



ชะมายสาร Chamai Municipality

เอกสารประชาสัมพันธ์ เทศบาลตำบลชะมาย

ฉบับที่ ๕/๒๕๖๔

"เรื่อง 10 ข้อควรทำ...ดูแลตัวเองให้ปลอดภัยจากโควิด-19"



ในที่ผ่านมาได้มีการพบผู้ติดเชื้อไวรัสโคโรนา ๒๐๑๙ (โควิด-๑๙) ในประเทศ รัฐบาลได้มีการควบคุมติดตามอย่างต่อเนื่องเพื่อป้องกันการแพร่ระบาดภายในประเทศ กรมป้องกันและบรรเทาสาธารณภัย จึงขอชี้แจงเตือนประชาชนในการเฝ้าระวัง ดูแลและป้องกันตนเอง โดยแนะนำวิธีการดูแลตัวเอง ดังนี้

- ๑) สวมใส่หน้ากากอนามัยและหน้ากากผ้าทุกครั้งที่ใช้เข้า-ออกพื้นที่ สาธารณะ
- ๒) รับประทานอาหารที่ปรุงสุกหรือผ่านความร้อน
- ๓) ใช้ช้อนกลางส่วนตัว
- ๔) หมั่นล้างมือด้วยสบู่หรือเจลแอลกอฮอล์
- ๕) ไม่อยู่ใกล้ชิดผู้ป่วยไอ จาม หรือมีอาการคล้ายไข้หวัด
- ๖) หลีกเลี่ยงการอยู่ในสถานที่แออัด
- ๗) หลีกเลี่ยง หรืองดการเดินทางไปยังพื้นที่เสี่ยงหากไม่จำเป็น
- ๘) ไม่นำมือสัมผัสผ้า สวม และปาก
- ๙) หลีกเลี่ยงการใช้สิ่งของร่วมกับผู้อื่น
- ๑๐) เว้นระยะห่าง โดยการนั่งให้ห่างอย่างน้อย ๑.๕ - ๒ เมตร

งานประชาสัมพันธ์ กองวิชาการและแผนงาน
เทศบาลตำบลชะมาย
๖ มกราคม ๒๕๖๔

(นายสิทธิพงษ์ ด้วนช่วย)
หัวหน้าฝ่ายบริหารงานทั่วไป รักษาราชการแทน
ผู้อำนวยการกองวิชาการ

(นายธนวัฒน์ เทวเดช)
ปลัดเทศบาลตำบลชะมาย

(นายประพัฒน์ รัชศรีทอง)
นายกเทศมนตรีตำบลชะมาย