

組合員各位

令和4年8月5日
圏友協同組合
事務局

夏季休暇のお知らせ

拝啓 猛暑の候、貴社ますますご清栄のこととお喜び申し上げます。
平素は格別のお引き立てを賜り厚く御礼申し上げます。

弊組合では下記の期間中を夏季休暇期間とさせていただきます。

また、昨年の夏季休暇後には技能実習生を含め莫大な数のコロナウイルス感染者が発生しました。今年は更に感染者が増加し、医療機関のひっ迫や弊組合もコロナウイルスに感染しました技能実習生の対応に追われることが予想されます。

つきましては、弊組合からも技能実習生に対して感染予防策を周知いたしますが、別紙のコロナウイルスに関する母国語のリーフレットを組合員の皆様からもお渡し頂けると幸いです。

コロナウイルス感染の疑いがある場合、技能実習生には企業担当者様と弊組合担当者に連絡するよう指導させていただきます。大変恐縮ですが企業担当者様には実習生が体調不良の際にはご協力をお願いすることもあるかと思います。何卒ご了承くださいと幸いです。

休業期間中、皆様には大変ご不便をおかけいたしますが、何卒ご理解とご協力の程お願い申し上げます。

敬具

記

◆休暇期間 令和4年8月10日(水)～ 令和4年8月15日(月)

以上

ကိုဗစ်-၁၉ မှ မကူးဆက်စေရန် သတိထားရမည့် အချက်များ

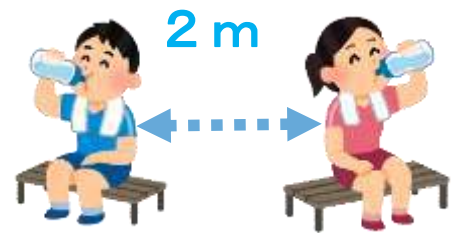
အလုပ်မသွားမီ

- ကိုယ်ပူချိန်တိုင်း ကရိုယာဖြင့် ကိုယ်ပူချိန်ကို တိုင်းပါ။
- ① ကိုယ်ပူချိန် 37.5°C ကျော်၍
- ② ကိုယ်လက် နွမ်းနယ်နေပြီး သာမန်အခြေအနေနှင့်မတူ အအေးမိသကဲ့သို့ ဖြစ်နေပါ အလုပ်သင်ဆရာ သို့မဟုတ် ညွှန်ကြားရေးဆရာကို သတင်းပို့ပါ။



အပြင်ထွက်သည့်အခါ

- ကိုယ်လက် နွမ်းနယ်နေပြီး သာမန်အခြေအနေနှင့်မတူသည့်အခါ၊ အပြင်ထွက်ခြင်းမှ ရှောင်ရှားကြပါစို့။
- မျက်နှာအုပ်ကို Mask ကို အသုံးပြု၍ အပြင်ထွက်ကြပါစို့။ သို့သော် အပူအရှုပ်စေရန် အဆောက်အဦး ပြင်ပတွင် တစ်ခြားသူနှင့် (၂မီတာကျော်) ကွာနေပါက မျက်နှာအုပ်ကို ချွတ်ထားကြပါစို့။



ပြင်ပမှ ပြန်လာသည့်အခါ

- ဆပ်ပြာဖြင့် သေသေချာချာ လက်ကို ပွတ်တိုက် ဆေးကြောပါ။ မိမိတစ်ယောက်တည်းသုံး မျက်နှာသုတ်ပဝါကို အသုံးပြုပါ။
- အသုံးပြုပြီးသောမျက်နှာအုပ်၊ တစ်ရှူး၊ လက်အိပ်များကို စွန့်ပစ်သည့်အခါ၊ တစ်ခြားသူများ ကိုင်တွယ်ထိတွေ့မှုမရှိစေရန် အမှိုက်အိပ်အတွင်းသို့ထည့်၍ အဝကို သေချာစွာစီးပိတ်စေလိုပါသည်။



တစ်ခြားသူများနှင့် အတူတစ်ကွ နေထိုင်ပါက

- အိမ်အတွင်း တွင်ပင် တစ်ခြားသူများနှင့် (၂မီတာကျော်) ခွာ၍ နေထိုင်ကြပါစို့။
- စကားပြောသည့်အခါ မျက်နှာအုပ်ကို အသုံးပြု၍ အသံကျယ်လောင်စွာ မပြောဆိုပါနှင့်။
- ချောင်းဆိုး၊ နှာချေပြီးသည့်အခါ သေသေချာချာ လက်ကို ပွတ်တိုက် ဆေးကြောပါ။ မိမိတစ်ယောက်တည်းသုံး လက်ကိုင်ပဝါကို အသုံးပြုပါ။
- ၁ နာရီ ၂ နာရီလျှင် တစ်ကြိမ်ခန့် ပြုတင်းပေါက်များကို ဖွင့်ကာ လေဝင်လေထွက် ကောင်းအောင် ပြုလုပ်ကြပါစို့။
- တစ်ခြားသူများနှင့် အတူတစ်ကွ အသုံးပြုနေသော ရိမ့်ကွန်း၊ ရေခဲသေတ္တာ၊ မီးခလုပ်၊ ဆံပင်အခြောက်ခံစက်များကို အသုံးပြုပြီးလျှင် ပိုးသပ်ပေးစေလိုပါသည်။
- အိမ်သာသွားပြီးလျှင် အဖုံးအုပ်ပြီး ရေဆွဲချပေးစေလိုပါသည်။

【အစားအသောက် စားသုံးသောအခါ】

- အစားအသောက် မီနွဲ့ စားပြီးပါက လက်ကို သေသေချာချာ ပွတ်တိုက် ဆေးကြောပါ။ မိမိတစ်ယောက်တည်းသုံး လက်သုတ်ပဝါကို အသုံးပြုပါ။
- အစား စားသည့်အခါ တတ်နိုင်သမျှ ဘေးချင်းကပ်၍ ထိုင်ပေးစေလိုပါသည်။
- အစားအသောက်ကို တစ်ဦးချင်း ပန်းကန်သီးခြားစွာ အသုံးပြုကြပါစို့။



တစ်ခြားသူများနှင့် အတူတစ်ကွ နေထိုင်ပါက

【ရေချိုးသည့် အခါ】

- မိမိတစ်ယောက်တည်းသုံး မျက်နှာသုတ်ပဝါကို အသုံးပြုပါ။
- တစ်ဦးစီ အလှည့်ကျ ရေချိုးခန်းကို အသုံးပြုကြပါစို့။

【အိပ်ယာဝင်သည့် အခါ】

- တစ်ခန်းထဲတွင် သူများနှင့် အတူတူ အိပ်စက်ပါက၊ တတ်နိုင်သမျှ ခွာ၍ အိပ်စေလိုပါသည်။
- တတ်နိုင်သမျှ ဦးခေါင်းနေရာကို မတူအောင် ပြုလုပ် နေပေးစေလိုပါသည်။

အပူမရှုပ်စေရန် သတိထားကြပါစို့။

- အပူမရှုပ်စေရန် ပြုတင်းပေါက်ကို ဖွင့်၍ လေဝင်လေထွက် ကောင်းအောင် ပြုလုပ်ကြပါစို့။
အဲယားကွန်းကို အပူချိန်မကြာခဏ ညှိ၍၊ အပူဒဏ်မှ ရှောင်ရှားကြပါစို့။
- အပူချိန်၊ စိုထိမ်းမှု မြင့်နေချိန်တွင် အဆောက်အဦး ပြင်ပတွင် တစ်ခြားသူနှင့် (၂မီတာကျော်) ကွာနေပါက မျက်နှာအုပ်ကို ချွတ်ထားကြပါစို့။
- မျက်နှာအုပ်ကို အသုံးပြုနေပါက ပြင်းပြင်းထန်ထန် ကိုယ်လက် လှုပ်လျှားမှုကို ရှောင်ရှားပါ။
ပါတ်ဝန်းကျင်မှ တစ်ခြားသူနှင့် လုံလောက်သော အကွာရှိပါက မျက်နှာအုပ်ကို တစ်ခဏ ချွတ်ခါ အနားယူကြပါစို့။
- ရေမဆာသော်လည်း မကြာခဏ ရေသောက်ပေးပါ။ (ခရက်လျှင် ၁.၂ လီတာ)
- အန်ချင်စိတ်ရှိသည့်အခါ၊ မူးမိုက်သည့်အခါ ချက်ခြင်း အလုပ်သင်ဆရာ သို့မဟုတ် နေထိုင်မှု ညွှန်ကြားရေးဆရာကို တင်ပြပါ။
ခန္ဓာကိုယ်ကို အေးအောင်ပြုလုပ်၍ ရေသောက်ပေးပါ။
ကိုယ်လက် မအိမ်သာ ဖြစ်ပါက၊ အိမ်တွင် အနားယူကြပါစို့။



※ ပိုမို၍ အသေးစိတ် သိလိုပါက အောက်ပါ အင်တာအက် ဆိုဒ်သို့ ဝင်ရောက်လေ့လာနိုင်ပါသည်။

■ ကိုဗစ်-၁၉မှ မကူးဆက်စေရန်

http://www.moj.go.jp/nyuukokukanri/kouhou/nyuukokukanri10_00046.html

■ အပူမရှုပ်စေရန်အတွက်

<https://www.otit.go.jp/heatstroke/>

အလုပ်သမားရေးရာဝန်ကြီးဌာန
Homepage



နိုင်ငံခြားသား အလုပ်သင် သင်တန်းသား ကြီးကြပ်ရေး ဌာန
Homepage



ကျန်းမာရေးနှင့် အလုပ်သမားရေးရာဝန်ကြီးဌာန၊ တရားရေးဝန်ကြီးဌာန လူဝင်မှု ကြီးကြပ်ရေး ဦးစီးဌာန၊
နိုင်ငံခြားသား အလုပ်သင် သင်တန်းသား ကြီးကြပ်ရေး ဌာန

LL020827開海01

ရောဂါကူးစက်မှုတားဆီးရေးအတွက် သတိပြုရန်အချက်များ

ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် ကူးစက်မှုတားဆီးရေးအတွက် ပွဲလမ်းနှင့် စားသောက်ပွဲများ ကျင်းပပြုလုပ်ရာတွင် အောက်ပါအချက်များကို သတိပြုပါ။



နေမကောင်းသည့်အခါ ပွဲလမ်းနှင့် စားသောက်ပွဲများကို မတက်ရောက်ပါနှင့်။



ပိတ်လှောင်၊ ပြည့်ကျပ်၊ ပူးကပ်မှု ဖြစ်လွယ်သည့်နေရာနှင့် ရောဂါကူးစက်မှု တားဆီးရေး အခြေခံကျသည့် ဆောင်ရွက်ချက်များ အသေအချာ လုပ်ဆောင်ထားသည့် ပွဲလမ်းနှင့် စားသောက်ပွဲများ တက်ရောက်ခြင်းကို လျှော့ပါ။ အထူးသဖြင့် လူပြည့်ကျပ်နေသည့်အပြင် ကျယ်လောင်စွာစကားပြောဆိုမှု စသည်များ ရှိသည့် အခမ်းအနား၊ စားပွဲသောက်ပွဲစသည်များ တက်ရောက်ခြင်းကို လျှော့ပါ။



ပွဲလမ်းနှင့် စားသောက်ပွဲများကို တက်ရောက်ရာတွင် တစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး သင့်လျော်စွာ ခွာနေပြီး လက်ကို ပိုးသတ်ခြင်း၊ နှာခေါင်းစည်း တပ်ဆင်ခြင်း၊ ကျယ်လောင်စွာ ပြောဆိုမှု ရှောင်ရှားခြင်း စသည့် ရောဂါကူးစက်မှုတားဆီးရေး သင့်လျော်သောဆောင်ရွက်ချက်များကို အသေအချာ လုပ်ဆောင်ပါ။



ရပ်ကွက်အတွင်းနှင့် စားသောက်ဆိုင်တွင် အရက်ကို အများအပြားသောက်ခြင်း သို့မဟုတ် ညဉ့်နက်ချိန်အထိ အရက်သောက်ခြင်း၊ အရက်သောက်ထားပြီး အခမ်းအနားတက်ခြင်း စသည်များနှင့် ပတ်သက်၍ ထို အခမ်းအနား၏ ဘာသာရေး၊ ယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာ အနေအထားကို ထည့်သွင်းစဉ်းစား၍ တတ်နိုင်သမျှ ရှောင်ရှားပါ။



လိုအပ်ပါက မိသားစုနှင့်တကွ နေအိမ်မှာပင် နေထိုင်ပြီး အွန်လိုင်း ပွဲလမ်းများတွင် ပါဝင်ခြင်း စသည့် စိတ်ပျော်ရွှင်နည်းလမ်းသစ်များကို ရှာဖွေပါ။



ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်အမျိုးအစားသစ်ရောဂါ ကူးစက်ခံထားရသည်ဟု သံသယရှိပြီး၊ ဆေးကုသရေး ဌာနသို့ သွားရောက်ပြသချိန်နှင့် ပတ်သက်၍ မရှင်းလင်းသည်များရှိပါက နေထိုင်ရာ ရပ်ရွာ အုပ်ချုပ်ရေးဌာနရှိ ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ရေး ကောင်တာ စသည်များသို့ တယ်လီဖုန်းဆက်သွယ်ပါ။

「ありがとう」が感染予防の輪をつくる



新型コロナウイルス感染症対策推進室

တယ်လီဖုန်းဖြင့် တိုင်ပင်ရေး ကောင်တာ

■ သက်ဆိုင်ရာ ခရိုင် တိုင်ပင်ရေးကောင်တာ

(ဆေးကုသရေးဌာနတွင် ပြသမှုဆိုင်ရာ သိရှိလိုသည်များ)

やさしいにほんご (Plain Japanese) ➡ <https://www.covid19-info.jp/area-jp.html>

English ➡ <https://www.covid19-info.jp/area-en.html>

Português (Portuguese) ➡ <https://www.covid19-info.jp/area-pt.html>

简体中文 (Simplified Chinese) ➡ <https://www.covid19-info.jp/area-cs.html>

繁体中文 (Traditional Chinese) ➡ <https://www.covid19-info.jp/area-ct.html>

한국어 (Korean) ➡ <https://www.covid19-info.jp/area-kr.html>

■ ကျန်းမာရေး၊ အလုပ်သမားရေးနှင့် လူမှုဖူလုံရေး ဝန်ကြီးဌာန တယ်လီဖုန်းဖြင့် တိုင်ပင်ရေးကောင်တာ

(ရောဂါဖြစ်ပွားမှုအနေအထား၊ အထွေထွေအချက်များဆိုင်ရာ သိရှိလိုသည်များ)

 **0120-565-653** (9:00-21:00)

လုပ်ဆောင်ပေးသည့် ဘာသာစကား: English, 中文 (Chinese), 한국어 (Korean), Português (Portuguese),
Español (Spanish), ภาษาไทย (Thai), Tiếng Việt (Vietnamese)

နိုင်ငံခြားသားများအတွက် စားဝတ်နေရေးထောက်ပံ့မှုဆိုင်ရာ သတင်းအချက်အလက် စသည်များ

■ နိုင်ငံခြားသား နေထိုင်မှု ထောက်ပံ့ရေးစင်တာ (FRESC)

(လူဝင်မှုကြီးကြပ်ရေးနှင့် နေထိုင်မှုစီမံခန့်ခွဲရေးဌာန)

<http://www.moj.go.jp/isa/support/fresc/fresc01.html>

■ နိုင်ငံခြားသားများအတွက် ဘဝနေထိုင်ရေး အထောက်အကူပြု အွန်လိုင်းဆိုဒ်

ဝန်ကြီးဌာန အသီးသီး၏ ထောက်ပံ့ရေး စီမံချက်များနှင့် မြို့ရွာများမှ နိုင်ငံခြားသားများအတွက် ဘဝနေထိုင်ရေးဆိုင်ရာ တိုင်ပင်ရေးကောင်တာ စာရင်း စသည်များကို ဘာသာစကားအလိုက် ဖော်ပြထားသည်။

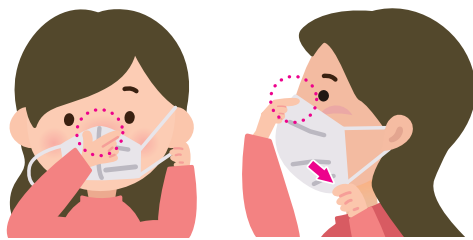
ပင်မစာမျက်နှာ : <http://www.moj.go.jp/isa/support/portal/index.html>



ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှုတားဆီးကာကွယ်ရန် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ကြပါ။

ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပြီးနောက်တွင်လည်း [နှာခေါင်းစည်းတပ်ခြင်း] [လက်ဆေးခြင်း]နှင့်
[3-Mitsu(ထိတွေ့မှု ၃မျိုး - လူအများနှင့်ထိတွေ့နိုင်ခြေများသောနေရာ၊ လူအများကတိုးကြိတ်ကာနေရသောနေရာ၊
လေဝင်လေထွက်မကောင်းခြင်း)ရှောင်ရှားရေး]ကို သေချာစွာဆောင်ရွက်ပါ။

နှာခေါင်းစည်း ကိုမှန်ကန်စွာအသုံးပြုပါ!



① နှာခေါင်း၏ပုံသဏ္ဌာန်အတိုင်းမိက
ပ်၍ ဟနေသောနေရာကိုပိတ်ပါ

② မေးအောက်ထိဆွဲချပြီး မျက်နှာနှင့်
ဟာကွက်မရှိအနေတော်ဖြစ်အောင်
ပြင်ဆင်ပါ

စကားပြောချိန်တွင်
မဖြစ်မနေ ဝတ်ဆင်ပါ!

အဓိကအချက်

- နှာခေါင်းဖော် နှာခေါင်းစည်း ✗ မေးချိတ် နှာခေါင်းစည်း ✗
- ဝတ်ဆင်ထားချိန်တွင် အပြင်ဖက်မျက်နှာပြင်ကို မကိုင်ရ
- ကြိုးကိုကိုင်ပြီး အဖြတ်အတပ်လုပ်ပါ
- ဖြစ်နိုင်ပါက ယုံကြည်စိတ်ချရသော အရည်အသွေးရှိသည့် ချည်သားမဟုတ်သော



မကြာခဏဆိုသလို လက်ဆေးပါ။ လက်ကိုပိုးသတ်ပါ!

ယခုကဲ့သို့ အချိန်များတွင် မဖြစ်မနေ !

- အများသုံးပစ္စည်းများကို ထိတွေ့ပြီးနောက်
- အစာမစားမီနှင့်စားပြီးချိန်
- အများပြည်သူသုံးပို့ဆောင်ရေးစနစ်ကို အသုံးပြုပြီးနောက် စသဖြင့်

အဓိကအချက်



လက်ချောင်းထိပ်၊ လက်သည်းကြား၊ လက်ချောင်းဖျားများနှင့်
လက်ကောက်ဝတ်တို့ကိုလည်းဆေးကြောရန်မမေ့ပါနှင့်

လူများနှင့်စုဝေးခြင်း ၊ ထိတွေ့ခြင်း အနည်းဆုံး (သုည) ဖြစ်အောင် ဦးတည်ကြပါစို့။ !

တစ်ခုတည်းသော သိပ်သည်းမှုဖြစ်ပါစေ ရှောင်ရှားကြပါစို့!



ကပ် (နီးကပ်စွာနေခြင်း)

- နှာခေါင်းစည်း မတပ်ခြင်း ✗
- အသံကျယ်လောင်ခြင်း ✗



စု (လူစုလူဝေး)

- လူအများအပြား ✗
- အကွာအဝေးနီးကပ် ✗



ပိတ် (အလုံပိတ်အခန်း)

- လေဝင်လေထွက်မကောင်း ✗
- နေရာကျဉ်း ✗

► နေထိုင်မကောင်းခံစားနေရချိန်တွင် ရုံးသွားခြင်း၊ ကျောင်းသွားခြင်း၊ ကူးသန်းသွားလာခြင်းများကိုရှောင်ရှားကြပါ။ ► ကာကွယ်ဆေးမထိုးနှံရသေးသောသူများ ကာကွယ်ဆေးထိုးနှံပါရန်မေတ္တာရပ်ခံပါသည်။

