

# Thông báo của Trạm kiểm dịch dành cho người nhập cảnh vào Nhật Bản

**Yêu cầu hành khách **tuân thủ 5 nội dung** sau đây trong “14 ngày” tính từ ngày sau ngày nhập cảnh vào Nhật Bản (\*).**

Hơn nữa kính mong hành khách trả lời cả các câu hỏi (1) và (2) ở mặt sau.

\* Ngày sau ngày nhập cảnh vào Nhật Bản được tính là “ngày thứ nhất”

1. **Không đi ra ngoài trong 14 ngày** khỏi địa chỉ tại Nhật Bản đã ghi trong Bảng câu hỏi và **cố gắng hết sức hạn chế tiếp xúc với người khác.**

2. **Không được sử dụng phương tiện giao thông công cộng trong 14 ngày.**

(Tàu điện, xe buýt, taxi, các chuyến bay nội địa, v.v. có nhiều người bắt đặc định sử dụng)

3. **Hàng ngày tiến hành kiểm tra tình hình sức khỏe trong 14 ngày.**

- ✓ Hàng sáng tiến hành đo nhiệt độ cơ thể để kiểm tra xem có bị sốt hay không.
- ✓ Kiểm tra xem có các triệu chứng như ho dữ dội hoặc khó thở, v.v. hay không.
- ✓ Kiểm tra xem có bị rối loạn vị giác hoặc khứu giác (không cảm giác được mùi vị) hay không.

\* Những người hồi hương từ các khu vực đặc biệt đang có dịch bệnh truyền nhiễm virus Corona chủng mới (xem bảng ở mặt sau) cần phải báo cáo tình hình sức khỏe. Các trường hợp này **có thể sẽ nhận được liên lạc** từ Trung tâm y tế, v.v. để theo dõi tình hình sức khỏe.

4. **Nếu thấy xuất hiện các triệu chứng như ho hoặc sốt, v.v. hãy đeo khẩu trang và cẩn thận để không lây nhiễm cho người khác.** Hơn nữa khi muốn đến bệnh viện, v.v. **cần phải gọi điện thoại liên lạc trước với “Trung tâm tư vấn người hồi hương và người có tiếp xúc”** để thông báo về khu vực đã lưu trú sau đó đến khám tại cơ sở y tế theo chỉ định.

5. **Thực hiện những việc sau đây để tránh lây lan truyền nhiễm.**

- ✓ Tiến hành “rửa tay” thường xuyên.
- ✓ Cố gắng “ngủ đủ giấc” và “ăn đủ dinh dưỡng”.
- ✓ Trường hợp có người thân trong gia đình, v.v. không được khỏe, những người xung quanh cũng phải “đeo khẩu trang” và “hạn chế người tiếp xúc”.

● Vui lòng xem các trang dưới đây để biết về những điểm cần lưu ý trong cuộc sống hàng ngày từ sau ngày thứ 14 trở đi (đa ngôn ngữ).

★ Trang web của Bộ Y tế, Lao động và Phúc lợi

Trang này có đăng tải về những việc cần lưu ý trong cuộc sống hàng ngày và giới thiệu “Trung tâm tư vấn người hồi hương và người có tiếp xúc”, là nơi tư vấn dành cho những người có các triệu chứng như ho hoặc sốt, v.v. sau khi hồi hương.



★ Trang web của Văn phòng Nội các

Giới thiệu “5 tình huống” làm tăng nguy cơ lây nhiễm



Vui lòng liên hệ với nơi tư vấn nếu có bất kỳ thắc mắc nào liên quan đến bệnh truyền nhiễm virus Corona chủng mới.

► **Nơi tư vấn qua điện thoại của Bộ Y tế, Lao động và Phúc lợi: 0120-565653 (Miễn phí gọi, 9: 00 đến 21: 00)**



Trạm kiểm dịch, Bộ Y tế, Lao động và Phúc lợi

(1) Có nội dung trùng hợp trong số các nội dung từ ① đến ⑤ dưới đây.

Có (Yes) Không (No)

\* Người đã chọn là “Có” hãy khoanh tròn vào số của tất cả các nội dung trùng hợp.

- ① Đã tiếp xúc với người có các triệu chứng như sốt hoặc ho, v.v. trong vòng 14 ngày qua.
- ② Đã tiếp xúc với bệnh nhân bị nhiễm bệnh trong vòng 14 ngày qua.
- ③ Đã có các triệu chứng như sốt hoặc ho, v.v. trong vòng 14 ngày qua.
- ④ Hiện nay có bất thường về sức khỏe.  
 ■ Các triệu chứng trong trường hợp có bất thường: • Sốt • Ho • Mệt mỏi • Khác ( )
- ⑤ Đang sử dụng thuốc hạ sốt, thuốc cảm, thuốc giảm đau, v.v.

(2) Đã lưu trú tại các khu vực dưới đây trong vòng 14 ngày qua.

Có (Yes) Không (No)

\* Người đã chọn là “Có” hãy khoanh tròn vào tất cả các khu vực đã lưu trú đó.

	Các khu vực đặc biệt đang có dịch (*)
Châu Á	Indonesia, Philippines, Malaysia, Maldives, Ấn Độ, Pakistan, Bangladesh, Nepal, Bhutan, Myanmar
Châu Âu	San Marino, Iceland, Andorra, Ý, Estonia, Áo, Hà Lan, Thụy sĩ, Tây ban nha, Slovenia, Đan Mạch, Đức, Na Uy, Vatican, Pháp, Bỉ, Malta, Monaco, Liechtenstein, Luxembourg, Ireland, Thụy Điển, Bồ Đào Nha, Hy Lạp, Slovakia, Cộng hòa Séc, Hungary, Phần Lan, Belarus, Bosnia và Herzegovina, Ba lan, Latvia, Lithuania, Anh Quốc, Síp, Croatia, Kosovo, Bulgaria, Romania, Albania, Armenia, Cộng hòa Moldova, Montenegro, Cộng hòa Bắc Macedonia, Serbia, Ukraine, Liên bang Nga, Azerbaijan, Kazakhstan, Tajikistan, Kyrgyzstan, Georgia, Uzbekistan
Trung Đông	Các Tiểu Vương Quốc Ả Rập Thống Nhất, Cộng hòa Hồi giáo Iran, Israel, Oman, Qatar, Kuwait, Ả Rập Saudi, Thổ Nhĩ Kỳ, Bahrain, Afghanistan, Iraq, Lebanon, Lãnh thổ của người Palestin, Jordan
Châu Phi	Ai Cập, Bờ biển Ngà, Cộng hòa dân chủ Congo, Djibouti, Mauritius, Maroc, Cape Verde, Gabon, Guinea-Bissau, Sao Tome và Principe, Guinea Xích đạo, Ghana, Guinea, Nam Phi, Algeria, Eswatini, Cameroon, Senegal, Cộng hòa Trung Phi, Mauritania, Kenya, Comoros, Cộng hòa Congo, Sierra Leone, Sudan, Somalia, Namibia, Botswana, Madagascar, Libya, Liberia, Gambia, Zambia, Zimbabwe, Malawi, Ethiopia, Nigeria, Rwanda, Nam Sudan, Tunisia, Lesotho
Bắc Mỹ	Hợp chúng quốc Hoa Kỳ, Canada
Trung Nam Mỹ	Antigua và Barbuda, Ecuador, Saint Kitts và Nevis, Chile, Dominica, Cộng hòa Dominica, Barbados, Panama, Brazil, Peru, Nhà nước Đa dân tộc Bolivia, Bahamas, Mexico, Uruguay, Honduras, Colombia, El Salvador, Argentina, Guyana, Cuba, Guatemala, Grenada, Saint Vincent và quần đảo Grenadines, Costa Rica, Jamaica, Haiti, Nicaragua, Suriname, Paraguay, Cộng hòa Boilivariana Venezuela, Belize, Trinidad và Tobago
Châu Đại Dương	Không có

(\*): Các khu vực thuộc đối tượng bị hạn chế nhập cảnh theo Luật Quản lý xuất nhập cảnh và chứng nhận tị nạn