परीक्षण प्रणालीको सुधार र सुदृढीकरणको बारेमा

वर्तमान समयमा नयाँ कोरोना भाइरसको संक्रमण फैलिएको अवस्थामा , हामी फेरि एक पटक प्रिफेक्चरका नागरिकहरूलाई संक्रमण रोकथाम उपायहरू पूर्ण रूपमा लागू गर्न र चिकित्सा हेरचाहको सुरक्षामा सहयोग गर्न आह्वान गर्दछौं।

आजकल अस्पताल आउनेहरूकोसंख्यामा उल्लेखनीय बृद्धि भएको छ। त्यसैले अस्पताल गएर पनि स्वास्थ्य परीक्षण गर्न लामो समय कुर्नुपर्ने हुन्छ। बालबालिका, वृद्धवृद्धा र अन्तर्निहित रोगहरू भएकाहरू जस्ता गम्भीर अवस्थामा पुग्ने उच्च जोखिममा रहेकाहरुले चिकित्सा हेरचाह प्राप्त गर्न गाह्रो हुने परिस्थिति उत्पन्न भएकोछ।
अस्पतालहरूको यस्तो तनावग्रस्त अवस्थाबाट जोगिएर गम्भीर अवस्थामा पुग्ने उच्च जोखिममा रहेकाहरुले स्वास्थ्य परीक्षण लिने अवसर सुरक्षित राख्नुका साथै युवाहरु मा अन्तर्निहित रोगहरु नभएका गम्भीर अवस्थामा पुग्ने जोखिम कम भएकाहरुको स्वास्थ्य परीक्षणको अवसरहरु सुरक्षित गर्नेछौँ।
यी दृष्टिकोणबाट राष्ट्रिय सरकारसँग सहकार्य गरी निम्न नयाँ पहलहरूलाई अगाडि बढाउनेछौँ।

ज्वरो जस्ता लक्षण भएकाहरू

• 40 वर्ष मुनिका • अन्तर्निहित रोग नभएकाहरू • खोप 2 पटक वा बढी	● "किट वितरण / कोरोना पोजेटिभ व्यक्ति दर्ता केन्द्र" मा अनलाइन आवेदन दिने ● परीक्षण किट प्रयोग गरेर आफैले परीक्षण गर्ने ● (पोजेटिभ देखाएमा) केन्द्रमा दर्ता गर्ने
• माथिका बाहेक (वृद्धवृद्धा, अन्तर्निहित रोगहरु भएका आदि)	● अस्पतालमा जाने ※ सम्भव भएमा बिदाको दिन बाहेकको दिनमा दिउँसोको समयमा जाने

लक्षित व्यक्तिहरू

40 वर्ष भन्दा कमउमेरका व्यक्तिहरू जो अन्तर्निहित रोगहरु नभएकागम्भीर अवस्थामा पुग्ने जोखिम कमभएकार ज्वरो जस्ता लक्षणहरू भएकाव्यक्तिहरुले आफैजचाउनसक्ने नयाँ प्रणाली स्थापना गरेर अस्पतालको तनावग्रस्त अवस्थाबाट जोगिन सक्नेछौँ।

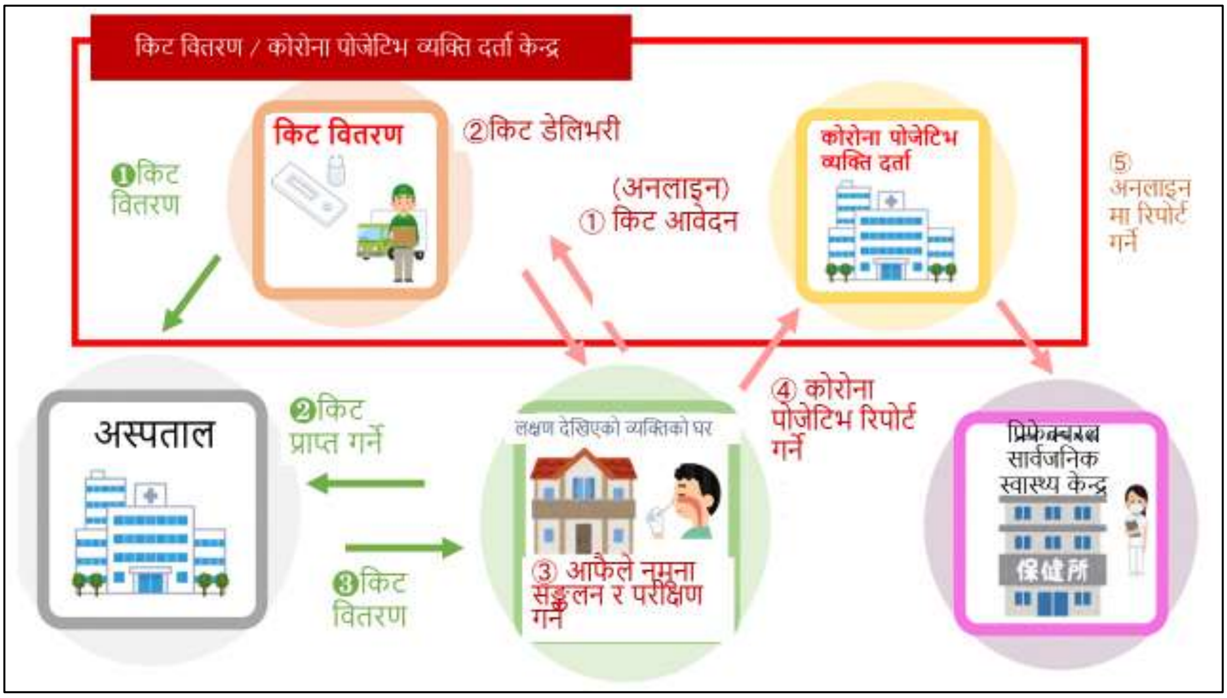
लक्षित व्यक्तिहरु

- प्रिफेक्चरमा बसोबास गर्नेहरु (साथै लामो अवधि बसोबास गर्नेहरु)
- 40 वर्ष भन्दा कमउमेरका व्यक्तिहरु (3 कक्षाका विद्यार्थी र सो भन्दा मुनिका बाहेक)
- अन्तर्निहित रोगजस्ता कुनै जोखिम कारक (※1) नभएका
- कम्तिमा 2 पटकखोप लगाएका व्यक्तिहरू

माथिका सबै बुँदामा पर् ने र ज्वरो जस्ता लक्षणहरू भएकाव्यक्तिहरु हुन्।

※ 1 घातक ट्युमर, दीर्घकालीन श्वासप्रश्वास रोग, दीर्घकालीन मृगौला रोग, मधुमेह, उच्च रक्तचाप, डिस्लिपिडेमिया, हृदय रोग, सेरेब्रोभास्कुलर रोग, मोटोपना (BMI: 30 वा सो भन्दा माथि), धुम्रपान, ठोस अंग प्रत्यारोपण पछि इम्युनोडेफिशियन्सी, गर्भावस्थाको पछिल्लो चरण (28 हप्ता 0 दिन पछि) इम्युनोसप्रेसिभ/मोड्युलेटिंग औषधीको प्रयोग, एचआईभी संक्रमण

2. परीक्षण प्रवाह



विस्तृत प्रवाहहरु निम्न छन्।

1. प्रिफेक्चरले नयाँ "किट वितरण / कोरोना पोजेटिभ व्यक्ति दर्ता केन्द्र" खोल्नेछ।
2. यदि तपाइँ लक्षित व्यक्तिको सर्तहरूमा पर्नुहुन्छ भने कृपया अनलाइनआवेदनदिनुहोस्।
3. किट आवेदनकोलगभग2 दिन पछि आवेदककोघरमा डेलिभर गरिनेछ।
4. किट प्राप्त गर्नेहरूले आफैनमुना सङ्कलन र परीक्षण गर्नेछन्।
5. यदि कोरोना पोजेटिभ भएमा, किटसँग संलग्न भएको जानकारी पुस्तिका अनुसार इन्टरनेट मार्फत

केन्द्रमा दर्ता गर्नुहोस्।

6. डाक्टर सधैँ केन्द्रमा तैनाथ छन् र अनलाइनमार्फत सोधपुछ गरेर लक्षणहरु चेक गर्छन्।
7. त्यसपछि जनस्वास्थ्य केन्द्रको निर्देशन अनुसार घरमै बसेर निको हुन सक्नुहुन्छ।

３. परीक्षण किटको लागि आवेदन र कोरोना पोजेटिभ व्यक्तिको दर्ताबारे

（１）परीक्षण किटको लागि आवेदन

यदि तपाइँ किट प्राप्त गर्न चाहनुहुन्छ भने कृपया अनलाइनआवेदनगर्नुहोस्।
आवेदनहरूअगस्ट 8 तारिख देखि अगस्त 31 तारिख सम्म स्वीकार गरिनेछ।

आवेदन साइट पहुँच गर्न तल 2D बारकोड स्क्यान गर्नुहोस्।

※ प्रति व्यक्ति एक आवेदन मात्र (एक आवेदन अनुसार एक किट वितरण गरिनेछ)

(2D बारकोडको फोटो)

（２）कोरोना पोजेटिभ व्यक्तिको दर्ता

दर्ता अगस्त 8 तारिख देखि सेप्टेम्बर 7 तारिख सम्म खुला रहनेछ।

कृपया परीक्षण किटसँग संलग्न जानकारी पुस्तिका चेक गर्नुहोस् र दर्ता साइट पहुँच गर्नुहोस्।

४. सम्पर्क

सम्पर्क गर्ने विषय	फोन नम्बर	सम्पर्क गर्ने समय	समर्थित भाषा
परीक्षण किट आवेदनबारे सोधपुछ	050-2018-7587	बिहान 9 बजे देखि साँझ 6 बजे सम्म (शनिबार, आइतवार र सार्वजनिक बिदाहरूमा पनि सम्पर्क गर्न सकिन्छ)	जापानी भाषा मात्र

यदि तपाईंलाई विदेशी भाषामा परामर्श आवश्यक भएमा कृपया तलको फुकुओका प्रीफेक्चरल विदेशी परामर्श केन्द्रमा सम्पर्क गर्नुहोस्।

सम्पर्क गर्ने विषय	फोन नम्बर	सम्पर्क गर्ने समय	समर्थित भाषा
रोजगारी, श्रम, आवास, बालबालिकाको शिक्षा आदि जस्ता जिवनयापनको समस्याहरु र बसोबास, कानुनी परामर्श आदि जस्ता विभिन्न परामर्शहरू।	0120-279-906 (निःशुल्क)	बिहान 10 बजे देखि बेलुका 7 बजे सम्म (शनिबार, आइतवार र सार्वजनिक बिदाहरूमा पनि सम्पर्क गर्न सकिन्छ)	22 भाषाहरू (जापानी, अङ्ग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, भियतनामी, नेपाली, इन्डोनेसियाली, तागालोग, पोर्चुगिज, थाई, स्पेनिस, फ्रेन्च, जर्मन, इटालियन, रुसी, मलय, म्यानमार भाषा, ख्मेर भाषा, मंगोलियन, सिंहली, हिन्दी, बंगाली)

40 वर्ष भन्दा माथिका व्यक्तिहरू र अन्तर्निहित रोगहरू भएकाहरूले अहिले सम्म जस्तै अस्पतालमा गएर स्वास्थ्य परिक्षण गर्नुहोस्। त्यतिबेला पनि यदि तपाईंलाई हल्का ज्वरो , खोकी वा घाँटी दुखाइ जस्ता हल्का लक्षणहरू छन् भने कृपया सकेसम्म बिदाको दिन बाहेकको दिनमा दिउँ सोको समयमानजिकैको अस्पतालमा जानुहोस् र राती वा छुट्टीको दिनमा इमर्जेन्सी विभागमा जानबाट टाढा रहनुहोस्।

खोपको सम्बन्धमा हामी नगरपालिकाहरूसँग सहकार्य गरी वृद्धवृद्धाहरूलाई चौथो खोपको प्रचारप्रसार गर्नेछौँ। साथै वृद्धाश्रममा काम गर्नेहरु र स्वास्थ्यकर्मी हरुलाई चौथो खोप लगाउने काम चाँडै अगाडि बढाउनेछौँ।

प्रिफेक्चरका नागरिकहरूलाईअपील

प्रिफेक्चरका नागरिकहरूलाई पुन : एक पटकआधारभूत संक्रमण रोकथाम उपायहरू पूर्ण रूपमा लागू गर्न र चिकित्सा हेरचाहको सुरक्षामा सहयोग गर्न आग्रह गर्न चाहन्छु।

वृद्धवृद्धाहरू र अन्तर्निहित रोग भएकाहरूजस्ता गम्भीर अवस्थामा पुग्ने उच्च जोखिममा रहेकाहरु आफ्नो जीवनको रक्षा गर्न कृपया सकेसम्म चाँडो चौथो खोप लगाउने बारे विचार गर्नुहोस्।
साथै बाहिर जानुहुँदा वा मानिसहरूलाई भेट्नुहुँदा कृपया गन्तव्यको भीड र संक्रमण रोकथामका उपायहरू छ कि छैन राम्रोसँग पक्का गर्नुहोस्।
साथै आधारभूत संक्रमण रोकथामका उपायहरू अपनाउनुहोस्। जस्तै मास्क लगाउने, आफ्नो हातहरूलाई कीटाणुरहित गर्ने , तीनवटा परिस्थिति (सन्मिचु) बाट बच्ने र कोठाको हावा फेर्ने।

गम्भीर अवस्थामा पुग्ने उच्च जोखिममा रहेका व्यक्तिहरूसँग दैनि क सम्पर्कमा हुनुहुन्छ भने कृपया संक्रमणको उच्च जोखिम हुने कार्यहरूबाट टाढा रहनुहोस् र सावधानीपूर्वक कार्य गर्नुहोस्।

ओबोन सिजन नजिकिँदै गर्दा लामो समय पछि गृहनगर फर्केर वृद्ध मानिसहरूलाई भेट्ने अवसरहरूबढ्छन् होला। त्यस अवस्थामा प्रिफेक्चरलको नि :शुल्क परीक्षण प्रयोग गरेर अग्रिम परीक्षणमा नेगेटिभ भएकोपक्का गर्नुहोस्। साथै कृपया आफ्नो घरमा पनि संक्रमण रोक्नको लागि थप उपायहरू अपनाउनुहोस्। जस्तै मास्क लगाउने र कोठाको हावा बारम्बार फेर्ने।

भोजको अवसरहरूबढ्नेछन्। ठूलो संख्यामा मानिसहरूसँग खाना खाने परिस्थि तिमा पनि यी

नि:शुल्क परीक्षणहरूको प्रयोग गर्न आग्रह गर्न चाहन्छौँ।