/phòng trẻ).

\* Cơ sở điều dưỡng cho người già người khuyết tật triệt để thực hiện biện pháp phòng lây nhiễm, trên nguyên tắc tiếp tục dịch vụ. Để biết chi tiết, xin liên hệ với từng cơ sở điều dưỡng.



## 3. Rút ngắn thì giờ điều trị y tế khẩn cấp vào ban đêm

Với sự lây lan của COVID-19, để đảm bảo chức năng, bệnh viện sẽ rút ngắn thì giờ của việc điều trị y tế khẩn cấp vào ban đêm (trong bệnh viện Kaihin). Trong trường hợp bị bệnh đột ngột vào ban đêm, xin sử dụng \* Điện thoại tư vấn an tâm cấp cứu.

[Ngày thay đổi: Thứ hai, ngày 20 tháng 4]

### (1) Điều trị y tế khẩn cấp ban đêm ☎ 043-279-3131

Điều trị: Ngày thường = 19:00 đến 24:00 giờ

Thứ bảy, chủ nhật, ngày lễ = 18:00 đến 24:00 giờ



**(2) Điện thoại tư vấn an tâm cấp cứu (Dành cho Người lớn)**

# 7009 hoặc ☎03-6735-8305

Nhận Đt.: Thứ hai đến thứ bảy = 18:00 đến 6:00 sáng giờ ngày hôm sau

Chủ nhật, ngày lễ = 9:00 đến 6:00 giờ sáng ngày hôm sau

**(3) Điện thoại tư vấn Trẻ em bệnh đột ngột # 8000 hoặc ☎043-242-9939**

Nhận Điện thoại: 19:00 đến 6:00 sáng giờ ngày hôm sau (Hàng Ngày)

\* Sẽ tư vấn cách đối ứng khi bệnh đột ngột xảy ra ban đêm hoặc ngày lễ.

**4. Lưu ý về sự thiếu vận động!**

Nếu ở trong nhà trong một thời gian dài, bạn sẽ mất hoạt động thể chất, thể lực sẽ giảm dần và nguy cơ té ngã và gãy xương sẽ tăng lên. Hãy vận động từng chút mỗi ngày; tập thể dục trong nhà v.v.

**[Hãy thử tập thể dục tại nhà]**

Thể dục cho người lớn tuổi



Nhảy 100 năm



Trang chủ của thành phố cũng giới thiệu các môn thể dục tập ở nhà.  
Xem và tham khảo.



**5. Về biện pháp phòng chống tội phạm**

**(1) Cảnh giác với lừa lọc và luật thương mại độc hại!**

① Trường hợp giả định

- Mời mua khẩu trang và chất khử trùng đắt tiền.
- Giả mạo viên chức hành chính, điện thoại nói “bạn có trợ cấp, cần biết thông tin tài khoản ngân hàng”.

② Biện pháp đối phó

- Cúp điện thoại ngay lập tức, hoặc hủy e-mail.
- Nếu không phán quyết được, liên lạc với Trung tâm tiêu thụ sinh hoạt



[Tư vấn] Trung tâm tiêu thụ sinh hoạt ☎ 043-207-3000

9:00 đến 16:30 (trừ chủ nhật và ngày lễ)

**(2) Coi chừng kẻ tội phạm nhắm vào con trẻ khi bạn vắng nhà!**

Kẻ trộm giả làm người giao hàng, bảo trẻ em mở cửa và đột nhập vào nhà với mục đích

trộm cướp.

Biện pháp như dặn con trẻ không mở cửa khi có người đến gọi cửa, khi bạn về đến nhà rồi thì nói to "Bố/Mẹ về đến nhà rồi" cho con trẻ biết.

[Liên hệ] Phòng An toàn khu vực ☎ 043-245-5264

## 6. Tư vấn / Liên hệ

### (1) Dành cho cư dân (kể cả người nước ngoài)

①Quầy điện thoại tư vấn dịch bệnh virus corona chủng mới ☎238-9966

Ngày giờ 9:00 - 19:00 giờ (Thứ bảy, chủ nhật, ngày lễ: đến 17:00 giờ )

\* Nếu điện thoại không kết nối vui lòng cúp máy chờ một chút và gọi lại.

Người khó nghe như khiếm thính: E-Mail: chibashicorona@city.chiba.lg.jp

②Tư vấn quan hệ lao động

• Phòng tư vấn lao động ☎ 043-300-8282

Ngày giờ 9:00 - 16:00 (Thứ bảy, chủ nhật đến 15:00 giờ,  
trừ 12:00 -13:00 giờ và ngày lễ)

• Đoàn luật sư tỉnh ☎ 043-306-2809

Ngày giờ 10:00 - 16:00 (Chỉ ngày thường, trừ 12:00 – 13:00 giờ)

• Liên đoàn tư pháp Nhật Bản ☎ 0120-315-199

Ngày giờ 11:00 - 17:00 giờ (Chỉ ngày thường)



④ Tư vấn về chi phí sinh hoạt

• Khoản vay đặc biệt cho các quỹ nhỏ khẩn cấp

Cho vay chi phí sinh hoạt cho các hộ gia đình có thu nhập giảm do nghỉ việc, v.v.  
Xin liên hệ với Văn phòng hội đồng phúc lợi xã hội thành phố trong Phường của bạn (Ngày thường 9: 00 - 17: 00 giờ).

• Cung cấp nhà ở của thành phố ← Chuyển qua trên tiền trợ cấp tạm thời để hỗ trợ sinh hoạt (tên đặt tạm).

Cung cấp nhà ở của thành phố cho những người mất nhà do bị sa thải, v.v.

Về chi tiết như tiền thuê nhà, xin hỏi Công đoàn cung cấp nơi ở của Thành phố.

[Liên hệ] Công đoàn cung cấp nơi ở của thành phố ☎ 043-245-7515

• Tiền trợ cấp tạm thời để hỗ trợ sinh hoạt (tên đặt tạm)

Nhà nước dự định hỗ trợ tạm thời để duy trì sinh hoạt cho các hộ gia đình khó khăn trong cuộc sống do thu nhập giảm vì ảnh hưởng của dịch bệnh.

[Liên hệ] Trung tâm gọi Tiền trợ cấp tạm thời hỗ trợ sinh hoạt Bộ Tổng hợp

☎ 03-5638-5855 9:00 - 18:30 (Chỉ ngày thường)

### (2) Hiệp hội giao lưu quốc tế thành phố Chiba “Quầy tư vấn cho người nước ngoài”

Bạn có thể liên hệ bằng Ngoại ngữ (tiếng Anh, tiếng Trung, tiếng Hàn, tiếng Tây Ban Nha, tiếng Việt), nếu bạn gặp khó khăn về tư vấn bằng Nhật ngữ.

Xin xác nhận giờ có thể tư vấn bằng một ngoại ngữ cụ thể qua URL dưới đây.

URL:<http://www.ccia-chiba.or.jp/index.php/forforeign/dailyconsultationservices.html>

Ngày giờ: 9:00 – 19:30 giờ, Thứ hai – thứ sáu



9:00 – 16:30 giờ, Thứ bảy

\* Đóng cửa vào ngày chủ nhật và ngày lễ

[Liên hệ/Tư vấn] ☎043-245-5750 E-Mail:ccia@ccia-chiba.or.jp

### (3) Dành cho doanh nghiệp

Có quầy tư vấn về hỗ trợ, kinh doanh cho doanh nghiệp trung và nhỏ.

Để biết chi tiết, xin tìm kiếm “Thành phố Chiba Corona Hỗ trợ doanh nghiệp  ” trên mạng.

## 7. Cách thu nhập thông tin mới nhất

### “Hãy chắc chắn kiểm tra thông tin mới nhất”

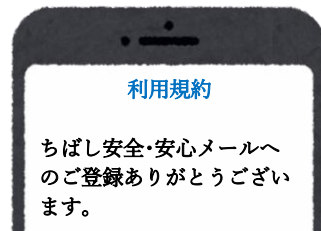
Tình hình liên quan đến lây nhiễm COVID-19 thay đổi hàng ngày. Phải mất thời gian để cư dân nhận được thông báo trên giấy như bản tin thành phố v.v. Thành phố giới thiệu các bạn cách cập nhật thông tin mới nhất. Hãy chuẩn bị để có được thông tin bằng những phương pháp sau đây.

#### [Thành phố Chiba An toàn An tâm E-Mail]

①Gửi một email trống đến [entry@chiba-an.jp](mailto:entry@chiba-an.jp)

②Truy cập URL mô tả trong thư trả lời

③Đăng ký theo hướng dẫn trên màn hình



#### Quy định sử dụng

Cảm ơn đã đăng ký an toàn an tâm  
Email Thành phố Chiba



#### Hướng dẫn đăng ký

[https://chiba-an.jp/  
toroku/](https://chiba-an.jp/toroku/)

<Hiệp hội Giao lưu  
Quốc tế HP>



<Hiệp hội Giao lưu  
Quốc tế Facebook>



<Thành Phố Chiba  
HP COVID-19>



<Phòng Quan hệ  
Cư dân Twitter>

