



ข่าวประชาสัมพันธ์จังหวัดนากาโนะ

ชีวิตประจำวัน

ศูนย์ให้คำปรึกษานานาชาตินากาโนะได้เผยแพร่ข้อมูลข่าวสารผ่านทาง SNS

สำหรับชาวต่างชาติที่ไม่ถนัดในการใช้ภาษาญี่ปุ่นนั้น สามารถรับข้อมูลข่าวสารที่จำเป็นในแต่ละภาษาผ่านทาง SNS ตามช่องทางด้านล่างนี้.

	English	Português	Tiếng Việt	Tagalog	ไทย	Bahasa Indonesia
Facebook						
Twitter						
LINE						
YouTube						
เว็บไซต์นี้เพื่อการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารแก่ชาวต่างชาติ						

[ภาษาญี่ปุ่นแบบง่าย]

COVID-19

ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันอย่างเข้มงวดเพื่อไม่ให้สายพันธุ์เดลต้าแพร่ระบาด !

หลังจากเดือนกรกฎาคมเป็นต้นมา ผู้ติดเชื้อจากสายพันธุ์เดลต้าได้เพิ่มมากขึ้นอย่างรวดเร็วอย่างไม่เคยมีมาก่อนรวมทั้งในจังหวัดนากาโนะก็เช่นกัน สายพันธุ์เดลต้าเป็นสายพันธุ์ที่ไม่เพียงแต่สามารถแพร่ระบาดได้อย่างรวดเร็วและง่ายต่อการติดเชื้อเท่านั้น แต่ยังมีความเสี่ยงสูงที่จะทำให้เกิดอาการที่รุนแรงและหนักขึ้น.

อีกครั้ง, ต้องขอความร่วมมือจากทุกฝ่ายและทุกคนให้ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันขั้นพื้นฐานอย่างจริงจัง เพื่อยับยั้งการแพร่ระบาดของโรคดังกล่าว.

ลักษณะเฉพาะ
สายพันธุ์เดลต้า

- ① แพร่กระจายได้รวดเร็ว
- ② อาจมีอาการที่รุนแรง
- ③ วัยหนุ่มสาว (โดยเฉพาะในวัย 20 ปี) ติดเชื้อเพิ่มมากขึ้น

ขอให้ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันที่เหมาะสม

- สวมแมสและเว้นระยะห่างเมื่อต้องมีการสนทนา.
- ถ้าเป็นไปได้ควรใช้หน้ากากอนามัยทางการแพทย์ (แบบใช้แล้วทิ้ง)
- ระบายอากาศอย่างสม่ำเสมอ, และหลีกเลี่ยงพื้นที่ที่อากาศไม่ถ่ายเท.
- ล้างมือ • ซ้ำเชื้อโรคที่มือในเวลาที่เหมาะสมและด้วยวิธีที่เหมาะสม.
- ไม่จำเป็นต้องมีไข้หรือไอเท่านั้น หากรู้สึกไม่สบาย, มีความผิดปกติในลำคอ, มีน้ำมูก เป็นต้น ให้รีบปรึกษากับสถานพยาบาลประจำโดยทันที.

ถ้ามีประกาศ「คำสั่งอพยพหลบภัย」, ให้ทำการอพยพ !

ในกรณีที่สภาพอากาศเลวร้ายลง, และอันตรายที่มากขึ้นอันเนื่องจากภัยพิบัตินั้น ข้อมูลข่าวสารการอพยพหลบภัยจะถูกประกาศจากหน่วยงานท้องถิ่นที่ท่านอาศัยอยู่.

เมื่อมีการประกาศ 「เตือนภัยระดับ 4 คำสั่งอพยพหลบภัย」 ทุกคนต้องอพยพออกจากพื้นที่เสี่ยงอันตราย

ผู้สูงอายุและผู้ที่มีความพิการ ฯลฯ ที่ต้องใช้เวลาในการอพยพนั้น ให้เริ่มทำการเคลื่อนย้ายได้ตั้งแต่การ 「เตือนภัยระดับ 3 การหลบภัยของผู้สูงอายุ ฯลฯ」.

ระดับเตือนภัย	ข้อมูลการอพยพหลบภัย ฯลฯ
5	มาตรการความปลอดภัยฉุกเฉิน
<ต้องอพยพหลบภัยเมื่อการเตือนภัยเป็นระดับ 4 ! >	
4	คำสั่งอพยพหลบภัย
3	การหลบภัยของผู้สูงอายุ ฯลฯ
2	คำเตือนเรื่องฝนตกหนัก • น้ำท่วม • ระดับน้ำทะเล (กรมอุตุนิยมวิทยา)
1	ข้อมูลการแจ้งเตือนล่วงหน้า (กรมอุตุนิยมวิทยา)

การเตือนภัยระดับ 5, เป็นสถานการณ์ที่ไม่สามารถทำการอพยพหลบภัยได้อย่างปลอดภัยและมีอันตรายต่อชีวิต。
อย่ารอการประกาศ 「เตือนภัยระดับ 5 มาตรการความปลอดภัยฉุกเฉิน」 และให้รีบอพยพทันที !

สามารถตรวจสอบข้อมูลในหลากหลายภาษาได้ที่นี้.



✓ เตรียมพร้อม เมื่อถึงคราวจำเป็น

ดาวน์โหลดแอปพลิเคชันโดยสแกนคิวอาร์โค้ดหรือพิมพ์ URL ด้านล่างนี้เพื่อเข้าสู่เว็บไซต์เกี่ยวกับภัยพิบัติในหลากหลายภาษา. ฟรังก์ชันเอกสารข้อมูลที่เป็นและติดไว้ในที่ที่สามารถมองเห็นได้ง่าย.



http://www.bousai.go.jp/okusai/web/index_en.html

เว็บไซต์ของกรมอุตุนิยมวิทยาที่สามารถตรวจสอบข้อมูลเกี่ยวกับภัยพิบัติเช่น คำเตือนหรือการแจ้งเตือน, ข้อมูลพายุไต้ฝุ่น, แผ่นดินไหว ฯลฯ ได้ในหลากหลายภาษา.



<https://www.jma.go.jp/jma/kokusai/multi.html>

จัดให้คำปรึกษานอกสถานที่ฟรี

長野県多文化共生相談センター ได้จัดให้คำปรึกษานอกสถานที่แก่ชาวต่างชาติทุกคน.

เขตท้องถิ่น	วันเวลา	สถานที่
ชิโอะจิริ	วัน(เสาร์)ที่ 25 กันยายน 10 : 00 ~ 15 : 00	เอ็นพาร์ค ชั้น 3 ห้องประชุม 302-303 ชิมินโควิเซนเตอร์. ชิโอะจิริ
อินะ	วัน(อังคาร)ที่ 12 ตุลาคม 10 : 00 ~ 15 : 00	ฮอลล์เอทพีเอส ชั้น 1 ที่ว่าการอำเภอ อินะ

【ภาษาที่สามารถปรึกษา】

ไทย • โปรตุเกส • จีน • เกาหลี • ตากาล็อก • เวียดนาม • อินโดนีเซีย • อังกฤษ • เยอรมัน • สเปน • มาเลย์ • เนปาล • เขมร • พม่า • ฝรั่งเศส

※กำหนดการอาจมีการเปลี่ยนแปลงเนื่องจากสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรคโควิด-19 และอื่น ๆ .
รายละเอียดข้อมูลสามารถดูได้จากโฮมเพจของ 長野県多文化共生相談センター.



TEL : 026-219-3068
E-mail : tabunka-center@anpie.or.jp

「นาโอกะเนคเคนทาบุงคาเคียวเซอิซังเซนเตอร์」 คือศูนย์ให้คำปรึกษากับปัญหาต่าง ๆ ในการดำรงชีวิตประจำวันรองรับได้ 15 ภาษา (ฟรี)

☎ 026-219-3068 / 080-4454-1899 โฮมเพจ : <https://www.naganoken-tabunka-center.jp/>

