|  |
| --- |
| 설 연휴 생활방역수칙  **<COVID-19 Prevention Guidelines during the Lunar New Year Holiday>**  **Цагаан сарын баярын үеэр цар тахлаас урьдчилан сэргийлэх журам** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | | **□ (기본원칙) 친구 집 방문 및 필요하지 않은 여행 자제, 5인 이상 사적모임 금지**  **(Basic rule) Refrain as much as possible from social interactions, such as visiting friends and attending social events or gatherings (5 people)**  **(Үндсэн зарчим) Айлд зочлох, онцын шаардлагагүй хот хооронд зорчих, 5-аас дээш хүн нэг дор цуглахыг хориглоно.**    **□ (부득이하게 친구 집 방문 시)** 마스크 상시 착용, 머무르는 시간은 짧게, 손 씻기 등 개인위생 철저히 준수  **(For unavoidable visits) Strictly observe self-hygiene such as Wearing a mask at all times, Minimizing to stay, washing hands, etc**  **(Зайлшгүй шалтгаанаар айлд зочлох бол) Амны хаалт зүүж, тухайн айлдаа удахгүйгээр гар угаах г.м ариун цэвэр сайтар сахих** |  |  |  | | --- | --- | | 안전한 설 연휴를 위한 방역수칙 | COVID19 Prevention Guidelines for the holidays |   Цагаан сарын баярын үед цар тахлаас урьдчилан сэргийлэх журам  **➊** 외출 할 땐 반드시 **마스크를 착용**하고, 사람 간 **거리두기**  Wear a mask when you go out and maintain physical distance from others  Гадуур гарахдаа амны хаалт заавал зүүж, хүн хоорондын зай барих  **➋** 최소 1일 3회(1회당 10분) 이상 **환기** 및 주기적 **소독**  Ventilate at least 3 times (10 mins per once)　per day and regularly fumigate  Өдөрт доод тал нь 3 -аас (1удаадаа 10минут) дээш удаа агаар сэлгэж, тогтмол ариутгал цэвэрлэгээ хийх  **➌** 흐르는 물과 비누로 30초 이상 **손 씻기** 등 **개인위생 철저**  Strictly observe self-hygiene such as washing hands with soap more than 30 seconds.  Угаалтуурт гараа 30 секундийн турш савандаж угаах зэргээр хувийн ариун цэвэр сахих  ➍ 발열, 호흡기 증상 등 코로나19 **증상이 있으면 검사** 받기  Do medical check if you have a fever or respiratory symptoms  Халуурах, амвсгалын замын эрхтний зовиур г.м Ковид-19 цар тахлын шинж тэмдэг илэрвэл шинжилгээ өгөх  ➎ 필요하지 않은 **여행 자제**하기  Minimize unnecessary travelling  Онцын шаардлагагүй бол хот хооронд зорчихгүй байх  \* 증상 있는 경우 즉시 콜센터(1399, 지역번호+120)나 보건소 문의하여 검사받기  \* If a fever of 38℃ or higher continues, or the symptoms deteriorate, contact the KCDC call center at 1339, area code+120 or a local public health center.  Шинж тэмдэг илрэх бол Дуудлагын төв (1399, орон нутгийн дугаар +120) буюу эрүүл мэндийн төв рүү холбоо барьж шинжилгээ өгөх   |  |  | | --- | --- | | 친구 집 방문 할 때 | When visiting friends or relatives |   Айлд зочлох тохиолдолд  ○ **이동 할 때 When you travel Хот хооронд зорчих тохиолдолд**  ▸발열 및 기침 등 호흡기 증상이 있으면, 친구 집 등 방문하지 않기  ▸Stay at home and rest if you have a fever or respiratory symptoms.  ▸ Халуурах, ханиалгах г.м амьсгалын эрхтний шинж тэмдэг илэрвэл, айлд зочлохгүй байх  ▸휴게소에 머무르는 시간 최소화, 마스크 상시 착용  ▸Wear a mask at all times when stopping at service area on highway.  ▸ Хот хоорондын зам дагуу амралтын цэгүүдэд бага хугацаагаар зогсох, амны хаалт тогтмол зүүх  ▸휴게소에서도 사람 간 간격 2m(최소 1m) 이상 유지  Maintain 2 meters (at least 1 meter) of physical distance from others at service area on highway  ▸ Амралтын цэгүүдэд хүн хоорондын зайг 2 метр (доод тал нь 1 метр) барих  **기차역, 버스터미널 등에서**  **At railway stations and bus terminals**  **Галт тэрэг автобусны буудал дээр байх үед**  ▸가급적 좌석은 사전 온라인 예약, 비대면 서비스(모바일 체크인 등) 우선하여 이용  \* 좌석 예매 시 가급적 한 좌석 띄워 예매  ▸When you book seats for public transport such as trains and highway buses, reserve the seat online in advance or use the non-person-to-person reservation method such as mobile check-in.  \* Book your seat to avoid next other seat  ▸ Суудал захиалгыг цахимаар хийх буюу зайнаас үйлчилгээ (гар утас ашиглах) авах  ⁎ суудал захилга хийхдээ болж өгвөл нэг суудал алгасаж захиалах  ▸마스크 상시 착용, 대화는 자제  ▸Wear a mask at all times. Avoid talking to one another.  ▸ Амны хаалт тогтмол зүүж хүнтэй ярихгүй байх  ▸지정된 장소에서만 음식 섭취, 기차·버스 안에서 먹을 간식 구입은 자제  ▸Consume food and drink only at a designated area. Refrain from having any food on train/bus.  ▸ Заасан газар зөвхөн хооллох, галт тэрэг автобусанд хоол хүнс худалдаж авахгүй байх  ▸흡연실, 화장실 줄 설 때 등 사람 간 2m(최소 1m) 간격 두기  ▸Maintain 2 meters (at least 1 meter) distance while waiting in a queue for smoking or bathroom use.  ▸ Тамхи, угаалгын өрөөний гадна дугаарлахдаа хүн хоорондын зайг 2 метр (доод тал нь 1 м) барих  **기차·버스 등 안에서 In a train or bus Галт тэрэг, автобус дотор**  ▸마스크 상시 착용하기  ▸Wear a mask at all times.  ▸ Амны хаалт тогтмол зүүх  ▸음식 섭취하지 않기 ▸Avoid consuming food and drink on public transport.  ▸ Хоолохгүй байх  ▸대화 및 전화 통화 자제하고, 불가피한 경우 마스크 착용하고 작은 목소리로 하기  ▸Avoid talking on the phone or to one another when taking public transport. If unavoidable, wear a mask and speak in a low voice.  ▸ Хоорондоо болон утсаар ярихгүй байх, шаардлагатай тохиолдолд амны хаалт зүүж, бусдад саад болохгүй ярих  ○ **친구 집에서** When visiting friends or relatives Айлд зочлохдоо  **실천할 것 Things to do Мөрдөх зүйл**  ▸친구 집 방문 시, 머무르는 시간(기간)은 가급적 짧게  ▸Minimize time spent when visiting other people’s homes.  ▸ Айлд зочлох бол тухайн айлдаа удахгүй (богино цагаар) гарах  ▸집안에서도 마스크 착용, 손 씻기 등 개인방역 철저  ▸When visiting other people’s homes, strictly observe self-hygiene measures, such as wearing a mask and washing hands.  ▸ Айлд байхдаа амны хаалт зүүж, гараа угаах г.м хувийн ариун цэврийг сахих  ▸식사 시에는 개인 접시와 배식 수저 등 사용하여 덜어 먹기  ▸Take each food on one’s own plate using communal spoons  ▸ Хувийн аяга таваг, халбага тус тусын хоолны хэрэгсэл ашиглаж хоол идэх  ▸반가움은 악수·포옹보다는 목례로 표현하기  ▸Greet with a bow instead of a handshake or hug.  ▸ Гар барьж, тэврэлгүйгээр толгой дохиж мэндлэх  ▸하루에 3번 이상 자주 환기하기  ▸Ventilate the place regularly, at least 3 times a day.  ▸ Өдөрт 3-аас дээш удаа тогтмол агаар сэлгэх  ▸손이 많이 닿는 곳(리모컨, 방문 손잡이, 욕실 등)은 하루에 1번 이상 소독하기  Keep daily spaces (such as bathroom) clean, and disinfect the surfaces of high-touch objects, such as remote controls and doorknobs on a daily basis.  ▸ Хүний гар их хүрдэг эд зүйл (тв удирдлага, хаалганы бариул, угаалгын өрөө)-ийг өдөрт 1-ээс дээш удаа ариутгах  **피할 것 Things to avoid Зайлсхийх зүйл**  ▸밀폐·밀집·밀접 장소(유흥시설, 노래방 등)에는 가지 않기  ▸Avoid going to crowded places with friends, especially enclosed and poorly-ventilated areas, such as indoor entertainment facilities and Karaokes.  ▸ Хүн ам хэт их төвлөрсөн (зугаа цэнгээний газар, караоке г.м) газруудаар орохгүй, явахгүй байх  ▸소리지르기, 노래부르기 등 침방울 튐이 발생하는 행동은 자제하기  ▸Refrain from spitting water droplets (such as shouting relief, singing songs, etc.).  ▸ Чанга хашхирах, дуулах г.м шүлс үсрэх үйлдэл хийхгүй байх  ○ **숙소 귀가 후** Upon arrival at an accommodation Гэртээ буцаж ирсний дараа  ▸귀가 후, 흐르는 물과 비누로 30초 이상 손 씻기 등 개인방역 철저  ▸Strictly observe self-hygiene such as washing hands with soap more than 30 seconds , etc  ▸ Гэртээ ирсэний дараа угаалтуурт 30секундын турш гараа сайтар савандаж угаах зэргээр хувийн ариун цэвэр сахих  ▸발열 및 호흡기 증상 여부 관찰 및 외출 자제  ▸Stay inside the premise and check for a fever or respiratory symptoms.  ▸ Халуурах, ханиах г.м шинж тэмдэг илрэхийг ажиглаж, гэрээс гарахгүй байх   |  |  | | --- | --- | | 모임 ‧ 여행할 때 | When Gathering · Travelling  Уулзалтанд оролцох, хот хооронд зорчих тохиолдолд |   ○ **여행 전 Before travelling Зорчихоос өмнө**  **실천할 것 Things to do Дагаж мөрдөх зүйл**  ▸개인 또는 소규모로 계획하여 여행하기  ▸Travel alone or with small persons  ▸ Ганцаараа эсвэл цөөхүүлээ зорчих, аялах  ▸다중이용시설, 여행지 등은 혼잡하지 않은 시간대에 예약 방문하기  ▸Make a reservation to visit public areas or sightseeing areas at a non-crowded time zone  ▸ Нийтийн эзэмшлийн газар, аялал жуулчлалын газруудаар хүн цөөн цагаар аялах буюу зорчих  - 일정 및 동선을 최소화할 수 있도록 사전 계획하기  - Make a plan to minimize itinerary and human traffic  - Хот хооронд зорчихдоо аль болох цөөн хоног, цөөн газраар явахыг төлөвлөх  ▸대중교통 및 관광지 입장권 예매와 발권은 온라인서비스 우선 활용하기  When you book seats for public transport or entry tickets for sightseeing areas, reserve the seat online in advance or use the non-person-to-person reservation method such as mobile check-in.  ▸ Нийтийн тээвэр, аялал жуулчлалын газрын тасалбарыг цахимаар худалдаж авах  - 좌석은 가급적 한 좌석 띄워 예매하기  - Book your seat to avoid next other seat  - Нэг суудал алгасаж суудал захиалах  **피할 것 Thing to avoid Зайлсхийх зүйл**  ▸밀폐‧밀집‧밀접 장소는 가지 않기  Avoid going to crowded places with friends, especially enclosed and poorly-ventilated areas  ▸Хүн ам хэт их төвлөрсөн, агааржуулалт муу газруудаар явахгүй байх  ▸필요한 간식·물 등은 사전에 준비하여 가급적 휴게소 들리지 않기  Bring your food and water and avoid being at service area on highway  ▸ Замд идэх хоол хүнсээ урьдчилан бэлдэж зам дагуух амралтын цэгүүдэд зогсохгүй байх  - 휴게소 방문 시 가급적 짧은 시간동안 머무르기  Leave quickly as much as possible if you need to visit service area on highway  **- Зам дагуух амралтын цэгүүдэд зогсохдоо удаан зогсохгүй байх**  ○ **여행 중 on your travelling Аялалын үеэр**  **실천할 것 Thing to do Мөрдөх зүйл**  ▸자주 손 씻기 Wash your hands often Гараа ойр ойрхон угаах  ▸다른 사람과의 불필요한 접촉 피할 수 있도록 동선 최소화  ▸Minimize human traffic to avoid unnecessary contact with others  ▸Онцын шаардлагагүй бол хүнтэй ойрхон харьцахаас зайлсхийх  ▸어르신 등 고위험군을 만나는 경우에는 마스크 착용, 손 씻기 등 개인방역 철저  ▸Strictly observe self-hygiene such as wearing a mask, washing hands when you meet the elderly as a high risk group  ▸Өндөр настай өндөр эрсдэлтэй хүнтэй уулзах тохиолдолд амны хаалт зүүж, гар угаах г.м хувийн ариун цэвэх сайтар сахих  ▸실내, 교통수단 內에서 꼭 필요한 통화는 마스크 착용상태에서 작은 목소리로 하기  ▸Avoid talking on the phone or to one another when taking public transport. If unavoidable, wear a mask and speak in a low voice.  ▸Барилга байшин, тээврийн хэрэгсэл дотор зайлшгүй шаардлагатай дуудлага хийх тохиолдолд амны хаалтаа зүүж нам дуугаар ярих  ▸휴게소, 식당, 카페 등 다중이용시설에서는 최소 시간만 머무르기(포장·배달 활용)  ▸Leave quickly as much as possible if you need to visit service area on highway, restaurants, cafeteria, etc (use take out or deliveries)  ▸Зам дагуух амралтын цэг, хоолны газар, кафе зэрэг олон нийтийн газар маш богино хугацаанд үйлчлүүлж гарах (савлуулж авах эсвэл хүргэлтийн үйлчилгээг сонгох)  ▸주문, 예매 등은 가능한 무인기계 사용, 타인과 대면 시 손소독제 사용  ▸Use kiosk when you order and hand sanitizer when you face others  ▸Захиалга хийх, тасалбар авах үед хүнгүй машиныг сонгох, бусадтай харьцаж ойртсон тохиолдолд гар ариутгах  ▸식사 시 대화 자제, 식사 전‧후 마스크 착용  ▸Avoid talking when eating with wearing mask at all times  ▸Хооллох үед хүнтэй ярихгүй байх, хоолны өмнө, дараа нь амны хаалт зүүх  **피할 것 Things to avoid Зайлсхийх зүйл**  ▸밀폐·밀집·밀접하기 쉽고 마스크 착용이 어려운 실내는 가지 않기  ▸ Avoid going to crowded places with friends, especially enclosed and poorly-ventilated areas  ▸Хүн хэт их төвлөрсөн, агаар муутай, амны хаалт зүүхэд бэрхшээлтэй газраар явахгүй байх  ▸불가피하게 방문 시 침방울이 튀는 행위(소리지르기, 노래부르기 등), 신체접촉(악수, 포옹 등) 자제하기  ▸Refrain from spitting water droplets (such as shouting relief, singing songs, etc.). physical contact (shaking hands, hugging, etc)  ▸Зайлшгүй шалтгаанаар явах үед шүлс үсрэх үйлдэл(хашхирах, дуулах г.м ) хийхгүй, хүний биед ойртох (гар барих, тэврэх) -гүй байх  ★ 증상 있는 경우 즉시 콜센터(1399, 지역번호+120)나 보건소 문의하여 검사받기  If a fever of 38℃ or higher continues, or the symptoms deteriorate, contact the KCDC call center at 1339, area code+120 or a local public health center.  Шинж тэмдэг илэрсэн тохиолдолд Дуудлагын төв(1399, орон нутгийн дугаар+120) буюу Эрүүл мэндийн төв рүү ярьж шинжилгээ өгөх |