



信州可放心用餐店铺声援活动

中国語

信州版 “新形式聚餐” 须知

为大家能放心地享用美食，长野县政府在“新形式聚餐须知”里总结了在聚餐时应注意的事项。让我们一起鼓励与“新日常生活”相匹配的聚餐风格，声援那些在各地努力着的餐饮店吧！

预防感染的三项原则

1 与他人保持距离

- 与他人保持至少1米以上距离，避免相互之间的飞沫传播
- 与人交谈时，使用防止飞沫传播的隔板在中间隔开，或避免直接面向对方



2 佩戴口罩

- 要切实做到聚餐前后戴口罩和注意咳嗽礼仪
- 在聚餐时应根据情况，适时地佩戴口罩



3 勤洗手・勤给手指消毒

- 在用餐前后，要做好洗手及手指消毒
- 使用消毒酒精对手指消毒效果更好



聚餐前 ~ 做好充分准备! ~

- 考虑合适的时间和参加人数!
- 选择采取“新冠疫情对策推进宣言”等防疫措施 of 的店铺!
- 要确认参加人员的身体状况和行动轨迹(县外出差和同确诊患者的接触等)!
- 如果感到不安，请不要参加或不让对方参加
- 事先订好使用时间、菜品、聚餐人员，以免聚餐时间过长!

聚餐中 ~ 不放松防疫意识! ~

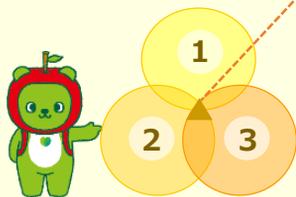
- 遵守店铺的安全措施和店内工作人员的指示!
- 遵守基本的感染预防措施! (洗手，消毒等)
- 尽可能选单间，同其他客人保持距离!
- 避免大声说话及长时间(约超过两个小时)使用不要同其他客人进行交流!
- 不要互相倒酒及轮流用同一个酒杯或盘子、筷子!

避免三密

外出时，尽量避免“密”

三密情况会加大聚集性感染的风险

- ① 通风不好的密密闭空间
- ② 人群密集的密集场所
- ③ 近距离交谈密切接触场面



聚餐后 ~ 继续做好健康观测 ~

- 回家后，要洗手、漱口、洗澡、换衣服!
- 一个星期一次左右，聚餐人员互相进行健康观测

聚餐中在“交谈”时应注意的事项!

注意：不让飞沫在空气中传播! 不介入飞沫可能传播的范围内。

- ① 要使用防止飞沫传播的隔板! (请在用餐前确认是否有隔板)
- ② 同对方要隔开1米以上距离! 避免正面对坐!
- ③ 如上述对策实施困难时，就要“戴口罩聚餐”或是“默食”!



新冠疫情信息
在此查询

长野县多元文化共生咨询中心网站
<https://www.naganoken-tabunka-center.jp/zh-CN/covid19-info/>



身体出现不适时不要外出，请打电话给社区医生(かかりつけ医)进行咨询。如没有社区医生或希望用外语咨询的人，请拨打下方电话。

TEL 0120-974-998 (24小时服务)