

အလုပ်ပြုလုပ် ကိုရိုနာ ဝေရာဂါ ကူးစက်မှု ပျံ့နှံ့ခြင်းမှ ကာကြည့်ရန်အတွက် စတင်ဆေးရမည့် စာရင်း

- 1 ဤစတင်ဆေးရမည့် စာရင်းသည် အလုပ်ပြုလုပ် ကိုရိုနာ ဝေရာဂါ ကူးစက်မှု ပျံ့နှံ့ခြင်းမှ ကာကြည့်ရန် အချိန်ခံစားရမည့် အစီအမံများ၏ အောက်တွင် ထည့်သွင်းဖော်ပြထားပြီး အချိန်ခံစားမှုကို အတည်ပြုရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။
- 2 ယင်းတို့ထဲတွင် လူပုဂ္ဂိုလ်အား အလုပ်ပုံစံ၊ အလုပ်အကိုင်၊ တိုက်ရိုက် အချိန်ခံစားမှု၊ လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း အချိန်ခံစားမှု၊ ရွှေ့ပြောင်းနေထိုင်မှု၊ ထိုနေရာက အသံအားဖြင့် အသံအားဖြင့် (လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း) မဟုတ်ဘဲ စီမံခန့်ခွဲမှုများသည် မလုံလောက်ပါ။ လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း အချိန်ခံစားမှု အတည်ပြုရန်အတွက် အသံအားဖြင့် (အလုပ်ပုံစံ၊ အလုပ်အကိုင်) မှ ခွဲခြား၍ လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း အချိန်ခံစားမှုကို တိကျစွာ လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း အချိန်ခံစားရမည်။
- 3 အတည်ပြုထားတဲ့ ရလဒ်များကို ကန့်သတ်မှုများ/ ကန့်သတ်မှုများ/ ကန့်သတ်မှုများ အစီရင်ခံစာ၊ အစီအမံများဖြင့် မလုံလောက်ဘဲ အချိန်ခံစားမှု ပုံစံအားဖြင့် စတင်ဆေးရမည့် အချိန်ခံစားမှုကို ပြုလုပ်ပေးရမည်။ ပိုမိုတိုးတက်မှုများဖြင့် အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။ ထို့ပြင် ထိုရလဒ်များအတွက် ပစ္စည်းများ အလုပ်အကိုင်အားဖြင့် အတည်ပြုရန် အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။
 ကန့်သတ်မှုများ/ ကန့်သတ်မှုများ/ ကန့်သတ်မှုများ အလုပ်အကိုင်အား ပြုလုပ်ပေးရမည့် အချိန်ခံစားမှု အလုပ်အကိုင် အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။
 * အစီအမံအချိန်ခံစားမှု အလုပ်အကိုင်အား ပြုလုပ်ပေးရမည့် စတင်ဆေးရမည့် အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။

အောက်ဖော်ပြပါအချက်များ	အတည်ပြုရန်
1. ဝေရာဂါကူးစက်မှုကို ကာကြည့်ရန် လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း	
* လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း အချိန်ခံစားမှု အောက်တွင် ကိုရိုနာ ဝေရာဂါ ပျံ့နှံ့မှုများ/ ကန့်သတ်မှုများ/ ကန့်သတ်မှုများ တွင် အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။ အလုပ်အကိုင်အား ပြုလုပ်ပေးရမည့် စတင်ဆေးရမည့် အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။	လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း / မလုပ်ဆောင်ပါ။
* အလုပ်ပြုလုပ် ကိုရိုနာ ဝေရာဂါ ကူးစက်မှု ပျံ့နှံ့ခြင်းမှ ကာကြည့်ရန် အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။ (ကန့်သတ်မှုများ/ ကန့်သတ်မှုများ/ ကန့်သတ်မှုများ အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။)	လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း / မလုပ်ဆောင်ပါ။
* ကုမ္ပဏီ၏ လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း စည်းစိမ်များ/ အလုပ်အကိုင်အား အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။	လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း / မလုပ်ဆောင်ပါ။
* အလုပ်အကိုင်အား ကူးစက်မှု ပျံ့နှံ့ခြင်းမှ ကာကြည့်ရန် လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။ တာဝန်ခံစားမှု အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။	လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း / မလုပ်ဆောင်ပါ။
* လုံခြုံခံစား ဝေးဝေး ကန့်သတ်မှုများ/ ကန့်သတ်မှုများ/ ကန့်သတ်မှုများ စတင်ဆေးရမည့် အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။ စတင်ဆေးရမည့် အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။	လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း / မလုပ်ဆောင်ပါ။
* အလုပ်ပြုလုပ် ကိုရိုနာ ဝေရာဂါ ကူးစက်မှု ပျံ့နှံ့ခြင်းမှ ကာကြည့်ရန် အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။ အလုပ်အကိုင်အား ပြုလုပ်ပေးရမည့် စတင်ဆေးရမည့် အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။	လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း / မလုပ်ဆောင်ပါ။
2 ဝေရာဂါကူးစက်မှုကို ကာကြည့်ရန် အချိန်ခံစားရမည့် အချိန်ခံစားမှု	
(1) ဝေရာဂါကူးစက်မှုကို ကာကြည့်ရန် အချိန်ခံစားမှု (၃) နှစ် - (၁) ရပ်တန့်ခြင်းအတွက် အကြောင်းအရာ (၂) Mask ဝေးဝေးခံစားမှု (၃) လက်ခံစားမှု	
* လူတစ်ဦးနှင့် တစ်ဦး အကြားအကွာအဝေး အတိုင်း 2m (၆ ပေခန့်) (အနည်းဆုံး 1m) (၃ ပေခန့်) ချိတ်ထားရမည်။	လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း / မလုပ်ဆောင်ပါ။
* စကားပြောရာတွင် အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။	လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း / မလုပ်ဆောင်ပါ။
* အချိန်ခံစားမှု အချိန်ခံစားမှု အချိန်ခံစားမှု စကားပြောရာတွင် အချိန်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။ Mask ကို ဝေးဝေးခံစားမှု အကွာအဝေးအတိုင်း ပြုလုပ်ပါ။ * အကွာအဝေးကို ကိုယ်တိုင် ပြုလုပ်ပါ။	လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း / မလုပ်ဆောင်ပါ။
* လက်ခံစားမှုအား စကားပြောရာတွင် လက်ခံစားမှု ပြုလုပ်ပါ။ (လက်ခံစားမှု လက်ခံစားမှု အချိန်ခံစားမှု)	လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း / မလုပ်ဆောင်ပါ။
* အချိန်ခံစားမှု ()	လူပုဂ္ဂိုလ်အချင်းချင်း / မလုပ်ဆောင်ပါ။

အေဘဏ်ကုမ္ပဏီအရာ	အတည်ပြုရန်
-----------------	------------

(2) အောက်ပါအချက်များကို လုံးဝ ရှောင်ကြားပါရန်	
<ul style="list-style-type: none"> • အစ်ကို ညွှန်ကြား (လူစုလူဝေး၊ နီးကပ်မြို့နယ်များ၊ အလုပ်ကိုင်ရာများ) ကို ရှောင်ကြားရန် လုပ်ဆောင်ကြားကို အားလုံးအား အသိပေးထားပြီး လုပ်ဆောင်ခြင်း ပျက်စီးခြင်း ရှောင်ကြားရန် သေချာစွာ လုပ်ဆောင်ပေးရမည်။ 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အချား () 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်

(3) နေပြည်တော် မြို့နယ်အတွင်း စုစည်းခြင်း	
<ul style="list-style-type: none"> • အလုပ်ပေးမှု ကိုယ်ပိုင်နယ်၊ တိုင်းတာဝန်များ အားလုံးကို အသိပေးပြီး သေချာစွာ လုပ်ဆောင်ပေးရမည်။ • အလုပ်ပေးမှု အခါ အားလုံး၏ နေပြည်တော် မြို့နယ်အတွင်း (ကိုယ်ပိုင်နယ်၊ ပြည်သူ့အဖွဲ့များ၊ မိမိပိုင်ဆိုင်မှု အဖွဲ့များ၊ လက်ထောက်များ၊ ရှိမရှိ အရင်းနှီးမြှုပ်နှံမှု အဖွဲ့များ၊ ပုံမှန်ဟုတ်မှန် ရှိမရှိ) ကို စုစည်းလက်ကိုင်ရမည်။ • မြို့နယ်အတွင်း အချိန်အကွာအဝေးပါက ငြိမ်းသွားရာ အသိပေးပြီး ငြိမ်သွားရမည့် ပတ်ဝန်းကျင်၊ ဖိတ်ခေါ်မှု၊ မြို့နယ်အတွင်း အချိန်အကွာအဝေး တိုင်းတာဝန်များ အလုပ် မလုပ်ပေးခြင်း၊ ရုံးသားပြု အသိပေးစာ၊ အခြားအချိန်အကွာအဝေးကို နှစ်စဉ်စစ်ဆေးစေသည့် ကြိုတင်စီစဉ်မှုများ မလုပ်ဆောင်ရန် လုပ်ဆောင်ခြင်း အတည်ပြု စုစည်းလက်ကိုင်ရမည်။ 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အချား () 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်

(4) အခြေပြု ကြီးကြပ်ရေး အာမခံခံ	
<ul style="list-style-type: none"> • အန္တရာယ်ပေးမှု အလွယ်တကူ ပြုစုခြင်း၊ ရှောင်ကြားမှု ပြုစုခြင်း စသည့် ပြဿနာများ ရှိမရှိ စစ်ဆေးရန် ပြုစုကြိုက်ပါသည်။ • အာဟာရလိုလောကအောင် စားသုံးခြင်း၊ လိုလောကအောင် အိပ်ခြင်း စသည့်အား အားလုံးကို အသိပေးပြီး သေချာစွာ ဆောင်ရွက်ပေးရမည်။ 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အချား () 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်

(5) "လူနေမှုပုံစံအသစ်" ၏ လက်တွေ့ကျင့်သုံးမှု အစီအစဉ်အရ "အလုပ်ပေးမှု ပုံစံအသစ်" အား အကောင်အထည်ဖော် လုပ်ဆောင်ခြင်း ပြုစုပါရန်	
<ul style="list-style-type: none"> • "နည်းပညာ ကို အသုံးပြု၍ အလုပ်ပေးမှု ပြုစုခြင်း အလွယ်တကူ အလုပ်ပေးမှု ပြုစုခြင်း" စနစ်ကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ • "အန္တရာယ်ပေးမှု အလွယ်တကူ ပြုစုခြင်း သက်တောင့်သက်သာ ရှိစေရန်" ကို အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ပါသည်။ • ရုံး၏ လူဦးရေ သိရှိမှုများကို လေ့လာမှု "ရုံးကို ကြည့်ရှုခြင်းစနစ်" ကို အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ပါသည်။ • "အစည်းအဝေးကို Online ပြုစုခြင်း" အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ပါသည်။ • "လိမ္မာကတု လေ့လာမှုကို Online ပြုစုခြင်း" အကောင်အထည်ဖော်နိုင်ပါသည်။ • "မိမိကုန်သွယ်ရေးအဖွဲ့အစည်းအဖွဲ့အစည်းကို လေ့လာမှု အကောင်အထည်ဖော်ခြင်း သို့မဟုတ် Mask တပ်ဆင်မှု ပြုစုခြင်း" ကို အကောင်အထည်ဖော် လိုက်နိုင်ပါသည်။ 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်

(6) ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်ကူးစက်ခြင်း ပဏ္ဍိတသတ်မှတ်ခြင်းအရ အန္တရာယ်ကင်းစင်ရေး စီစဉ်ခြင်းများ	
<ul style="list-style-type: none"> • နိုင်ငံ၊ ဒေသဆိုင်ရာအစိုးရ၊ ဂျပန်နိုင်ငံ၊ ခရီးသွားလာရေးဆိုင်ရာ ဆေးဘဏ္ဍာ အသင်း၊ ဂျပန်နိုင်ငံ၊ ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ် အသင်း စသည့် အဖွဲ့အစည်းများ၊ အသိပေးချက်များ စသည့် "သတိပြုရမည့်အချက်များ" ကို တစ်ချိန်တည်း ဖြစ်စေပြီး လုပ်ဆောင်ကြားကို မျှော်လင့်စွာ စောင့်ကြည့်ရမည်။ 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အချား () 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်

3 ဝေရာဂါကူးစက်မှုကို ကာကြားဆီးရန် လက်တွေ့ကျင့်သုံးရမည့် အချက်များ

(1) အချိန်အကွာအဝေး လုပ်ဆောင်ခြင်း	
<ul style="list-style-type: none"> • (၁) လေလွတ်စေရန် မကောင်းသော ပုံစံဖြင့် အလုပ်ပေးမှု ပြုစုခြင်း၊ (၂) လူဦးရေ အချိန်အကွာအဝေး စုစည်းခြင်း၊ (၃) နီးကပ်စွာ စကားပြောခြင်းများ အသိပေးချက်များ စသည့် "သတိပြုရမည့်အချက်များ" ကို တစ်ချိန်တည်း ဖြစ်စေပြီး လုပ်ဆောင်ကြားကို မျှော်လင့်စွာ စောင့်ကြည့်ရမည်။ • အထက်ပါ "သတိပြုရမည့်အချက်များ" တစ်ချိန်တည်း မဟုတ်ဘဲ၊ အချိန်အကွာအဝေး လိုလောကအောင် သည်" ကို ရရှိနိုင်ပါသည်။ 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အချား () 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်

အေဘုကာင်းအရာ	အတည့်ချုပ်ရန်
(5) နီးကပ်သော အကြာအဝေးမှ စကားပြောဆိုခြင်း၊ အသံကြော့ချောင်းတို့ကို ထိန်းခံရခြင်း	
<ul style="list-style-type: none"> • လူပုန်းခြံဖြင့် (လုပ်ငန်းကိစ္စ အပါအဝင်) အချားသုံးဝင်စွာ ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးရန် အကြံပေးထားခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • ချုပ်ချယ်မှု၊ နည်းစည်း၊ စီးပွားရေးလုပ်ငန်းကိစ္စများနှင့် မိတ်ဆက်ပေးခြင်းဆိုင်ရာ ဆွေးနွေးခြင်း၊ အနီးကပ်အကြာအဝေးမှ ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • များစွာနံ့ MASK ဝတ်ဆင်ခြင်းကာ မပါပဲ 1m (၃ ပေ ၁၅) အကြာမှ ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • ဖုန်းနှင့် ဓာတ်ပုံစာတိုက်များ စသည့် အကာအကြွယ်စွာ အသံကြော့ရန် MASK ဝတ်ဆင်ခြင်းကာ တစ်ဖက်မှ အပြုအမူအကြော့ အသံဖြင့် ဆွေးနွေးခြင်းအခါ MASK ကို မဖယ်ရှားရန် အသိပေးလျက်ရှိသည်။ အသံချစ်စရာ အသုံးပြုခြင်း (သို့) အသံထုတ်ခြင်းသည် ဘုတုပြုပါသည့် MASK မှားအား အသုံးပြုစေလိုသည်။ 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အချား () 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
(6) ဘုံအသုံးပြုသော အိမ်များ သန့်ရှင်းရေး	
<ul style="list-style-type: none"> • လမ်းစီ ထိတွေ့မှုရှိသော နေရာများတွင် သန့်ရှင်းရေးအတွက် လိုအပ်သည့် ပိုးသတ်ဆေးများကို ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အိမ်၏ ဖုန်မှုတ်ပေးခြင်းနှင့် နံရံများတွင် ဆီယုတ်မှုကို တိုက်ဖျက်ပေးရန် ၀.၁% ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အိမ်အဖုံးကို ပိတ်ပိတ် အညွှတ်ဖုန်များကို စီးဆင်းစေရန် ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း (အိမ်ခြံကြွေခြင်းသည် ပုံမှန် သန့်ရှင်းရေးအပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း) 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • စက် လက်ထုတ်ပစ္စည်း တွင် ပါရှိသည့် (သို့) တစ်စိတ်စိတ်အကြော့ လက်ထုတ်ပစ္စည်းများ ပြုပြင်ဆေးခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • လက်ဝေမေးတွင်း၊ အိမ်အသုံးပြုသည့် အိမ်များကို တားမြစ်ခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အချား () 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
(7) နားခွေရန် နေရာစာတိုက်ကို အသုံးပြုခြင်းအေဘုကာင်း	
<ul style="list-style-type: none"> • တစ်ဖက်မှ ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်းကို လိုအပ်သည့် မိတ်ဆက်ပေးခြင်းနှင့် စားသောက်ခြင်းအခါ ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အနားယူသည့် နေရာသည် ပုံမှန်အပြုအမူအား လိုအပ်သည့် အကြော့ကောင်းစေရန် ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အနားယူသည့် နေရာတွင် အတူတူ အသုံးပြုသော ပစ္စည်းများ (စားပြု၊ ထိုင်၊ အလိုအလျောက် အေရာပေးစက်၏ ခလုတ် စသည်) အား ပုံမှန် ပြုပြင်ဆေးခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အနားယူသည့် နေရာ၏ အဝင်အထွက် ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း၊ လက်ဝေမေးတွင်း၊ လက်ခတ်ခန်းများအား ပြုပြင်ဆေးခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • ဝန္တမိုး စားသောက်ခြင်းတွင် ကူးစက်မှုအား ကာကြည့်ရန် ထိခိုက်မှုအား လိုအပ်သည့် နေရာများအား အကာအရံအပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း၊ MASK ခြစ်ဆွဲခြင်း၊ လိုအပ်သည့် ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း၊ နေရာများအား ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း စသည် တို့ဖြင့် ကာကွယ်ရန် 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • ဝန္တမိုး စားသောက်ခြင်းတွင် ကူးစက်မှုအား ကာကြည့်ရန် ညွှန်း၊ ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • ဆေးလိပ်သောက်သည့် နေရာတွင် တစ်ဖက်မှ ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း၊ လက်ဝေမေးတွင်း၊ လက်ခတ်ခန်းများ ပြုပြင်ဆေးခြင်း၊ လိုအပ်သည့် ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း၊ စကားပြောရာတွင် ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း လိုအပ်သည့် အကြော့အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အချား အိမ်အသုံးပြုသော နေရာများတွင် လူစုလူဝေး၊ နီးကပ်ခြင်း၊ အလိုမတူ များစွာအောင် အသုံးပြုခြင်းကို ဆန်းစစ်ရန် 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အချား () 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
(8) အမိုးကြွေမှုအပြုအမူအား ပြုပြင်ဆေးခြင်း	
<ul style="list-style-type: none"> • ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း၊ ကွပ်ကဲမှုအပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း (ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း၊ ပုလင်း၊ သံဘူး၊ ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပါအဝင်) များကို ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အမိုးကြွေမှုကို ကာကွယ်ဆေးသည့် Mask၊ လက်ထုတ်၊ မိတ်ဆက် အကာအကြွယ်များကို ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း၊ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း၊ လိုအပ်သည့် ဝေဖန်ဆင်ခြင်မှု အပြုအမူအား တတိုးပို့ပေးခြင်း 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> • အချား () 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်

အေဘုကာငှားအရ	အတညူပျီရန်
--------------	------------

4 ဂျီကုန် လိုအပ်သော အလှူမားမားအား ဝေဆာဋြကုပေးချခင်း စသည့်	
• အေအိမ်ရာဂါလကရုဏာမားရွှိလဟွေ"ရုံးမတကုန်/မတကုစေရန်" ဝေဋ္ဌငှားဆရာဝန်စွဲစွဲလှည့်အနီးအနားရှိဆေးဘဏ္ဍီဣအပြုအစည်းဝေဋ္ဌငှား တယ့်ဖုန်းပေးချခင်းတိုငှားချခင်းကိုလုပ်ဆောင်စေသည့်။	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်
• သက္ကဏ်းရိယိုမားဝေဋ္ဌငှား အေချခခံလှနာမား (ဆီးခိမ်ရာဂါ၊ ဝေဋ္ဌလုံးရာဂါ၊ နာတာရှည် အသက္ကပလမူးပေးဘုကာငှားဆိုဣရာဂါ၊ နာတာရှည် ကောက္ကပရာဂါ၊ ဝေဋ္ဌတိုးရာဂါ၊ ကဏ္ဍ စသည့်) ရှိသူမား၏ ပိုမိုပုပင်းထန်စေသည့် အေရယုပုစေသည့် အလှူမားမားဝေဋ္ဌငှားကိုယုဝန်ဆောင်အား ကာယကရုဏာမား၏ ဝေတာငှားဆိုမားဝေဋ္ဌငှား ဆရာဝန်အား ထင်ပုမင်ကွားအရ (နည်းပညာမားကို အသုံးပျီရီ) အလှူပုပေးချခင်း ဝေဋ္ဌငှား ဝေဋ္ဌငှားလှယုပေးသော အလှူပုပေးချခင်း ရုံးတကုစေချခင်း) စသည့်မားကို ဝေဆာဋြကုကုသည့်။	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်
• အထူးပုပေးချခင်း ကိုယုဝန်ဆောင် အမိခိမ်အလှူမားမားသည့် ဆရာဝန် သို့ ယားဖြားဆရာမမား၏ လမူးညးနွဲမားအရ "မိခင်နွဲမားမားဆာဋြယု၊ ကတုပု" စသည့် ပုပေးချခင်း ဝေတာငှားဆိုလာပါက၊ လှပုပုပု ဆရာဝန်၏ အဘုကဏ္ဍအား ထည့်ဋြငှားစည်းစားပျီပေး၊ အလှူမားအားကန့်ပသတိုငှား (သို့) ရုံးတကုပုပေးချခင်းကို ကန့်ပသတိုပုပေး (အိမ် အလှူပုပေးချခင်း (သို့) အလှူမားပေးချခင်းကို ဆိုလိုသည့်။) တိုပုကို ဝေဆာဋြကုကုသည့်။	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်
• နည်းပညာပုပေးချခင်း အလှူပုပေးစေသောအခါ၊ အလှူပုပေးချခင်း ကိုယုပေးချခင်းကိုယုကဏ္ဍကဏ္ဍမားကို ခြံချခင်းရန် သိရှိထားရမည့်ပုပေးချခင်း အထွေထွေအား ဝေဋ္ဌငှား လှပုပေးချခင်းကိုကွားအား ဆာဋြယုပေးချခင်း နည်းစနစ်၊ ဆန်းစစ်ပျီပေး၊ အိမ် အလှူပုပေးချခင်း၏ ဝိသေသလကရုဏာကိုနားလည့်ပျီပေးသည့်အခါ ကိုယုကွားမား မလုံလောက်ပုပေးချခင်း၊ အိမ်နည်းစနစ် မမှန်ပုပေးချခင်း ဝေဋ္ဌငှား စိတ်နွဲမားမားပေးချခင်း ပုပသနာမား သိသိသာသာပုပေးချခင်း စသည့်ပုပေးချခင်း သိထားပေးချခင်း အလှူပုပေးစေသည့်။	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်
• အျခား ()	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်

5 ကိုရိုနာဗေရာဂါပိုး ကူးစက္ကမား ဝေဋ္ဌငှား အနီးကပ်ဝေဋြပေးသမား (ဝေအာဋြကု"ကူးစက္ကမားစသည့်") ဝေပုဋြကုသည့်အခါ ဝေဆာဋြကုန

(1) ကူးစက္ကမား အက်ယိုတုစေမည့် ကိုဋြယုမား၊ ခြံချခင်းဆက္ကမားကို တားပုပေးချခင်းအား ရွှင်းရွှင်းလင်းလင်း ညးနွဲကားထားရှိပုပေးချခင်း	
• ကိုရိုနာဗေရာဂါပိုးကူးစက္ကမား အတညူပျီပေးပါကလည်း အလှူပုပေးချခင်း ဝေဋ္ဌငှား အျခားသော အက်ယိုတုစေမည့် ကိုဋြယုမားကို မလုပ်ဆောင်နွဲမားဝေဋ္ဌငှား ခြံချခင်းဆက္ကမားကို တားပုပေးချခင်းကို အားလုံးအား အသိပေးထားပျီပေး သေခံ လုပ်ဆောင်စေသည့်။	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်
(2) ဝေရာဂါပိုးကူးစက္ကမား ဝေပုဋြကုသည့်အခါ ဝေဆာဋြကုန	
• ကိုရိုနာဗေရာဂါပိုး ကူးစက္ကမား အတညူပျီပေးပါက လင်ပုမုနာ လှပုနားခြံဋြား ဖုန်း၊ Email စသည့်ပုပေးချခင်း အေဘုကာငှားဘုကာရန် အားလုံးအား အသိပေးထားပျီပေး သေခံဋြကု ဝေဆာဋြကုစေသည့်။	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်
• ကိုရိုနာဗေရာဂါပိုး ကူးစက္ကမားသည့် အတညူပျီပေးသော တတိယပုမုနာကွားဝေဋ္ဌငှား အနီးကပ် ထိဝေဋြပေးထားပုပေးချခင်းကို နန်းမားမားဋြကုမု အိမ်ခန်းရန် ဝေတာငှားဆိုထားပုပေးချခင်းခံရပါက လင်ပုမုနာ လှပုနားခြံဋြား ဖုန်း၊ Email စသည့်ပုပေးချခင်း အေဘုကာငှားဘုကာရန် အားလုံးအား အသိပေးထားပျီပေး သေခံ ဝေဆာဋြကုစေသည့်။	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်
• ကိုရိုနာဗေရာဂါပိုးကူးစက္ကမားသည့် သတင်းပုပေးချခင်းအား လက်သည့် လှပုနားခြံဋြားရှိဋြကု(တာဝန်)ကို သတုပုပေးချခင်း အားလုံးကို အသိပေးထားသည့်။ ထိုအပုပေးချခင်းကို သို့သော် သတင်းအခံကုလကွားကို ကိုဋြယုည့် ဋြကု(တာဝန်)၏ စီမံမား အတိုငှားအတားဝေဋ္ဌငှား ကိုယုပေးချခင်းကိုယုကဏ္ဍကဏ္ဍမားအား ထိန်းသိမ်းစေစေစေကွား စည်းမည်းစည်းကမူးမားအား သတုပုပေးချခင်း အားလုံးကို အသိပေးထားသည့်။	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်
• ကိုရိုနာဗေရာဂါပိုး ရှိသူဝေဋ္ဌငှား နီးကပ် ထိဝေဋြပေးထားသည့် အလှူပုပေးချခင်းရှိပါက မညီညီ ဝေဆာဋြကုမညီ စည်းမည်းစည်းကမူးမား သတုပုပေးချခင်း အားလုံးအား အသိပေးထားသည့်။	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်
• အလှူပုပေးချခင်း ပုပေးသည့် လိုအပ်သည့် အခါမိခိမ် ဝေဆာဋြကုန ဘုကဏ္ဍခံ ဆန်းစစ်မား လှပေးသည့်။	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်
• အျခား ()	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်
(3) အျခား ဝေဆာဋြကုန	
• ပိုးရွှိသူဝေဋ္ဌငှား နီးကပ် ထိကွားသမားအား ဝေဆာဋြကုနသည့် လိုအပ်သော ဝေဋြကုပေးခြင်းတိုငှားမားကို လက်သည့် "ကန့်မားမားဋြကု" "အမိခိမ်ပုပေးချခင်း" ထိဝေဋြကုပေးချခင်း တိုငှားခြံဋြားပေးချခင်းရန် စက္က" စသည့် အတညူပျီပေးထားသည့်။	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်
• လှပုနားခြံဋြားကန့်မားမား/ အာမခံ အေဆာဋြကုအိုမားဋြကု ရပျီပေးဆိုဣ အေချခအေ မေကာငှားသမားကို လက်သည့်အခါ အလှူပုပေးခြင်း ကုစက္ကမားပုပေးချခင်း ပုပေးချခင်းပေးစေစေပေးစေဘုကာငှား သတုပုပေးချခင်း ဝေဆာဘဏ္ဍီဣ ဝေဋ္ဌမားမားသည့် ပုပေးချခင်း ဘုကဏ္ဍဋြကုပေးချခင်းအတိုငှားလိုကွားပျီပေး သင့်ဝေတာဝေသော ဝေရာဂါကူးစက္ကမားအား ကာဋြယုည့် စနစ် (လူနာအား Mask တပေးချခင်း၊ စေစေခင်းသည့်ဝေဋ္ဌငှား ဝေဋြကုပေးချခင်း) ဝေဋြကုပေးချခင်းကို ခြံချခင်းပုပေးချခင်း၊ လူနာအား အကြာအဝေတစွဲထားရန် ဝေဆာဋြကုပုပေးချခင်း) ကို ဝေဆာဋြကုကုသည့်။	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်
• အျခား ()	လုပ်ဆောင်ည့် / မလုပ်ဆောင်

အေဗန်ကာင်းအရာ	အတည့်ချုပ်ရန်
6 အဖမ်းရှိသူများကို ကာကြည့်ပေးခြင်း (※ပူပူဆေးဆေးသောနေရာကြည့်လေ့ရှိသူများအဖမ်းရှိသည့် အခန်းကဏ္ဍရှိရာတွင် အတည့်ချုပ်ပါ။)	
<ul style="list-style-type: none"> ခရီးစဉ်အတွင်း အပြုအမူများကို တတင်းတတင်း ထိန်းသိမ်းမှု အလုပ်၏ ရရှိမှုကို စောင့်ရှောက်ပေးခြင်းအတွက် အားလုံးနီးပါး ပြုမူရန် အရေးအကြီးအကျယ်အသိပေးထားသည်။ 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> ရေမဆာသည့် အလှူများအား ရေစာတို၊ ဆားစာတို ပြုမူရန် အသိပေးပြီး သေဆုံးအောင် ဆောင်ရွက်ရန်။ ※Mask ပြုမူခြင်း၊ ပါးစောင်းဖုံးထားခြင်းအဖမ်းရှိသူများ ရေဆာသည့်စိတ်စားများကို နှိမ်နင်းရန်။ 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်
<ul style="list-style-type: none"> အဆောက်အုံအုပ်စုကြောင့် လုံလောက်သော အကြာအဝေး အနည်းဆုံး 2m (၆ပေခန့်) အထက် ထားရှိပြီး က်ယုလောသည့် အသံကြောင့် မလိုသည့်အခါ Mask ကို ခြစ်တင် အသိပေးထားသည်။ 	လုပ်ဆောင်မှု / မလုပ်ဆောင်

※ မရှင်းလင်းသည့် အခန်းကဏ္ဍရှိပါက အနီးအနားရှိ အလှူမားများ (သို့မဟုတ်) အလှူမား စံနှုန်းများ စုစည်းရေးရုံး၏ လိုချင်ရေးများကို ကန့်သတ်ရေး စီမံခန့်ခွဲမှုများကို ဆက်ကြည့်ပါ။

၂၀၂၀ခုနှစ် ဇူလိုင်လ ၇ ရက်နေ့၊ လှိုင်