

# ကိုဗစ်-၁၉ (ကိုရိုနာဗိုင်းရပ်စ်) ကူးစက်ရောဂါသစ် တစ်နိုင်ငံလုံး ကူးစက်ပျံ့နှံ့မှု တိုးပွားနေခြင်း။ ဂရုစိုက် ကာကွယ်ကြပါစို့!!

- တစ်နိုင်ငံလုံးတွင် ယခင်ထက်ပိုမို၍ ကူးစက်မှုလွယ်ကူသည့်၊ အိုမီခရွန် ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးက လျင်မြန်စွာ ကူးစက်ပျံ့နှံ့လျှက်ရှိနေသည်။
- မိမိနေအိမ်တွင်ပင် နှာခေါင်းစီး တပ်ဆင်ပါ။ နှာခေါင်းစီးကို မှန်မှန်ကန်ကန်နည်းဖြင့်အသုံးပြုပါ။ ထမင်းစားချိန် (သို့မဟုတ်) သောက်ချိန်တွင်ပင်လျှင် စကားပြောသည့်အခါ မပျက်မကွက် နှာခေါင်းစီးကို တပ်ပါ။
- တစ်နေ့တာမှာ အကြိမ်များစွာ လက်ကိုစင်အောင်ဆေးပါ။ အရက်ပြန်ဖြင့် လက်ကို ပွတ်တိုက် သန့်စင်ပါ။
- လေအေးပေးစက် အသုံးပြုနေစဉ်အချိန်ပင်လျှင်၊ နာရီကွက် တစ်ကြိမ် ပြုတင်းပေါက်ဖွင့်၍ အခန်းတွင်းလေဝင်လေထွက်ကောင်းအောင် ပြုလုပ်ပါ။
- ဖုန်းနှင့် အများအသုံးပြုသည့်ပစ္စည်းများ အသုံးပြုပြီးသည့်နောက်တွင် မပျက်မကွက် အရက်ပြန်ဖြင့် လက်ကို သန့်စင်ပါ။
- ကိုယ်လက်မအိမသာဖြစ်ခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ အဖျားရှိခြင်း အစရှိသည့် ခန္ဓာကိုယ် အဆင်မပြေမှုများရှိပါက အပြင်မထွက်ပါနဲ့။ မိမိ အမြဲသွားနေကျ ဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းကို ဆက်သွယ် အကြောင်းကြားပါ။
- အကယ်၍ သင်သည် နိုင်ငံခြားသားဖြစ်ပြီး ဘာလုပ်ရမှန်းမသိပါက၊ သင်အမြဲသွားနေကျ ဆေးရုံမရှိလျှင် (သို့မဟုတ်) အနီးအနားတွင်ရှိသည့် မည်သည့်ဆေးခန်းမျှသင်မသိပါက Tottori Prefectural International Exchange Foundation (TPIEF) သို့ ဆက်သွယ်ပါ။

သတင်းအချက်အလက်များအတွက်၊ ဆက်သွယ်ရန်...

တိုတိုရီခရိုင်  
 နိုင်ငံတကာယဉ်ကျေးမှုဆိုင်ရာဖလှယ်ခြင်းဖောင်ဒေးရှင်း (TPIEF)  
 ရုံးချုပ် (တိုတိုရီ) ဖုန်းနံပါတ် : ၀၈၅၇-၅၁-၁၆၅  
 ခူရုယိုရှိ ရုံးခွဲ ဖုန်းနံပါတ် : ၀၈၅၈-၂၃-၅၉၃၁  
 ယိုနာဂို ရုံးခွဲ ဖုန်းနံပါတ် : ၀၈၅၉-၃၄-၅၉၃၁

ပုံနှိပ် ထုတ်ဝေသူ

တိုတိုရီ ကုန်သွယ်ရေး လူ့စွမ်းအားအရင်းအမြစ်ဌာနနှင့် အလုပ်အကိုင်မူဝါဒ မသန်စွမ်းသူများနှင့် နိုင်ငံခြားအလုပ်သမားများဌာနခွဲ ဖုန်းနံပါတ် : ၀၈၅၇-၂၆-၇၆၉၉