

Yêu cầu đối với người dân

Ngày 28 tháng 7, mức độ cảnh báo được nâng lên từ **Cấp độ 3 (Cảnh báo đặc biệt lây nhiễm lan rộng)** lên thành **Cấp độ 4 (Tình trạng khẩn cấp về lây nhiễm lan rộng)**

【① Hạn chế ra ngoài】

- Hạn chế ra ngoài và di chuyển nếu không có việc thực sự cần thiết và cấp bách, kể cả ban ngày
- Tránh những địa điểm và thời gian tập trung đông người
- Hạn chế sử dụng dịch vụ tại các nhà hàng không thực hiện triệt để các biện pháp phòng chống lây nhiễm hoặc không đáp ứng yêu cầu rút ngắn thời gian mở cửa.
- Không tụ tập uống rượu trên đường phố hoặc trong công viên.

【② Đối với hoạt động di chuyển ra ngoài tỉnh】

- Hạn chế đi lại tới “Khu vực đã ban bố tình trạng khẩn cấp” hay “Khu vực áp dụng các biện pháp ưu tiên phòng chống lây lan dịch bệnh” như khu vực Tokyo và các vùng lân cận (Ưu tiên sử dụng hình thức trực tuyến). Trường hợp bất khả kháng, hãy đi thẳng tới nơi cần đến và về thẳng nhà sau khi xong việc.
- Cần trọng khi đưa ra quyết định về việc đi lại tới các khu vực có nguy cơ lây nhiễm cao bằng việc xem xét hình thức họp trực tuyến.

【③ Đối với hoạt động ăn uống】

- Ngoài việc tuân thủ lối sống mới, hãy đảm bảo nguyên tắc luôn đeo khẩu trang.
- Xem xét cẩn trọng việc sử dụng dịch vụ tại các nhà hàng có tổ chức hoạt động giải trí.

【④ Nghỉ hè】

- Tránh tụ tập ăn uống đông người hoặc với người bạn mình ít gặp và trong thời gian dài.
- Triệt để thực hiện các biện pháp phòng chống lây nhiễm, tuyệt đối không chủ quan, lơ là.

【⑤ Olympic】

- Xem và cổ vũ Olympic tại nhà cùng với gia đình, người thân và bạn bè.

Chú ý: Việc đeo khẩu trang có thể sẽ làm tăng nguy cơ bị say nắng do nhiệt.