

## Pedido a todos os cidadãos da província de Nagano para a aplicação do estado de medidas prioritárias

A província de Nagano estará em estado de medidas prioritárias de 27 de janeiro a 20 de fevereiro de 2022.

Durante o período de medidas prioritárias, pedimos o seguinte aos cidadãos.

### Não vá para lugares (lojas ou estabelecimentos) onde há grande risco de infecção



**Cômodos fechados**  
Lugares com pouca ventilação



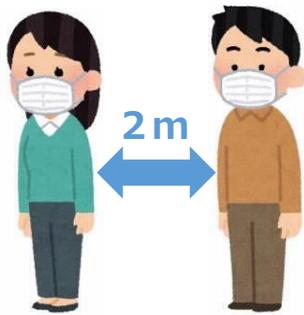
**Concentração de pessoas**  
Lugares com aglomeração



**Contato próximo**  
Lugares com pessoas conversando ou falando

### Medidas para evitar a infecção

1) Manter 2 m de distância das outras pessoas



2) Usar a máscara corretamente



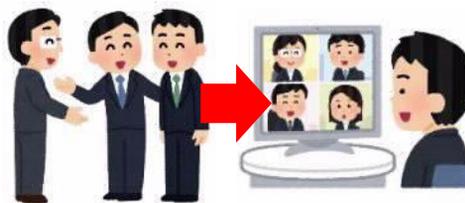
3) Lavar e higienizar as mãos



4) Arejar o ambiente



5) Reduzir o contato direto com outras pessoas



6) Comer com pessoas que você encontra sempre



Se houver pessoas em sua casa em recuperação, doentes ou com histórico de contato com infectados pela COVID-19, **tome medidas** como utilizar máscara **mesmo em casa**.

Se passar mal, não saia de casa e consulte o seu médico por telefone.

Se não tiver um médico ou quiser realizar consultas em idiomas estrangeiros,

ligue para **TEL 0120-974-998** (atendimento 24 horas)

Site do Centro de Consulta Multicultural da Província de Nagano  
<https://www.naganoken-tabunka-center.jp/pt/covid19-info/>

