कोरोना भाइरस विरुद्धको खोप लगाउने बारेको सूचना

खोप शुल्क निःशुल्क

- **यो सूचना, १६ वर्ष देखि ६४ वर्ष उमेरका व्यक्तिहरूलाई पठाएको हो।**
  (१६ वर्ष गन्ती गर्ने आधार, २०२१ साल मे ३१ तारिख सम्ममा पुग्ने उमेर हो।)
- **खोप लगाउनु पर्ने संख्या २ पटक हो।**(फाइजर कम्पनीद्वारा उत्पादित खोप लगाउने अन्तराल, साधारणतया ३ हप्ता)

खाम भित्र राखि पठाएको

1 खोप कुपन

बुकिङ्ग गर्ने बेलामा अनि, खोप लिनको लागि आवश्यक छ।
खोप कुपन टाँस्न मिल्ने सीलको रुपमा छ। तर सील नउप्काइकन सील सहितको कागज खोप केन्द्रमा लिएर जानुहोस्।

2 प्रारम्भिक चिकित्सा जाँच फाराम (दुई प्रति)

प्रारम्भिक चिकित्सा जाँच फाराम दुई प्रति खाम भित्र राखिएको छ। खोप १ पटकको लागि १ प्रति प्रयोग गर्नुहोस्।
स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालयको होमपेजमा भएको बहूभाषामा अनुवाद गरेको प्रारम्भिक चिकित्सा जाँच फाराम तथा भर्ने तरिकाको वर्णन राम्ररी हेरेर,खाम भित्रको प्रारम्भिक चिकित्सा जाँच फाराम भरी, खोप लिन जाने बेलामा साथमा लिएर जानुहोस्।
* स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालयको होमपेजमा राखि राखेको प्रारम्भिक चिकित्सा जाँच फाराम, जापानीज भाषा नबुझ्ने व्यक्तिलाई बुझाउनको लागि बयान गरेको कागज मात्र भएकोले त्यो फाराम प्रयोग गर्न मिल्दैन।

3 खोप लगाउने बारेको निर्देशिका

(फाइजर कम्पनीद्वारा उत्पादित खोपको लागि)

कोरोना खोपको प्रभावकारिता तथा सावधानी अपनाउनु पर्ने बुँदा, साइड इफेक्ट आदिको बारेमा विस्तृत रुपमा बयान गरिएको छ।

स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालयको होमपेज

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/vaccine_tagengo.html

4 खोपको सूचना (यो सूचना पर्चा)

खोप लिनको लागि आवश्यक जानकारीहरू संग्रह गरि राखेको छ।

5 बुकिङ्ग सुरु हुने मिति र समयको सूचना

अन्तर्निहित रोग भएको वा नभएको तथा उमेर अनुसार व्यवस्था गरेको बुकिङ्ग सुरु मिति र समयको जानकारी गराएको पत्र हो। अनिवर्य रुपले आफ्नो बुकिङ्ग सुरु हुने मिति र समय पछि बुकिङ्ग साइट आदि बाट बुकिङ्ग गर्नुहोस्।
* अन्तर्निहित रोग भएका व्यक्तिको परिभाषा पेज ३ मा हेर्नुहोस्।

खोप केन्द्र

●स्थानीय क्लिनिक

●सामूहिक खोप केन्द्र

* पार्किङ स्थलमा पार्किङ गर्न सक्ने गाडी सीमित संख्या मात्र भएकोले सार्वजनिक यातायात प्रयोग गर्नुहोस्।

हिगासी -कु: नामिकी स्क्वाएर(हिगासी-कु चिहाया ४ च्योउमे २१-४५)
हाकाता-कु: हाकाता-कु मिनामी चिइकि कोउन्युउ सेन्टर (साजान-पिआ हाकाता)(हाकाता-कु मिनामी होन-माची २ च्योउमे ३-१)
च्यूओउ-कु : च्यूओउ ताइकुखान (च्यूओउ-कु आकासाका २ च्योउमे ५-५)
मिनामी-कु: मिनामी ताइकुखान(मिनामी-कु सिओबारु २ च्योउमे ८-१)
ज्योउनान-कु: ज्योउनान ताइकुखान (ज्योउaनान-कु बेफु ६ च्योउमे १४-२२)
सावारा-कु: मोमोची ताइकुखान (सावारा-कु मोमोची २ च्योउमे ३-१५)
निसी -कु: सेइबु चिइकि कोउन्यू सेन्टर (साइतोपिआ) (निसी-कु साइतो २ च्योउमे १-१)

भविष्यमा, खोप केन्द्र बृद्धि हुने सम्भावना छ।
खोप लिन सक्ने स्वास्थ्य संस्था आदिको पछिल्लो नयाँ जानकारी फुकुओका नगरपालिकाको होमपेज हेर्नुहोस्।

फुकुओका नगरपालिका कोरोना खोप | खोज

बुकिङ्गको बारेमा

अन्तर्निहित रोग भएको वा नभएको तथा उमेर अनुसार बुकिङ्ग सुरु मिति र समय फरक हुने छ।

सुरु मिति र समय खाम भित्र राखेर पठाएको "कोरोना भाइरस विरुद्धको खोप बुकिङ्ग सुरु मिति र समयको सूचना" पत्र हेर्नुहोस्।

* अन्तर्निहित रोग भएको व्यक्तिको अग्रिम बुकिङ्गको लागि पहिला नै दर्ता र बुकिङ्ग गर्ने तरिकाको लागि पेज ३ मा हेर्नुहोस्।

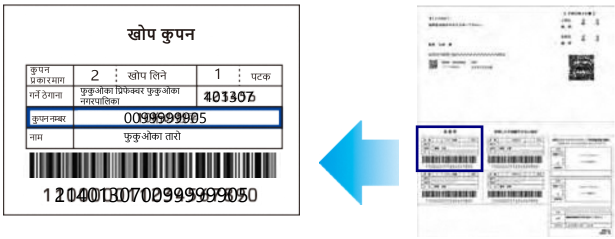
बुकिङ्ग सुरु भए पछि, **खोप नम्बर** प्रयोग गरी, अनिवार्य रुपले **बुकिङ्ग** गर्नुहोस्।
विशेष बुकिङ्ग साइटबाट बुकिङ्ग गरि सहयोग गर्नुहोस्।

* सम्भव भए सम्म दोस्रो पटकको बुकिङ्ग पनि त्यही बेलामा नै गर्नुहोस्।
(फाइजरद्वारा उत्पादित भ्याक्सिनको खोप लिने समय अन्तराल सामान्यतया ३ हप्ताको फरकमा।)
* नाम थर आदि मिल्ने गरी भर्नुहोस्।

इन्टरनेट बुकिङ्ग निर्देशिका
https://www.city.fukuoka.lg.jp/soki/kokusai/shisei/manual.html

● विशेष बुकिङ्ग साइटको प्रयोग गर्न कठिन भएको अवस्थामा, कल सेन्टरमा फोन गरि सल्लाह गर्नुहोस्।
TEL:092-260-8405 खुल्ने समय 8:30 ~ 17:30 (वर्ष भरी नै खुल्ला रहने)

खोप कुपन नम्बर भनेको
खाम भित्रको खोप कुपनको बाँया तल उल्लेखित १० अंकको नम्बर हो
(पहिलो पटक पनि दोस्रो पटक पनि एउटै नम्बर हो)



तयार गरेको भ्याक्सिन सोही दिन भित्र नै प्रयोग गर्नु आवश्यक छ।

सके सम्म खोप लिने दिनमा रद्द नगर्नुहोस्। (स्वास्थ्य अवस्था नराम्रो भएको बेला बाहेक)

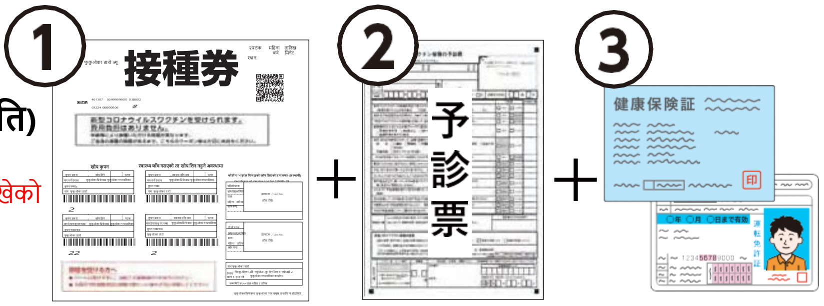
त्यो दिन साथमा लिएर आउने सामान

① खोप कुपन

② प्रारम्भिक चिकित्सा जाँच फाराम (१ प्रति)

* खाम भित्र पठाएको प्रारम्भिक चिकित्सा जाँच
स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालयको होमपेजमा राखिराखेको प्रारम्भिक चिकित्सा जाँच फाराम प्रयोग गर्न मिल्दैन।

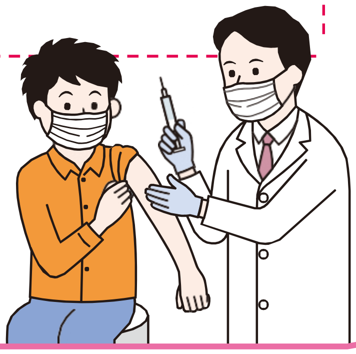
③ आफ्नो परिचय खुल्ने कागजात



(उदाहरण: रेजिडेन्स कार्ड, पासपोर्ट, स्वास्थ्य बीमा कार्ड, डाइभिङ्ग लाइसेन्स आदि)

* कुपनको सील नउप्काइकन कागज सहित खोप केन्द्रमा लिएर आउनुहोस्।
* खाम भित्र राखेर पठाएको निर्देशिका राम्ररीसँग पढी, पहिला नै प्रारम्भिक चिकित्सा जाँच फाराम भरी आउनुहोस्।
फाराम भर्ने तरिका, यस पर्चाको १ पेजमा भएको QR कोड मा एक्सेस गरी, चेक गर्नुहोस्।
* प्रारम्भिक चिकित्सा जाँच फाराम २ प्रति हुन्छ। खोप १ पटकको लागि १ प्रति प्रयोग गर्नुहोस्।

- खोप पाखुरामा लगाउने भएकोले सजिलै पाखुरा देखाउन मिल्ने लुगा लगाएर आउनुहोस्।
- सो दिन मास्क लगाउनु हुन अनुरोध छ।
- फराम भर्नको लागि चस्मा आवश्यक हुनेहरूले चस्मा पनि लिएर आउनुहोस्।



अन्तर्निहित रोग भएका व्यक्तिको अग्रिम बुकिङ्गको लागि दर्ता प्रक्रिया र बुकिङ्ग गर्ने तरिका

① अग्रिम बुकिङ्गको लागिको दर्ता प्रक्रिया

५९ वर्ष वा सो भन्दा कम उमेर भई, अन्तर्निहित रोग (किसो सिख्खान) भएका व्यक्तिले अग्रिम बुकिङ्ग गर्ने बेलामा पहिला नै दर्ता गर्नु आवश्यक छ।

अन्तर्निहित रोग (किसो सिख्खान) दर्ता साइटबाट दर्ता प्रक्रिया चाल्नुहोस्।

अन्तर्निहित रोग (किसो सिख्खान) दर्ता साइट निर्देशिका

② बुकिङ्ग गर्ने तरिका (माथिको प्रक्रिया पुरा गरेको ३ दिन पछि दर्ता पुरा हुने छ। खोप कुपन प्राप्त भए लगतै, बुकिङ्ग गर्न सकिन्छ।)

- आवश्यक्ता अनुसार, फेमिली डाक्टर सँग परामर्श लिएर, बुकिङ्ग गर्नुहोस्।
- फेमिली डाक्टर नभएको अवस्थामा, विशेष बुकिङ्ग साइटबाट पनि बुकिङ्ग गर्न सम्भव छ।

* अन्तर्निहित रोग (किसो सिख्खान) दर्ता साइट प्रयोग गर्न कठिन भएको अवस्थामा
फुकुओका नगरपालिका कोरोना भाइरस विरुद्धको खोप कल सेन्टर (TEL 092-260-8405) मा फोन गरी सल्लाह गर्नुहोस्।
* बकिङ तथा खोप लिने बेलामा डाक्टरको मेडिकल रिपोर्ट आदिको प्रमाणपत्र आवश्यक छैन।

https://www.city.fukuoka.lg.jp/soki/kokusai/shisei/manual.html

◎अन्तर्निहित रोग (किसो सिख्खान) भएको व्यक्ति भनेको
अन्तर्निहित रोग (किसो सिख्खान) भएको व्यक्ति, निम्न लिखित मध्ये कुनै एकमा पर्ने व्यक्ति हो।

(१) तपसिलको बिरामी र अवस्था भई, अस्पतालबाट उपचार लिइरहेको वा अस्पतालमा भर्ना भइरहेको व्यक्ति

- श्वासप्रश्वास नलीको दिर्घरोग
- मुटुको दिर्घरोग (उच्च रक्तचाप समेत)
- मृगौला दिर्घरोग
- कलेजो दिर्घरोग (सिरोसिस आदि)
- इन्सुलिन र सेवन गर्ने औषधीबाट उपचार गर्दै आएका मधुमेह रोग वा अन्य रोगबाट पनि ग्रसित मधुमेह रोग,
- रगत सम्बन्धी रोग (आयोडिन कम भएर हुने रक्त अल्पता बाहेक)
- रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कम हुने रोग (उपचार तथा पीडा कम गर्ने उपचार लिइरहेको, ट्यूमर सहित)
- स्टेरोइड आदि, रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कम गराउने उपचार लिँदै आएको
- रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता असामान्य भएको कारणबाट उत्पन्न स्नायु रोग, न्यूरो-मस्कुलर रोग
- स्नायु रोग वा न्यूरो-मस्कुलर रोगको कारणबाट शारीरिक क्षमता कमजोर भएको अवस्था (श्वासप्रश्वासमा समस्या आदि)
- क्रोमोजोम (गुणसुत्र) असामान्यता
- गम्भीर किसिमको मानसिक तथा शारीरिक अपाङ्गता (गम्भीर शारीरिक अशक्तता र गम्भीर बौद्धिक अपाङ्गता दुबैबाट ग्रसित अवस्था)
- सुतेको बेलामा श्वासप्रश्वास बन्द हुने रोग (स्लिप एपनिया सिन्ड्रोम)
- गम्भीर मानसिक रोग(मानसिक रोगको उपचारको लागि अस्पतालमा भर्ना भइरहेको, मानसिक अपाङ्गता भएको प्रमाणित गर्ने स्वास्थ्य तथा कल्याण पुस्तिका भएको, वा आत्मनिर्भर सहायता चिकित्सा (मानसिक अस्पतालबाट उपचार लिइरहेको) भई, "गम्भीर अनि निरन्तर" मा पर्ने अवस्था) वा बौद्धिक अपाङ्गता (सामाजिक पुनर्स्थापना शिक्षा (र्‍योइकु तेच्यो) पुस्तिका भएको)

(२) मानक(BMI30)वा सो भन्दा बढी मोटोपन भएको व्यक्ति

* BMI＝शरीरको तौल(kg)÷ शरीरको उचाइ(m)÷ शरीरको उचाइ(m)।
* BMI ३० को मापदण्ड、 शरीरको उचाइ १७०cm भई शरीरको तौल ८७kg, शरीरको उचाइ १६०cm भई शरीरको तौल ७७kg

खोपको प्रभावकारिता / सुरक्षाको बारेमा

- **कोरोना भाइरस विरुद्धको खोप, संक्रमणलाई रोकथाम गर्ने प्रभाव भएको रिपोर्ट आएको छ।**
- **जुन सुकै खोपबाट पनि साइड इफेक्ट हुने सम्भावना छ।**

*** विस्तृत जानकारीको लागि, प्रधानमन्त्रीको कार्यालय खोप विशेष होमपेज हेर्नुहोस्।**

kantei corona vaccine → **खानतेइ कोरोना खोप** [खोज]

सरकारी निकाय आदिको नाम प्रयोग गरी ठगी "छदमभेसी" बाट सावधान

- ■ खोप लगाउने कार्य नि:शुल्क भएकोले, रकम मागिने छैन।
- ■ फोन / मेलबाट माइ-नम्बर आदि व्यक्तिगत विवरण सोध्ने/माग्ने छैन।

पछिल्ला नयाँ जानकारीको लागि **फुकुओका नगरपालिकाको होमपेज** हेर्नहोस्।

फुकुओका नगरपालिका कोरोना खोप [खोज]

https://www.city.fukuoka.lg.jp/soki/kokusai/shisei/COVID19vaccine_EN.html

सोधपुछको लागि

फुकुओका नगरपालिका कोरोना भाइरस विरुद्धको खोप कल सेन्टर

☎ 092 260 8405

उपलब्ध भाषा: अंग्रेजी भाषा, चाइनीज भाषा, कोरियन भाषा, भियतनाम भाषा, नेपाली भाषा, स्पानिस भाषा, पोर्टुगल भाषा

संक्रमणबाट बच्ने उपायको बारेमा

संक्रमणको उच्च जोखिम हुने "५ अवस्था" मा सावधानी अपनाउनुहोस्।

अवस्था १ मादिरापान सहितको सामाजिक जमघट/पार्टी आदि
अवस्था २ धेरै जना अनि लामो अवधिको खानपिन
अवस्था ३ बिना मास्क कुराकानी
अवस्था ४ साँगुरो स्थानमा सामूहिक जीवनयापन
अवस्था ५ बस्ने स्थान परिवर्तन

मन्त्रिपरिषद सचिवालयको होमपेज
https://corona.go.jp/proposal/