

**Kế hoạch giáo dục phòng tránh bệnh truyền nhiễm ở gia đình đa văn hóa**  
 - Kế hoạch gửi tin nhắn hướng dẫn phòng tránh bệnh truyền nhiễm -

Ngày gửi	Nội dung	Số lượng tin nhắn gửi
15.6 (thứ 3)	<p>「Các lưu ý và các quy định cần tuân thủ để phòng tránh virus corona - 19」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rửa tay bằng xà phòng sạch với nước trong vòng 30 giây</li> <li>- Thực hiện đầy đủ các quy định phòng tránh dịch khi ra ngoài, sau khi đi vệ sinh, sau khi ăn, sau khi xì mũi, hắt hơi ....</li> <li>- Khi bị ho, lưu ý tuân thủ các quy tắc</li> <li>- Khi bị ho dùng khăn giấy hoặc phần trên tay áo che miệng và mũi</li> <li>- Đeo khẩu trang</li> <li>- Không đưa tay lên mắt, mũi, miệng khi chưa rửa sạch tay</li> </ul> <p>★ Khi xuất hiện các triệu chứng nghi ngờ nhiễm corona, hạn chế đến bệnh viện hay phòng khám, mà hãy đến ngay trung tâm y tế cộng đồng để tiến hành kiểm tra xét nghiệm corona.</p> <p>「COVID-19 Prevention Rules and Precautions」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Wash your hands with soap and running water for at least 30 seconds</li> <li>-After going out, having a bowel movement, before or after eating, blowing your nose, coughing, sneezing, etc.</li> <li>-Observe cough etiquette</li> <li>-Cover your mouth and nose with a tissue or upper sleeve when coughing</li> <li>-Wearing a mask</li> <li>-Avoid touching your eyes, nose and mouth with unwashed hands</li> </ul> <p>★If you have symptoms of covid-19, refrain from visiting facilities such as hospitals and visit a public health center screening clinic to test for covid-19.</p>	
12.7. (월)	<p>「Quy tắc phòng chống các bệnh truyền nhiễm qua đường nước và thực phẩm vào mùa hè」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Thói quen rửa tay đúng cách</li> <li>- Uống nước đun sôi</li> <li>- Nấu thức ăn ở nhiệt độ vừa đủ để làm chín</li> <li>- Rửa và gọt vỏ rau củ quả trước khi ăn</li> <li>- Nấu ăn hợp vệ sinh                         <ul style="list-style-type: none"> <li>* Sử dụng riêng dụng cụ nấu ăn và khử trùng sau khi nấu</li> </ul> </li> <li>- Khi có triệu chứng bị tiêu chảy, không nấu hoặc chế biến thức ăn</li> </ul> <p>「Prevention rules for waterborne and foodborne infectious diseases in summer」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Proper hand washing routine</li> <li>- Drink boiled water</li> <li>- Cook food at a sufficient temperature to cook it</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wash and peel vegetables and fruits before eating</li> <li>- Cooking hygienically <ul style="list-style-type: none"> <li>* Use cooking utensils separately and disinfect after cooking</li> </ul> </li> <li>- Do not cook or prepare food if you have diarrhea</li> </ul>	
9.8. (thứ 2)	<p><b>「Các quy tắc phòng ngừa và biện pháp phòng ngừa bệnh sốt rét」</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Hạn chế các hoạt động ngoài trời trong giờ hoạt động của muỗi (10 giờ tối đến 4 giờ sáng)</li> <li>2. Mặc áo dài tay / quần dài</li> <li>3. Sử dụng kem chống muỗi và màn chống muỗi</li> <li>4. Thường xuyên kiểm tra tấm màn chống côn trùng</li> <li>5. Nếu bạn có các triệu chứng như sốt hoặc ớn lạnh sau khi bị muỗi đốt khi đang sống (hay đến thăm) trong vùng có phát sinh dịch sốt rét, hãy đến cơ sở y tế ngay lập tức.</li> </ol> <p><b>「Malaria Prevention Rules and Precautions」</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Refrain from outdoor activities during mosquito activity hours (10 pm to 4 am)</li> <li>2. Wear long sleeves / long pants</li> <li>3. Use mosquito repellent and mosquito nets</li> <li>4. Insect screen maintenance</li> <li>5. If you have symptoms such as fever or chills after being bitten by a mosquito while living (visiting) in an area where malaria has occurred, seek medical attention immediately.</li> </ol>	
계		0