

အလှပြုငွေ ကိုရိုနာ ဝေရာဂါ ကူးစက်မှု ပျံ့နှံ့ပြီးချင်းမှ ကာကြယ့်အတွက် စုစုပေါင်းရမည့် စာရင်း

- 1 ဤစုစုဆေးရမည့် စာရင်းသည် အလုံခြုံရေး ကိုရိုနာ ဝေရာဂါ ကူးစက်မှု မျှဝေခြင်းစေရန်ကြောင့် အေချခံကော်သာ အစီအမံများ၏ အကောင်အထည်ဖော်မှုအရ အေချခံအနေကို အတည်အကျပြုရန် ရည်ရွယ်သည်။
- 2 ယင်းတို့ထဲတွင် လူပုဂ္ဂိုလ်အများစုအား အလုပ်ပေးမှု၊ အလုပ်အကိုင်အခွင့်အလမ်းများ တို့အပေါ် မူတည်၍ အခွင့်အလမ်းများမှာ လုပ်ဆောင်မှု အခွင့်အလမ်း ရှိနိုင်သည်။ ထို့ပြင် ဗဟုကဋ္ဌ အခွင့်အလမ်းများ (လုပ်ဆောင်မှုခွင့်) မဟုတ်ဘဲ စီမံကိန်းဆောင်ရွက်မှုများသည် မလုံလောက်ကြုံ မဆိုလိုပါ။ လုပ်ငန်းခြင်း၏ အေချခံအနေအထားကို အတည်အကျပြုရန်နှင့် အားလုံး (အလုပ်သမား၊ အလုပ်ရှင်) မှ ခံနိုင်ရည် လုပ်ဆောင်မှုများ အရမ်းကို တိုက်ရိုက်သက်ရောက်မှု လုပ်ဆောင်မှုများသည် အရေးကြီးသည်။
- 3 အတည်အကျပြုထားတဲ့ ရလဒ်များကို ကနဦးအခြေအနေအထား ဝေရာဂါအခြေအနေအထား အစီအမံများ၊ အစီအမံများတွင် မလုံလောက်မှုများ အခွင့်အလမ်းရှိပါက စုံစမ်းစစ်ဆေးမှုများကို ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်ပေး ပိုမိုတိုးတက်ကောင်းမွန်စေရန် အတည်အကျ ပြုလုပ်ပါ။ ထို့ပြင် ထိုရလဒ်များနှင့် ပတ်သက်၍ အလုပ်သမားအားလုံးမှ အတည်အကျပြုနိုင်ရန် ဆောင်ရွက်ပါ။
- ကနဦးအခြေအနေအထား ဝေရာဂါအခြေအနေအထား ပြုလုပ်ဆောင်ရွက်သော အလုပ်သမား အလုပ်သမား ကိုယ်စားပြုစုစုဆေးရမည့် အေချခံအနေအထား အတည်အကျ ပြုလုပ်မှုကြောင့် အသုံးပြုပါ။
- ※ အစီအမံမရှိအနေအထားရှိ အလုပ်သမားများ၊ အလုပ်သမားများ စုံစမ်းစစ်ဆေးမှုများသို့ အစီရင်ခံစာ မလိုအပ်ပါ။

[illegible]

အေဘုကာငုံးအရာ		အတည့်ချုပ်ရန်
(2) ဝေအာကျါအမ်ကု ဝမ်ကွား လုံးဝ ဝေရွာဠူးပါရန်		
•အမ်ကု ဝမ်ကု (လူစုလူဝေဝေး၊ နီးကပ်ြာေမျှခင်း၊ အလုံပိတ်ချခင်း) ကို ဝေရွာဠူးရန် လုပ်ေဆင်္ကွမ်းကို အားလုံးအား အသိပေးထားပျီပီး လုပ်ုန်းခြံ ဖျပင့်အပါအဝင် ဝေရွာဠူးဖုကာရန် ဝေသမ်တြာ လုပ်ေဆင်္ကွမ်းစေသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•အျခား ()	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
(3) ဝေပုစု က်နုံးမာေရေ စစုေဆေးမး		
•အလုပ်ဝွင် ကိုယ့်ပုန်နီ တိုင်းတာေစရန် အားလုံးကို အသိပေးပျီပီး ဝေသမ်တြာ လုပ်ေဆင်္ကွမ်းစေသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•အလုပ်ဝွင်အပါ အားလုံး၏ ဝေပုစု က်နုံးမာေရေအေချေအေ (ကိုယ့်ပုန်နီ ဝေညာင်းညာချခင်း မားပါဝေညာ အေအေးမိသည့် လကရုဏာမား ရှိမရှိ၊ အရသားဝွင် အနံ့ မား ပုံမွန်ဟုတ္တည်း ရှိမရှိ)ကို စစုေဆေးလ်ကိသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•က်နုံးမာေရေ အေချေအေမေကာင်းပါက ဂြီးသားတြာ အသိပေးဝ်ခွန် ဩယျာေသာ ပတုဝန်းကင်္ဂါ ဖနီးပျီပီး က်နုံးမာေရေ အေချေအေ မေကာင်းေဖုကာင်း တိုင်းတာလာပါက အလုပ် မလုပ်ိုင်းေစရန်၊ ရှီးသားတြာ အသိပေးစပ် အနားယူချခင်းကို နစွာမးရှိေစေသာ ကိုတြာမား မလုပ်ေစရန် လုပ်ုန်းခြံ အတည့်ချုပ် စစုေဆေးလ်ကိသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•အျခား ()	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
(4) အေတြေတြ က်နုံးမာေရေ အာမမ်မ်ကု		
•အမ်နီကာချမင်းတြာ အလုပ်ပုန်နီ ဝေရွာဠူးကျခင်း စသည့် ပင့်နုံးေခြံမးနယွမ်းမား မစုပလာေစရန် ဂျစိုက်ကိသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•အာဟာရလုံေလာကုေအာ စားသုံးချခင်း၊ လုံေလာကုေအာ အိပ်ချခင်း စသည့်အား အားလုံးကို အသိပေးပျီပီး ဝေသမ်ေဆင်္ကွမ်းစေသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•အျခား ()	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
(5) "လုေနမးပုံစံအသစု" ၏ လကုေတြပုမာတြာ ဝေဟုေပထားသည့် "အလုပ်ပုန်နီ ပုံစံအသစု" အား အေကာဠာထည့်ေဟု လုပ်ေဆင်္ကွမ်း ဝ်ခင်းပတုကရ်		
•"နည်းပညာ ကို အသုံးပျီ၍ အလုပ်ပုန်နီ ဝ်ခင်း အလုပ်က အလုပ်ပုန်နီ စနစ်ကို အသုံးပျီလ်ကိသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•"အမ်နီနည်းယူချခင်းအသ အလုပ်နီပုန်နီ သကုေတောင်းသကွာ ရှိေချခင်း" ကို အေကာဠာထည့်ေဟုလ်ကိသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•ရုံး၏ လူဦးေရ သိည့်မးကို ဝေလ်ာမ်မည့် "ရုံးကို က်ယုဝန်းဝန်းေပုန်နီ" ကို အေကာဠာထည့်ေဟုလ်ကိသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•"အစည်းအဝေးကို Online ပုန်နီ" အေကာဠာထည့်ေဟုလ်ကိသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•"လိာကတ လဲလွမ်းကို Online ပုန်နီ" အေကာဠာထည့်ေဟုလ်ကိသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•"မ်ကုေဝ်ခင်းေဆိုင် အစည်းအဝေးမားကို ဝေလဝ်ခေတြကုေကောင်းသည့်ေနရးဝ်ခင်း Mask တပုန်နီ" ကို အေကာဠာထည့်ေဟု လ်ကိသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
(6) ကိုရိုနာေရာဂါကူးစကူးဝ်ခင်း ပတုကုေသာ သတင်းအမ်ကွာလကွား စုေဆင်္ကွမ်း		
•ေဝ်ခင်း အေသးရ်အစိုးရ ဂ်ပုန်နီ ဝ်ခင်းလားေရေေဆိုင် ဝေေးဘုတြာ အသင်း၊ ဂ်ပုန်နီခြံ က်နုံးမာေရေအသင်း စသည့် အမားပုညအကီးစီးပျီးတြာ ဝေေဆင်္ကွမ်းပညာေရေေဆိုင် အြပအစည်းမား၏ အကွာကွာမ်ကုေဝ်ခင်း မားမူ နေကွီးရ သတင်းအမ်ကွာလကွားအား စုေဆင်္ကွမ်းလ်ကိသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•အျခား ()	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
3 ဝေရာဂါကူးစကူးကို ကာတြာဆီးရန် လကုေတြကုေသာလုပ်ေဆင်္ကွမ်း		
(1) အေချေခံ လုပ်ေဆင်္ကွမ်း		
•(၁) ဝေလဝ်ခေတြကု မေကာင်းေသာ ပိတ်ေလာဠူးသည့် ဝေေရာ၊ (၂) လူဦးေရ အေချေမာဏမား စုေဝေးေမျှခင်း၊ (၃) နီးကပ်ြာ စကားေပျဟေချခင်း အသတြာေချခင်း စသည့် "သတိပျီရမည့်အမ်ကု ဝမ်ကု" ကို တစုပုန်နီကွား ဖုစစုေစေးဝ်ခင်း လုပ်ေဆင်္ကွမ်းကို မျီလုပ်ေစရန် ဝေေဆင်္ကွမ်းလ်ကိသည်။	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•အထကု "သတိပျီရမည့်အမ်ကု ဝမ်ကု" တစုပုန်နီကွားမဟုတ္တည်း၊ အမ်ကုေဝ်ခင်း ဝေလ်ာမ်းဝ်ခင်း "သတိပျီရမည့် အမ်ကွားအား လုံးဝမလုပ်ချခင်း သုည" ကို ရတြာေဆင်္ကွမ်း	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	
•အျခား ()	လုပ်ေဆင်္ကွမ်း / မလုပ်ေဆင်္ကွမ်း	

အေဘဏ္ဍာသုံးအရာ		အတည့်ချုပ်ရန်
(၂) လေဝင်လေထွက် မေကာင်းသော အလုပ်တုန့်ရမ်းအား ကောင်းမြန်အောင်ပြုချခင်း		
•အလုပ်ပြုရာ အဆာကွဉ်းသည့် စက်ပျံဖွင့်လေဝင်လေထွက်စေချခင်း (လေအေးပေးစက် (သို့) လေဝင်လေထွက်တုတည့်ချခင်း) ပျံစက် အဆာကွဉ်းသန့်ရှင်းရေး ဥပဒေ၏ လေထုပတ်ဝန်းကျင် စံနှိုင်းချက်များနှင့် ကိုညီစေသည့် (သို့) သဘာဝအပူချိန် ၁၈ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်ထိနည်းပါ)		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
•ဂိုးအဆာကွဉ်း၏ ဂျပတင်းပေါ်ကြွင်းလှံကွေ့သောအခါ ဆောင်းရာသီတွင် "လေဝင်လေထွက် မေကာင်းသော အလုပ်တုန့်ရမ်း"ကို လက်မှတ်စာရင်းဖြင့် အသက်ချုပ်ထားသည့် လေဖလှယ်သည့် နည်းစနစ်များ ပျံဖွင့် အခန်း၏ အပူချိန် ၁၈ °C အထက်တွင် စိုထိုင်းဆကို ၄၀% သို့မဟုတ် ထိုအထက်ရှိ ပျံဖွင့်အခန်းသို့မဟုတ် တစ်နှစ်သုံးစွဲမှုပညာရေးတက္ကသိုလ်လေဝင်လေထွက်စက်ပျံဖွင့်ပေါ်ကွေ့သော (HEPA filter) ဖွင့်အတူလေသန့်ရှင်းသည့်တံတိုင်းအသုံးပြုချခင်းအပါအဝင်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
•ရထားအစရှိသည့်အခါ ပျံသွယ်သည့် ပြင်ဆင်ရေးယာဉ်ကို အသုံးပြုနေစဉ် ဂျပတင်းပေါ်ကြွင်းလှံချခင်းအား ပျံဖွင့်ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ရန်အား အသုံးပြုထားသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
•အချား ()		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
(၃) လူအများ စုဝေးသည့် နေရာများကို ပိုမိုကောင်းမြန်အောင်ပြုလုပ်ချခင်း		
• လုပ်ငန်းအမိန့်စာပေးမှုတည်ရှိ တတိုးပို့လွှာက ရုံးတက်ချခင်းကို ထိန်းသိမ်းချခင်းအား ဖုန်းစာပေးစာရင်းပြုစုသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
•ရထား၊ ဘတ်စ်ကား၊ တစ်ချောင်းချောင်း၊ ပျံသွယ်သည့် အခန်းများ အနီးကပ်သွားလာသော အလုပ်ရှိ စက်ပျံဖွင့် ရုံးတက်ချခင်းကို ယုံကြည်စိတ်ချရသည့် စည်းကမ်းများကို လုပ်ဆောင်စေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
•ဗီဒီယို၊ Web မှားယွင်းမှု အစည်းအဝေး လုပ်ဆောင်ချခင်းပျံဖွင့် လူများစုဝေးသည့် အစည်းအဝေးများကို အတုခိုးခြင်း ရှောင်ရွက်စေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
•မိကျွန်းတစ်ဝိုက်တွင် အစည်းအဝေးများ ကင်းပသည့်အခါတွင် အချခံအား ပျံဖွင့် Mask ဖွင့်တင်ခြင်းအကူအညီ ပျံချခင်း၊ လူတစ်ဦးစီတွင် တစ်ဦး အကြာအဝေးအား တတိုးပို့လွှာ 2m (၆ ပေခန့်) (အနီးဆုံး 1m) (၃ ပေခန့်) ပျံချခင်း၊ တတိုးပို့လွှာ မိကျွန်းတစ်ဝိုက်တွင် ဆိုင်ချခင်းကို ရှောင်ရွက်စေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
•ညီလာခံများတွင် ဆက်လက်သည့် အလုပ်များတွင် တစ်ဦးစီ နီးကပ် မိကျွန်းတစ်ဝိုက်တွင် ချခင်းအား ရှောင်ရွက် မရပါက အလုပ်များအား Mask တပ်ဆင်ပြီး တစ်ဦးစီ တစ်ဦးအကြာအဝေးအား တတိုးပို့လွှာ ၂ မီတာခန့် အကွာတွင် ဆိုင်ချခင်းအား ရှောင်ရွက်စေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
•အလုပ်ပြုပုံ (ဘတ်စ်ကားစီးခိုက်) တွင် Mask ဖွင့်တင်ခြင်းအကူအညီ ပျံချခင်း၊ လေဝင်လေထွက်ကောင်းစေချခင်း၊ တစ်ဦးစီ တစ်ဦး အကြာအဝေးအား ပျံချခင်း စသည်၊ သတိထားရန်အား ၃၀ ရာခိုင်နှုန်း ရှောင်ရွက်ရန် ဆောင်ရွက်ရမည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
•အချား ()		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
(၄) ထိခိုက်မှုများ ပျံဖွင့် ကူးစက်ချခင်းမှ ကာကြယူချခင်း		
•အရမ်း၊ ပစ္စည်းကိရိယာများ (ဥပမာ ဖုန်း၊ ကြန့်တီးစသည်) ဖွင့် ကိရိယာတစ်ခုလုံးအား လူအများ ပျံဖွင့် အသုံးပြုချခင်းကို တတိုးပို့လွှာ ရှောင်ရွက်စေသည်။ အသုံးပြုရမည့်အခါတွင် အသုံးပြုမိမိနှင့် အသုံးပြုပုံစံနှင့် လက်ဆေးချခင်း၊ လက်ဖွင့် လက်ဆောင်းများအား ပိုမိုသတိပြုချခင်းကို ဆောင်ရွက် ဆောင်ရွက်စေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
•ထိခိုက်မှုများကို လျှော့ချ ရှောင်ရွက်ရန် စနစ်သုံးသည့် ဂိုးအများအပြား အသုံးပြုခင်း ဖွင့် အသုံးပြုပုံစံကို ပိုမိုသတိပြုချခင်း ပျံဖွင့် ထိခိုက်မှုများကို သန့်ရှင်း ထိခိုက်မှုများကို ဆောင်ရွက်ချခင်းအား ရှောင်ရွက်ချခင်းအား မှတ်တမ်းတင်ချခင်းတို့အား ပြုလုပ်နေပါသည်။		
•အလုပ်ကြွင်းတွင် အလုပ်အား အများထိခိုက်မှုများရှိသော ပစ္စည်းများ၊ စက်ပစ္စည်းများ တွင် ပစ္စည်းများအား မဟုတ်ပေ အရက်ပျံပုံ (ပါဝင် ပစ္စည်း ၆၀% သို့မဟုတ် ထိုအထက်)၊ ဆာဖာနု သို့မဟုတ် ဒီဇယ်၊ ကြိတ်၊ လိုလီ၊ ၀.၀၅% ရေအရေပျံဖွင့် ဆေးဆေးကုသချခင်း၊ ပိုမိုသတိပြုချခင်းကို ဆောင်ရွက်စေသည်။ *လူအများရှိသည့် ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ပိုမိုသတိပြုချခင်း ဖွင့် ပိုမိုကောင်းသော ပစ္စည်းများအား ပျံဖွင့်ချခင်းသည့် မိကျွန်းတစ်ဝိုက် အချားအပိုင် ရှောင်ရွက်ချခင်း၊ ရှိရှိရှိချခင်းမှ ကင်းမာရေးဆိုင်ရာ သတိပြုချခင်းများ ရှိသည့်အကြာ အားမပေးပါ။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• အချား ()		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်

အေဗှကာင်းအရာ		အတည့်ချုပ်ရန်
(5) နီးကပ်သော အကြာအဝေးမှ စကားပြောဆိုခြင်း၊ အသံကြားချင်းတို့ကို ထိန်းခံရခြင်း		
• လူပုန်းခြံခြင်း (လုပ်ငန်းခွင်က အပါအဝင်) အချားသုံးစွဲသူ ဝေပျာအသံအခါ က်ယုလောကြာ မေချဟတ် တတုန်းခြံခြံ အကြာအဝေးတစ်ခု ထားရှိစေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• ချုပ်လှမ်း၊ ညှပ်သည့်၊ စီးပြီးရေလုပ်ငန်းခွင်ကွင်းဝှမ်းကွင်းဝှမ်းဆိုင် ထိတွေ့မှု၊ အနီးကပ်အကြာအဝေးမှ ဝေပျာအသံကို အတုတုန်းခြံခြံ ရွေးချယ်စေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• မျှစွဲနံ့ MASK ဝှမ်းဝှမ်းခေါင်းကာ မပါပဲ 1m (၃ ပေ ၁၁/၂) အကြာမှ ဝေပျာရပါက ၁၅မိနစ်ကြာင်းသာ ဝေပျာစေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• ဖုန်းခွင့် ဓာတုပစ္စည်းခွင့်အသံအကြာအဝေးမှ အသံကြားရန် Mask ဝှမ်းဝှမ်းခေါင်းကာတစ်ခု လိုအပ်သော အလှမ်းအကြာ အသံဖုန်းဆက်သွယ်မှုအခါ Mask ကို မဖယ်ရှားရန် အသိပေးလေ့ရှိသည်။ အသံပြုစု အသံချုပ်ခြင်း (သို့) အသံထုတ်ပေးသည့် ဘုတ်ချားပါသည့် Mask မှားအား အသံချုပ်စေလိုသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• အချား ()		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
(6) ဘုံအသုံးပြုသော အိမ်များ သန့်ရှင်းရေး		
• လူမိမိ ထိတွေ့မှုမရှိသောနေရာများကြည့်ရှုရှင်းအောင်ချုပ်လုပ်ခြင်း ပိုးသတ်ဆေးရောင်းများကို ဆေးကြောစေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• အိမ်၏ ဖုန်မှူးပေးခြင်း နံရံများတွင် ဆိုဒီယမ် ဟိုက်လိုရစ် ၀.၁% ရေရော ဖုန်မှူး လက်ကိုင်သုံးပြုပြီး သန့်ရှင်းစေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• အိမ်အဖုံးကို ပိတ်ပြီး အညွှန်းဖုန်းများကို စီးဆင်းစေရန် ဝေပျာသည်။ (အိမ်ခြံကြာင်းသည့် ပုံမှန် သန့်ရှင်းမှုမရှိခြင်း)		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• စက် လက်ကိုင်များ တွင်ချင်း (သို့) တစ်ဦးစီအကြာ လက်ကိုင်များ ပြုပြင်ပေးခြင်း		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• လက်ဝေမီးတောက်၊ အိမ်သုံးလက်ကိုင်များ အသုံးပြုခြင်းကို တားမြစ်လိုက်သည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• အချား ()		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
(7) နားခွေရန် နေရာစသည့်အသုံးပြုခြင်းအေဗှကာင်း		
• တစ်ကိစ္စကြောင့် အနားယူသည့်လူဦးရေကို လေ့လာပြီး မိမိတို့တစ်ဦးစီ စားသောက်ခြင်းအခါ ဝေပျာအသံများကို ရှောင်ကြဉ်စေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• အနားယူသည့်နေရာသို့ ပုံမှန်ဖုန်မှူး လေဝင်လေထွက်ကောင်းစေရန် ဆေးကြောလိုက်သည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• အနားယူသည့် နေရာတွင် အတူတကွ အသုံးပြုသော ပစ္စည်းများ (စားပြု၊ ထိုင်၊ အလိုအလျောက် အေရာင်းစက်၏ ခလုတ် စသည်) အား ပုံမှန် ပိုးသတ်စေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• အနားယူသည့်နေရာ၏ အဝှမ်းကြာ ရွေးချယ်နေရာများတွင် လက်ဝေမီးခြင်း၊ လက်ခွင့် လက်ခံခွင့်များအား ပိုးသတ်စေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• ဝန္တရား စားသောက်ကြွင်းကြွင်းကူးစက်မှုအား ကာကြည့် ထိခိုက်မှုအား လေ့လာခြင်း၊ ထိခိုက်မှုအား အကန့်အသတ်ပြုခြင်း၊ Mask ခြယ်တုတ် ရယူမေးပျာအသံများကို ရွေးချယ်ရန် သတိပေးခြင်း၊ နေပြည်နားယူခံရသူ ချားပေးခြင်း စသည့် တီထွင်ကံလက်ရှိသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• ဝန္တရား စားသောက်ကြွင်းကြွင်းကူးစက်မှုအား ကာကြည့် ညှပ်၊ ရေခြင်းအိုးများ အတုသုံးခြင်းကို ရွေးချယ်လိုက်သည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• ဆေးလိပ်သောက်သည့်နေရာတွင် တစ်ဦးစီ အသုံးပြုသည့် လူအရေအတွက် ကန့်သတ်ခြင်း၊ လက်ခွင့် လက်ခံခွင့်များ ပိုးသတ်ပြီး လုံးဝချောကြားသည့်အခါမှ ဆေးလိပ်သောက်သူ သန့်ရှင်းမှုအား စကားမေချဟတ် သောက်ချင်းသုံးစွဲသူ လုံခြုံမှုမရှိကြာခြင်းအား အသုံးပြုသူများအား အသိပေးပြီး သေချာစွာ လုပ်ဆောင်စေသည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• အချား အိမ်အသုံးပြုသောနေရာများတွင် လူစုလူဝေး၊ နီးကပ်ခြင်း၊ အလိုမီတု မျှစွဲအောင် အသုံးပြုခြင်းကို ဆန်းစစ်လိုက်သည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• အချား ()		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
(8) အမိုးကြွန်/ပစ္စည်းခွင့် ပတ္တကဏ္ဍ		
• ဝှမ်းဝှမ်းခြင်း၊ တံကြေး စသည့် ကမ္ဘင်နေသည့် အမိုးကွ (သောကြာ) ပြီး စက်ခြက်၊ ပုလင်း၊ သံဘူး၊ ရေသန့်ဥများ အပါအဝင်) များကို ခြံပြုကြည့်ရှုမှုမရှိဘဲ ထည့်၍ စနစ်တကျ ဝှမ်းဝှမ်းခြင်းကို လုပ်လိုက်သည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• အမိုးကွကို ကောက်ယူဆောင်သည့် Mask၊ လက်ကိုင်၊ မိမိနှင့် အကာအကြမ်းကို ဝှမ်းဝှမ်းခြင်း လုပ်ငန်းများအခါ သေချာစွာ ဆုတ်ချဖုန်း လက်ဆွဲဆေးဖုန်းများကို ချုပ်လှမ်းလိုက်သည်။		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်
• အချား ()		လုပ်ဆောင်သူ / မလုပ်ဆောင်

အေဘုကာင်းအရာ		အတည့်ပျီရန်
4 ဂျီကုန် လိုအပ်သော အလှူမားမားအား ခံဆင်ကြပေးချခင်း စသည့်		
•အေမိရောဂါလကရုဏ်းရှိလဒ် "ရုံးမကုန်/မကုစေရန်" ဝေခင်းဆရာဝန်စရှိသည့်အနီးအနားရှိခံဆင်ဘက်ရှိအပြုအမူအစည်းဝေခင်း တယ့်ဖုန်းပေးချခင်းတိုင်းလုပ်ဆောင်စေသည့်။		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
•သက္ကဏ်ရိယိုမားဝေခင်း အချခံလှူမား (ဆီးခံရောဂါ၊ ဝေခင်းရောဂါ၊ နာတာရှည် အသက္ကလမူးဝေဘုကာင်းဆိုရာရောဂါ၊ နာတာရှည် ဝေကာကွပ်ရောဂါ၊ ခြေတိုးရောဂါ၊ ကွေ့ စသည့်) ရှိသမား၏ ပိုမိုပေးထန်စေသည့် အချခံပေးချခင်းစသည့် အလှူမားမားဝေခင်း ကိုယ့်ဝေခင်းအား ကာယကရုဏ်း၏ ဝေခင်းဆိုင်ခင်းဝေခင်း ဆရာဝန်၏ ထင်ချမင်ကွဲအရ (နည်းပညာမားကို အသုံးပြု၍ အလှူပေးချခင်း ဝေခင်း ပေးချခင်းလှသော အလှူပေးချခင်း ရုံးတကွေ့ချခင်း) စသည့်ကို ခံဆင်ကြကုန်သည့်။		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
•အထူးသဖြင့် ကိုယ့်ဝေခင်း အမီးသီးအလှူမားမားသည့် ဆရာဝန် သို့ သားပြေးဆရာမမား၏ လမူးညးနွမ်းအရ "မိခင်နွမ်းမားဆဲကြယူး ကတုပျား" စသည့် ပေးချခင်း ဝေခင်းဆိုလာပါက၊ လုပ်ခွင့် ဆရာဝန်၏ အမူကတုပျားအား ထည့်သြဉ်းစည်းစားပျား၊ အလှူပေးအားကန့်သတိုင်း (သို့) ရုံးတကွေ့ချခင်း ကန့်သတိုင်း (အိမ် အလှူပေးချခင်း (သို့) အလှူပေးချခင်းကို ဆိုလိုသည့်) တို့ကို ခံဆင်ကြကုန်သည့်။		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
• နည်းပညာပေးချခင်း အလှူပေးစေသောအခါ၊ အလှူပေးချခင်း ကိုယ့်ဝေခင်းကိုယ့်ကံစမ်းကို ခြံချခင်း သိရှိထားရမည့်ပေးချခင်း အထွေထွေအား ဝေခင်း လုပ်ပေးချခင်းကို ဝေခင်းအား ဆင်ကြယူးရင်း နည်းစနစ် ဆန်းစစ်ပေး၊ အိမ် အလှူပေးချခင်း၏ ဝိသေသလကရုဏ်းကိုလည်းလည်းအခါ ကိုယ့်ကွဲမားမား မလုံလောက်ချခင်း၊ အိမ်နည်းစနစ် မမန်ချခင်း ဝေခင်း စိတ်နွမ်းမားရင်း ပျာသနား သိသိသာသာပေးချခင်း ပေးချခင်း စသည့်ကို သိထားပေးချခင်း အလှူပေးစေသည့်။		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
• အချခင်း ()		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
5 ကိုရိုနာရောဂါပိုး ကူးစက္ကမား ဝေခင်း အနီးကပ်ဝေခင်း (ခံဆင်ကြကုန်"ကူးစက္ကမားစသည့်") ဝေခင်းကြကုန်သည့်အခါ ခံဆင်ကြကုန်		
(1) ကူးစက္ကမား အကင်းယိုတုစေသည့် ကိုယ့်မား၊ ခြံချခင်းဆက်မားကို တားချခင်းအား ရွင်းရွင်းလင်းလင်း ညးနွမ်းထားရှိချခင်း		
•ကိုရိုနာပိုးကူးစက္ကမား အတည့်ပျီပီးပါကလည်း အလှူပေးချခင်း ဝေခင်း အချခင်းအား အကင်းယိုတုစေသည့် ကိုယ့်မားကို မလုပ်ဆောင်ခင်း ခြံချခင်းဆက်မားကို တားချခင်းအား အသိပေးထားပေးချခင်း ဝေခင်း လုပ်ဆောင်စေသည့်။		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
(2) ရောဂါပိုးကူးစက္ကမား ဝေခင်းကြကုန်သည့်အခါ ခံဆင်ကြကုန်		
•ကိုရိုနာရောဂါပိုး ကူးစက္ကမား အတည့်ပျီပီးပါက လုံခြုံစွာ လုပ်ခင်းခြင်း ဖုန်း၊ Email စသည့်ပေးချခင်း အေဘုကာင်းအရာရန် အားလုံးအား အသိပေးထားပေးချခင်း ဝေခင်း ခံဆင်ကြကုန်စေသည့်။		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
•ကိုရိုနာပိုး ကူးစက္ကမားသည့် အတည့်ပျီပီးဝေခင်း တတိယပေးချခင်း ဝေခင်းအနီးကပ် ထိဝေခင်းအား ခြံချခင်း ကန့်မားရင်းဌာနမှ အိမ်ခံခင်း ဝေခင်းဆိုထားချခင်းခံရပါက လုံခြုံစွာ လုပ်ခင်းခြင်း ဖုန်း၊ Email စသည့်ပေးချခင်း အေဘုကာင်းအရာရန် အားလုံးအား အသိပေးထားပေးချခင်း ဝေခင်း ခံဆင်ကြကုန်စေသည့်။		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
•ကိုရိုနာရောဂါပိုးကူးစက္ကမားသည့် သတင်းပို့မားအား လက်သည့် လုပ်ခင်းခြင်းရှိရာ(တာဝန်)ကို သတိပေးချခင်း အားလုံးကို အသိပေးထားသည့်။ ထို့အပြင် ထိုကဲ့သို့သော သတင်းအချက်အလက်ကို ကိုယ့်သည့် ဌာန(တာဝန်)၏ စီမံမား အတိုင်းအတာဝေခင်း ကိုယ့်ဝေခင်းကိုယ့်ကံစမ်းအား ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက် စည်းမည်းစည်းကမ်းမားအား သတိပေးချခင်း အားလုံးကို အသိပေးထားသည့်။		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
•ကိုရိုနာရောဂါပိုး ရှိသည့် နီးကပ် ထိဝေခင်းသည့် အလှူပေးခြင်းရှိပါက မညီညီ ခံဆင်ကြကုန်စေသည့် စည်းမည်းစည်းကမ်းမား သတိပေးချခင်း အားလုံးအား အသိပေးထားသည့်။		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
•အလှူပေးခြင်း ပေးသည့် လိုအပ်သည့် အခါမိမိ ခံဆင်ကြကုန် ဖုန်းစနစ် ဆန်းစစ်မား လှည်းသည့်။		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
•အချခင်း ()		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
(3) အချခင်း ခံဆင်ကြကုန်		
•ပိုးရှိသည့် နီးကပ် ထိကွဲသမားအား ခံဆင်ကြကုန်သည့် လိုအပ်သော ခြေခင်းခြေတိုးတိုင်းကို လက်သည့် "ကန့်မားရင်းဌာန" အမီးခင်းပေးချခင်း၊ ထိဝေခင်းရှိသမား တိုင်းခင်းခြေခင်းခြေ ရှေ့ စသည့် အတည့်ပျီထားသည့်။		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
• လုပ်ခင်းခြင်းကန့်မားရင်း/ အမံ အဆာကွဲအိုင်းတြ ခြေခင်းဆိုရာ အချခင်းအေ မကောင်းသမားကို လက်သည့်အခါ အလှူပေးခြင်း ကွဲစက္ကမားမှ ကိုယ့်စောင့်ရှောက်ပေးချခင်း သတိပေးချခင်း ခံဆင်ဘက်ရှိ ဝေခင်းမားသည့် ပုံမှန် ဖုန်းစက္ကမားကြယူးအတိုင်းလိုကြာချခင်း သင့်ဝေခင်းသော ရောဂါကူးစက္ကမားအား ကာကြယူသည့် စနစ် (လူနာအား Mask တပေးချခင်း၊ စောင့်ဆိုင်းသည့်ခင်းခင်း ခြေခင်းခင်း ကို ခြံချခင်း၊ လူနာအား အကြာအဝေးတစွာထားရန် ခံဆင်ကြကုန်ချခင်း) ကို ခံဆင်ကြကုန်သည့်။		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်
•အချခင်း ()		လုပ်ဆောင်သည့် / မလုပ်ဆောင်

အေဗ်ကာနင်းအရာ		အတည့်ချုပ်ရန်
6 အမားရှိချခင်းကို ကာကြယျခင်း (※ပူပူပင်းဝေးရာကြွလှည့်ချခင်းဗေဗ်ကာနင်းအမားရှိသည့် အနီးရာယိုးဝိုင်းက အတည့်ချုပ်ပါ။)		
•ခင်းတကိုယ့် အပြုကြံ့မိုးကို တတူးဝိုင်းထိန်းခံပို့ အလုပ်၏ ရရှိငြင်းဆိုရာ ဝန်းကို လှော်ချခင်းဝိုင်းအတူ အားလပ်နားဖြာယူရန် အရေးဗ်ကီးဗေဗ်ကာနင်း အသိပေးထားသည်။		လုပ်ဆောင့်သည့် / မလုပ်ဆောင့်ပါ
•ရေမဆာလည်း အလှည့်မားမားအား ရေဓာတ်၊ ဆားဓာတ် ပျံ့နှံ့ရန် အသိပေးပြီး ဝေးခံအာဇာနည်ဆောင်ကြံ့ရှိသည်။ ※Mask ပျံ့နှံ့ ပါးစောင်း ဖုံးထားချခင်းဗေဗ်ကာနင်း ရေဆာသည့်စိတ်စားမိုးကို နှစ်စားဝိုင်းသည်။		လုပ်ဆောင့်သည့် / မလုပ်ဆောင့်ပါ
•အဆာကူအံ့အံ့ပင်ကြွ လုံလောက်သော အကြာအဝေး အနီးဆုံး 2m (၆ပေခန့်) အထက် ထားရှိပြီး က်ယူလောသည့် အသံကြကုန် မလိုသည့်အခါ Mask ကို ခြံစေရန် အသိပေးထားသည်။		လုပ်ဆောင့်သည့် / မလုပ်ဆောင့်ပါ

※ မရင်းလင်းသည့် အခန်းရှိပါက အနီးအနားရှိ အလှည့်မားဌာန (သို့မဟုတ်) အလှည့်မား စံနှုန်းနား စုစုဆေးရေးရုံး၏ လုံခြုံရေးဝိုင်း က်နားမေးရီးစီမံခန့်ခွဲခြံမးဌာနကို ဆကြွယှပါ။

၂၀၂၀ခုနှစ် ဖေဖော်ဝါရီ ၇ ရက်နေ့၊ ထုတ်ဝေ