

ขอความร่วมมือจากชาวโตเกียว

ข้อความสำหรับวันหยุดสิ้นปีและต้นปี
ไวรัสโคโรนาสายพันธุ์ใหม่
ไม่ทำให้ผู้อื่นติด / ไม่ติดจากผู้อื่น



一般財団法人

東京都つながり創生財団

Tokyo Metropolitan Foundation "TSUNAGARI"

วันสิ้นปีและต้นปีที่ต่างจากทุกปี

วันหยุดที่ค้ำึงถึงกันและกัน

- ป้องกันตนเองจากการระบาด
- ป้องกันครอบครัวจากการระบาด
- ป้องกันคนใกล้ชิดตัวจากการระบาด
- ป้องกันเพื่อนพ้องจากการระบาด

มีสิ่งทำได้เพื่อการนี้

ค้นพบวิธีการผลิตผลิตภัณฑ์ใหม่



一般財団法人

東京都つながり創生財団

Tokyo Metropolitan Foundation "TSUNAGARI"

วันสิ้นปีและต้นปีที่ต่างจากทุกปี

ป้องกันตนเองและทุกคน

- หากต้องออกไปข้างนอกให้สวมหน้ากาก
- ไม่ไปยังที่ที่มีคนพลุกพล่าน
- ล้างมือหลายๆ ครั้งในหนึ่งวัน
- บันทึกร่างกายของตัวเองทุกวัน
- ทำบันทึกไว้เมื่อออกไปข้างนอกหรือพบปะผู้คน เพื่อให้บันทึกย้อนได้ภายหลัง



วันสิ้นปีและต้นปีที่ต่างจากทุกปี

ใช้เวลาอยู่ที่บ้าน




- เปิดหน้าต่างประมาณ 2 ครั้ง ภายใน 1 ชั่วโมง
- ล้างมือหลายๆ ครั้งในหนึ่งวัน
- สวมหน้ากากเมื่อไอ
- หากมีผู้มาเยี่ยมให้สวมหน้ากากทั้งคู่

(หากมากกว่า 30 นาทีจะมีความเสี่ยงสูงขึ้น)



วันสิ้นปีและต้นปีที่ต่างจากทุกปี

ใช้เวลาอยู่ที่บ้าน

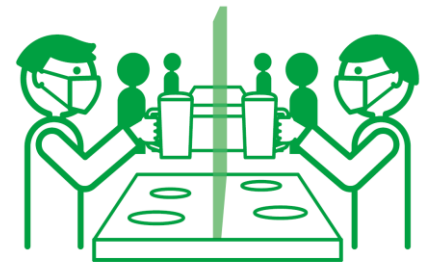
- ใช้เวลากับ “คนกลุ่มเล็ก” เช่น ครอบครัว หรือเพื่อนสนิท 
- หลีกเลี่ยงการพบ “ผู้คนที่ไม่ได้เจอกันมานาน” เช่น ปู่ย่าตายาย ญาติ เพื่อนที่
ภูมิลำเนา 
- หากต้องพบ “ผู้คนที่ไม่ได้เจอกันมานาน” ให้สวมหน้ากากและเจอกันใน
ระยะเวลาสั้นๆ
- หลีกเลี่ยงการซื้อของในช่วงเวลา หรือสถานที่ที่คนเยอะ



วันสิ้นปีและต้นปีที่ต่างจากทุกปี

ลดงานจัดเลี้ยง

- จัดเฉพาะครอบครัวหรือผู้ที่อยู่ด้วยกันเป็นปกติ
- ใช้เวลาสั้นๆ ในการกินเลี้ยง หรือดื่มสังสรรค์
- แยกเวลารับประทานอาหาร และการพูดคุย
- สวมหน้ากากเมื่อมีการพูดคุย
- สนทนาแบบเบาๆ ไม่พูดคุยเสียงดัง
- ในระหว่างอาหารคำอย่ายื่นขึ้น และดื่มเครื่องดื่ม
- หลีกเลี่ยงการร่วมงานเลี้ยงสิ้นปีและต้นปี



วันสิ้นปีและต้นปีที่ต่างจากทุกปี การไปวัดหรือศาลเจ้าครั้งแรกของปีใหม่

- ค้นพบวิธีการผลิตผลิตภัณฑ์กับฤดูกาลใหม่ เช่น ทางออนไลน์
- หลีกเลี่ยงการออกไปช่วงวันเวลาที่คนแน่น
- สวมหน้ากากเมื่อออกจากบ้าน



ไปวัด/ศาลเจ้าแบบสบายๆ
หลีกเลี่ยงวันที่1-3ม.ค.



วันสิ้นปีและต้นปีที่ต่างจากทุกปี

เยี่ยมบ้านเกิด/กลับภูมิลำเนา

- ในกรณีชาวต่างชาติ ตอนนี้ยังไม่สามารถกลับประเทศได้ ให้ใช้วิธีทางออนไลน์



一般財団法人

東京都つながり創生財団

Tokyo Metropolitan Foundation "TSUNAGARI"

วันสิ้นปีและต้นปีที่ต่างจากทุกปี

สัญญา 5 ข้อ

1. ใช้เวลากับคนที่อยู่ด้วยกันเป็นประจำ
2. ไม่ออกไปยังที่ที่คนพลุกพล่าน
3. สวมหน้ากาก
4. ล้างมือหลายๆ ครั้งในหนึ่งวัน
5. เปิดหน้าต่างประมาณ 2 ครั้ง ภายใน 1 ชั่วโมง



一般財団法人
東京都つながり創生財団
Tokyo Metropolitan Foundation "TSUNAGARI"

