

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 개인 위생 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

❶ 외출 할 땐 반드시 마스크를 착용하고, 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

② 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

③ 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

④ 발열, 호흡기 증상 등 코로나19 증상이 있으면 검사 받기

Do medical check if you have a fever or respiratory symptoms

Халуурах, амьсгалын замын эрхтний зовиур г.м Ковид-19 цар тахлын шинж тэмдэг илэрвэл шинжилгээ өгөх

⑤ 필요하지 않은 여행 자제하기

Minimize unnecessary travelling

Онцдын шаардлагагүй бол хот хооронд зорчихгүй байх

* 증상 있는 경우 즉시 콜센터(1399, 지역번호+ 120)나 보건소 문의하여 검사받기

* If a fever of 38°C 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 Karaoke.
- ▶ Хүн ам хэт их төвлөрсөн (зугаа цэнгээний газар, караоке г.м) газруудаар орохгүй, явахгүй байх
- ▶ 소리지르기, 노래부르기 등 침방울 튼이 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 угаалпуурт 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 цэвэр сайтар сахих

- ▶ 실내, 교통수단 내에서 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°C 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