COVID-19

Bersyon ng 2022

# Mangyaring makipagtulungan upang maiwasan ang pagkalat ng impeksyon

**Kahit pagkatapos ng pagbabakuna, mangyaring siguraduhin na "magsuot ng mask", "maghugas ng mga kamay", at "iwasan ang 3-Mitsu (3Ms: Malapitang pakikipag-usap, Mataong lugar, at Masikip na lugar na may mahinang bentilasyon)".**

## Gamitin nang tama ang mask!

1. Isara ang puwang ayon sa hugis ng iyong ilong

2. Hilahin ito hanggang sa baba at i-fit ito sa iyong mukha nang walang puwang

### Siguraduhing suot ang mask kapag nakikipag-usap!

Punto

- Mask na nakalabas ang ilong ✕ Mask sa baba ✕
- Huwag hawakan ang labas na bahagi ng mask kapag nasuot na ito
- Hawakan ang tali para tanggalin o isuot ito
- Gumamit ng non-woven na mask na tiyak ang kalidad hangga't maaari

## Dalasan ang paghugas at pagsanitize ng mga kamay at diliri!

**Siguraduhing maghugas sa mga sumusunod na sitwasyon!**

- Pagkatapos makahawak ng mga bagay na ginagamit ng lahat
- Bago at pagkatapos kumain
- Pagkatapos gumamit ng pampublikong transportasyon, atbp.

Punto

Siguraduhing huwag kalimutang hugasan ang mga daliri, pagitan ng mga kuko, pagitan ng mga daliri, at pulso!

## Hangarin natin ang Zero-Mitsu! (Kasikipan)

**Iwasan kahit na isang Mitsu (Walang kasikipan)!!**

**Malapitan**

Walang mask ✕
Malakas na boses ✕

**Siksikan**

Maraming tao ✕
Malapit na distansya ✕

**Sarado**

Hindi magandang bentilasyon ✕
Makitid na lugar ✕

▶Mangyaring iwasang pumunta sa trabaho, paaralan, o maglakbay kapag masama ang pakiramdam.
▶Para sa mga hindi pa nabakunahan, mangyaring magpabakuna.

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan
MHLW Ministry of Health, Labour and Welfare of Japan
内閣官房 新型コロナウイルス等感染症対策推進室
Preventing COVID-19 and stopping its spread ▶
(MHLW COVID-19)