

ព័ត៌មានខាងក្រោមនេះគឺជាការបកប្រែពីភាសាជប៉ុន។

ចាប់ពីថ្ងៃទី20 ខែឧសភា ឆ្នាំ2021

ប្រកាសអាសន្នកម្មិត
4

ធុរការភ្ញៀវសុខ្លួន

ទៅតាមការតម្រូវឱ្យភ្ញៀវសុខ្លួន

ការណែនាំឱ្យភ្ញៀវសុខ្លួន

នឹងមិនផុសពុះផុសាយជូនឡើយទេ

ប្រកាសអាសន្នកម្មិត		ព័ត៌មានថ្មីៗអំពីការភ្ញៀវសុខ្លួន	
5	 ហត្ថលេខាធុរការភ្ញៀវសុខ្លួន/ គ្រោះមហន្តរាយ ដល់លទ្ធផលក្នុងរង្វង់	វិធានការសុវត្ថិភាព ※1	ពាក់ម៉ាស់ក្នុងក្រុមអាសន្ន
~<សូមធុរការភ្ញៀវសុខ្លួន ទៅតាមការប្រកាសអាសន្ន កម្មិតទី4!>~			
4	 ហានិភ័យគ្រោះមហន្តរាយខ្ពស់	ការតម្រូវឱ្យភ្ញៀវសុខ្លួន ※2	ការណែនាំឱ្យភ្ញៀវសុខ្លួន
3	 ហានិភ័យនៃគ្រោះមហន្តរាយ	ការភ្ញៀវសុខ្លួនមនុស្សសំបាប់ ※3	ការភ្ញៀវសុខ្លួន ការចាប់ផ្តើមភ្ញៀវសុខ្លួនចំពោះមនុស្សសំបាប់ជាដើម
2	 អាសន្នកម្មិតផ្សេងៗ	សច្ចកិច្ចការណ៍ព័ត៌មានអំពីក្បួនលំដាប់ និង ប្តូរយុទ្ធសាស្ត្រ (ទិសដៅការឧត្តមប្រទេសជប៉ុន)	សច្ចកិច្ចការណ៍ព័ត៌មានអំពីក្បួនលំដាប់ និង ប្តូរយុទ្ធសាស្ត្រ (ទិសដៅការឧត្តមប្រទេសជប៉ុន)
1	 ហានិភ័យនៃការផ្សេងៗប្រកាសអាសន្នកម្មិត	លទ្ធផលការណែនាំ (ទិសដៅការឧត្តមប្រទេសជប៉ុន)	លទ្ធផលការណែនាំ (ទិសដៅការឧត្តមប្រទេសជប៉ុន)

ចំណាំទី 1៖ ការប្រកាសអាសន្នកម្មិតទី 5 នឹងមិនមានចេញប្រកាសរហូតទេ ពីព្រោះ ឧទាហរណ៍អាជ្ញាធរក្រុងមិនអាចស្វែងយល់អំពីស្ថានភាពរបស់គ្រោះមហន្តរាយបានច្បាស់លាស់។

ចំណាំទី 2៖ ការតម្រូវឱ្យភ្ញៀវសុខ្លួននឹងប្រកាសនៅក្នុងពេលតែមួយជាមួយនឹងការប្រកាសណែនាំឱ្យភ្ញៀវសុខ្លួននៅក្នុងប្រព័ន្ធព័ត៌មាន

ចំណាំទី 3៖ ការប្រកាសអាសន្នកម្មិតទី 3 គឺជាពេលវេលាដែលប្រជាជនក្រៅពីមនុស្សសំបាប់ ជាដើម ត្រូវចាប់ផ្តើមសម្រួលឥរិយាបថ ឬត្រៀមលក្ខណៈសម្រាប់ការភ្ញៀវសុខ្លួនតាមការចាំបាច់ ឬធ្វើការភ្ញៀវសុខ្លួនដោយខ្លួនឯងប្រសិនបើខ្លួនគិតថាអាចមានគ្រោះថ្នាក់ដល់អាយុជីវិតរបស់ខ្លួន។

ការប្រកាសអាសន្នកម្មិតទី 5 មានន័យថា ជាសុំចានភាពគ្រោះថ្នាក់ ដល់អាយុជីវិត ដល់អ្នកមិនអាចធ្វើការភ្ញៀវសុខ្លួន ដោយសុវត្ថិភាពបានឡើយ។
សូមកុំរង់ចាំឱ្យមានការប្រកាសវិធានការសុវត្ថិភាពក្នុងក្រុមអាសន្ន កម្មិតទី 5 ឱ្យសោះ

ការណែនាំឱ្យភ្ញៀវសុខ្លួន នឹងមិនផុសពុះផុសាយជូនឡើយទេ។
ចាប់ពីពេលនេះតទៅ
មុចាស់លំនាំដូចមានទាំងអស់ ត្រូវភ្ញៀវសុខ្លួនចេញពីទីតាំងគ្រោះថ្នាក់ នៅពេលដែលមានការប្រកាសអាសន្នកម្មិតទី 4 ការតម្រូវឱ្យភ្ញៀវសុខ្លួន

មនុស្សសំបាប់ ឬជនមានពិការភាព
ដល់អាចនឹងត្រូវការពេលវេលាប្តូរក្នុងការភ្ញៀវសុខ្លួន
ត្រូវធ្វើការភ្ញៀវសុខ្លួនពីទីតាំងគ្រោះថ្នាក់នៅពេលដែលមានការប្រកាសអាសន្ន កម្មិតទី 3 ការភ្ញៀវសុខ្លួនមនុស្សសំបាប់។



តើខ្ញុំញាំគួរ
ឆ្កឹវអ្វីដើម្បី
"រៀនសូត្រ"?

ការរៀនសូត្រ គឺមានភាពសម្រួលសម្រាប់
លើសពីការគ្រាន់តែផ្តល់សេចក្តីដឹងទៅកាន់
សាលាបឋមសិក្សា/អនុវិទ្យាល័យ
ឬមជ្ឈមណ្ឌលសហគមន៍ទៀត។
"ការរៀនសូត្រ" មានន័យថា ការចេះចេញពី
គ្នាថ្ងៃនាគ្នា។
ការរៀនសូត្រ មានរួមបញ្ចូលសកម្មភាពចំនួនបួន។



ធ្វើការរៀនសូត្រទៅកាន់ទីកន្លែងដែល
រៀនសូត្រដល់លោកណាមួយ
អាជ្ញាធរមូលដ្ឋាន របស់អ្នក។

តុច្បុកផ្តល់អនាម័យក្នុងការរៀនសូត្រ

ម៉ាស
សាឡាត់សម្រាប់មេរោគ
ទម្រង់គ្រែ
ស្រក់ដងសិក្សា។

សាលាបឋមសិក្សា/
អនុវិទ្យាល័យ

មជ្ឈមណ្ឌល
សហគមន៍

ធ្វើការរៀនសូត្រទៅកាន់ផ្ទះសាច់ញាតិ
ឬអ្នកស្នាក់នៅគ្រាន់តែមានសុវត្ថិភាព

អ្នកគួរនិយាយជាមួយពួកគេជាមុន
អំពីការរៀនសូត្រ
នៅកន្លែងអំឡុងពេលមានគ្រោះមហន្តរាយ។

មុនសាងសង់ផ្ទះ/អគារស្នាក់នៅ

ចំណាំ៖ សូមពិនិត្យមើល
ផែនទីតំបន់គ្រោះមហន្តរាយ របស់អ្នក
ដើម្បីឱ្យដឹងថា មានសុវត្ថិភាព ឬអត់។

ត្រូវសម្រេចចិត្តជាមុន
ថា តើត្រូវធ្វើអ្វីខ្លះ
នៅកន្លែងអំឡុងពេល
មានគ្រោះមហន្តរាយ

ធ្វើការរៀនសូត្រទៅកាន់សាលា
ផ្ទះសំណាក់ ដែលមានសុវត្ថិភាព ។ល។

អ្នកនឹងត្រូវបង់ចូលស្វែងរកនូវ
មធ្យមសាលា សូមកក់ ឬពិនិត្យមើល
ជាមុន។

សាលាសំណាក់

មុនសំណាក់

ចំណាំ៖ សូមពិនិត្យមើល
ផែនទីតំបន់គ្រោះមហន្តរាយ
របស់អ្នក
ដើម្បីឱ្យដឹងថា
មានសុវត្ថិភាព ឬអត់។

កន្លែងដែលជួរកាន់ខាងក្នុងអគារ

អ្នកគួរពិនិត្យមើលផែនទីតំបន់គ្រោះ
មហន្តរាយរបស់អ្នកដើម្បីឱ្យដឹងថា
អ្នកមានភាពតាម "លក្ខខណ្ឌទាំង 3"
ដែលមានពន្យល់ខាងក្រោមនេះ។

យើងនៅទីនេះមានសុវត្ថិភាពណាស់!

ផ្ទះទឹកជំនន់អាចរលីបោកដោយ
អាចកំទេចឡើង

ចំណាំ៖
ប្រសិនបើមានការហូរចេញដី
អ្នកមិនគួរទៅជួរកាន់ខាងក្នុងផ្ទះឡើយ។

ប្រសិនបើអ្នកគ្រាន់តែ "លក្ខខណ្ឌទាំង 3" ហើយ នោះអ្នកអាចនឹងធ្វើការជួរកាន់ខាងក្នុងផ្ទះបានបើជាមានទឹកជំនន់ក៏ដោយ។

① ផ្ទះរបស់អ្នកមិនសូវទឹកជំនន់ដល់លើកណាមួយ
នឹងមានទឹកជំនន់ធ្លាក់ទៅលើកណាមួយនោះទេ។
(ប្រសិនបើផ្ទះនេះ...)

ផ្ទះលើអាចនឹងហាក់ស្រដៀង
ដោយសារតែទឹកហូរក្នុង
ស្រូវឈូស។

ផ្ទះទាំងមូលរបស់អ្នកអាចនឹង
ស្រូវហូរទៅតាមទឹកនៅពេលដល់
លស្រដៀង។

② ផ្ទះរបស់អ្នកនៅខ្ពស់ជាងកម្ពស់ទឹកជំនន់។

ជាន់ទី 3/4	5 - 10 m (កម្ពស់ទឹក ជាន់ទី 3 - ឈូសជាន់ទី 4)
ជាន់ទី 2	3 - 5 m (កម្ពស់ទឹក ជាន់ទី 2 - ឈូស)
ជាន់ទី 1	0.5 - 3 m (កម្ពស់ទឹក ជាន់ទី 1 - ឈូស)
ក្រោមជាន់ទី 1	ក្រោមជាន់ទី 0.5 m (កម្ពស់ទឹក ក្រោមជាន់ទី 1)

③ អ្នកអាចនៅក្នុងផ្ទះអ្នកបានហួតទាល់តែទឹកស្រក់ហើយ ហើយត្រូវមានទឹក/អាហារគ្រប់គ្រាន់ ជាដើម។
(ប្រសិនបើមិនដូច្នោះទេ...)

អ្នកអាចនឹងមានការលំហែង ក្នុងការកែទម្រង់ អាហារ ថ្ងៃ ជាដើម ឬមិនអាចប្តូរឃ្លាំងអគ្គិសនី ហ្វាស ទឹក និងបង្កគំហុកឡើយ។



ចំណាំ៖ ដោយ ① ទីតាំងស្រួលថាមានទឹកជំនន់ដល់លើកណាមួយនឹងធ្លាក់ទៅលើកណាមួយនោះទេ ដូច្នោះ សូមទាក់ទងទៅកាន់អាជ្ញាធរទីក្រុងរបស់អ្នក។

ការធ្វើដំណើរទៅក្រៅ នៅក្នុងពេលដែលមាន ភ្លៀងធ្លាក់ជោកជាំគឺ គ្រោះថ្នាក់
ណាស់ ទោះបីជាធ្វើដំណើរដោយ រថយន្តក៏ដោយ។ ប្រសិនបើអ្នកគ្មានជម្រើសអ្វី
ក្រៅពីនៅក្នុងរថយន្តរបស់អ្នកពេញមួយយប់ អ្នកត្រូវតែយកចិត្តទុកដាក់ ទៅលើ
ស្ថានភាពជុំវិញខ្លួនរបស់អ្នក ដើម្បីកុំឱ្យហូរទៅតាមទឹកជំនន់។