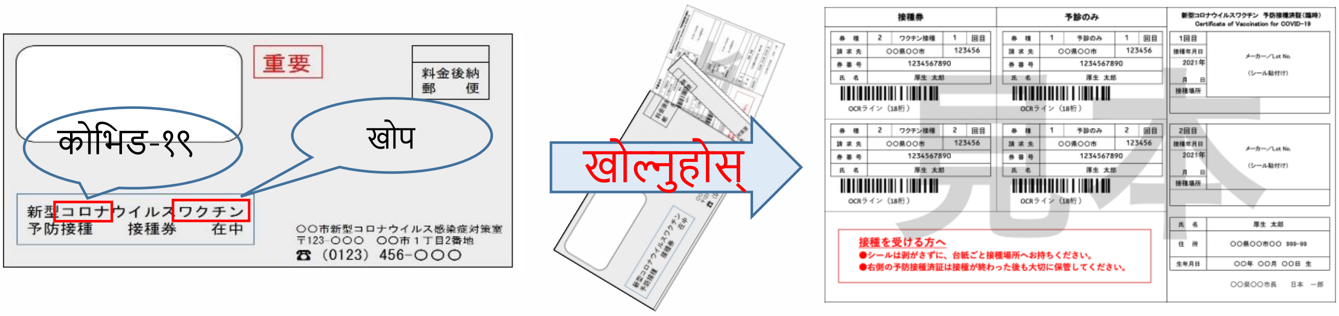
कोभिड-१९ (कोरोना भाइरस) खोप पाउन चाहनुहुने विदेशी नागरिकहरुको लागि:

तपाईं कोभिड-१९ खोप कुपन पाउन लागेको!

सूचना !

- **तपाईंको स्थानीय नगरपालिकाले "कोभिड-१९ खोप कुपन" र "कोभिड-१९ खोपको सूचना" वितरण गर्दैछ ("कोभिड-१९ खोपको सूचना" चाहिं संलग्नक जस्तो देखिन्छ)।**
- **यदि तपाईंले आफ्नो निवास कार्डमा उल्लेख गरिएको ठेगाना भन्दा फरक ठेगानामा बस्नुहुन्छ भने, तपाईंले खोप कुपन *पाउनुहुनेछैन*। यस्तो अवस्थामा, कृपया तुरुन्तै नगरपालिका कार्यालयमा गएर ठेगाना परिवर्तन गर्ने प्रक्रियाहरु पूरा गर्नुहोस्।**

① कृपया तपाईंको स्थानीय नगरपालिका बाट पाउनुभएको खाम जसमा "コロナ(कोभिड-१९) (कोरोना भाइरस)" र/वा "ワクチン(खोप)" लेखिएको छ, त्यसलाई खोलेर भित्र राखिएको कागजहरू हेर्नुहोला।



② कोभिड-१९ खोप कुपन अनुक्रमिक क्रममा वितरण गरिरहेको छ। तपाईंले कतिखेर खोप कुपन पाउने सम्भावना छ भनेर बुझ्नलाई नगरपालिका बाट आइने घोषणा हेर्न सक्नुहुन्छ (नगरपालिकाको वेबसाइटमा, आदि)।

③ यदि तपाईंले आफ्नो निवास कार्डमा उल्लेख गरिएको ठेगाना भन्दा फरक ठेगानामा बस्नुहुन्छ भने, कृपया तुरुन्तै नगरपालिका कार्यालयमा गएर ठेगाना परिवर्तन गर्ने प्रक्रियाहरु पूरा गर्नुहोस्

④ जब तपाईंले कोभिड-१९ खोप कुपन पाउनुहुन्छ, तब आरक्षण गरेर "कोभिड-१९ खोपको सूचना"को सामग्री अनुसार खोप लिनुहोला।

यदि तपाइँको कुनै प्रश्न छ भने, कृपया थप स्पष्टीकरणको लागी निम्न पृष्ठमा (१) देखि (४)-को कुनै सँग सोधपुछ गर्नुहोस्।

जापान अध्यागमन निबास नियन्त्रण एजेन्सी

विदेशी निवासी सहायता केन्द्र

外国人在留支援センター
FRESC

सोधपुछ

कोभिड-१९ खोप कुपन पाउनुभए पछि तपाईंको कुनै प्रश्नको जवाफको लागी निम्न (१) देखि (४)-को कुनै सँग सोधपुछ गर्नुहोस्।

(१) स्थानीय नगरपालिका

खामको अगाडी लेखिएको नम्बरमा कल गर्नुहोस्।

(२) कोभिड-१९ खोप कल सेन्टर (स्वास्थ्य, श्रम र कल्याण मन्त्रालय)

टेलिफोन: ०१२०-७६१-७७० (नि:शुल्क)
खुल्ला समय: ९:०० - २१:०० (शनिबार, आइतबार, र राष्ट्रिय बिदाहरूमा पनि खुल्ला हुन्छ)
भाषाहरू: जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, पोर्चुगिज, र
स्पेनी: ९:०० - २१:००
थाई: ९:०० - १८:००
भियतनामी: १०:०० - १९:००

(सन्दर्भ) कोभिड-१९ खोप बाहेक कोभिड-१९ सम्बन्धित समस्याहरूको लागि स्वास्थ्य, श्रम र कल्याण मन्त्रालयले प्रदान गरिएको टेलिफोन परामर्श सेवा

- **कोभिड-१९को लागि स्वास्थ्य, श्रम र कल्याण मन्त्रालय-मा सम्पर्क कार्यालय**
  टेलिफोन: ०१२०-५६५-६५३ (नि:शुल्क)
  खुल्ला समय: ९:०० - २१:०० (शनिबार, आइतबार, र राष्ट्रिय बिदाहरूमा पनि खुल्ला हुन्छ)
  भाषाहरू: जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, पोर्चुगिज, र
  स्पेनी : ९:०० - २१:००
  थाई: ९:०० - १८:००
  भियतनामी: १०:०० - १९:००

(३) विदेशी निवासी सहायता केन्द्र FRESC सहायता केन्द्र

टेलिफोन: ०१२०-७६-२०२९ (नि:शुल्क)
खुल्ला समय: ९:०० - १७:०० (सोमबारदेखि शुक्रबारसम्म मात्र)
भाषाहरू: जापानी, अंग्रेजी, चिनियाँ, कोरियाली, पोर्चुगिज, स्पेनी, थाई, भियतनामी, फिलिपिनो, खमेर, नेपाली, इन्डोनेसियाली, म्यानमार, मङ्गोलियन, फ्रेन्च, सिंहली, उर्दू, र बंगाली

(४) क्षेत्रीय परामर्श डेस्क (विदेशी नागरिकहरुले आफ्नो दैनिक जीवनको सहायता गर्नको लागि मदत गर्ने पोर्टल साइट)

- जापानी भाषा: https://www.moj.go.jp/isa/content/930004512.pdf
- अंग्रेजी: https://www.moj.go.jp/isa/content/930005173.pdf

* परामर्श डेस्क अनुसार उपलब्ध भाषाहरू फरक हुन सक्छ भन्ने कुरा याद गर्नुहोस्।

कृपया "कोरोना भाइरस खोप नेभिगेसन वेबसाइट"लाई पनि हेर्नुहोस्।

"कोरोना भाइरस खोप नेभिगेसन वेबसाइट" ठेगाना: **https://v-sys.mhlw.go.jp**

- यदि तपाइँले उपलब्ध चिकित्सा संस्था वा खोप स्थल पाउन सक्नुहुन्न भने, कृपया तपाईंको स्थानीय नगरपालिका कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस्।
- कोरोना भाइरस खोप नेभिगेसन वेबसाइटमा आरक्षण गर्न सक्नुहुन्न भनेर कृपया याद गर्नुहोस्।

स्वास्थ्य, श्रम र कल्याण मन्त्रालयले तयारी गरिएको सामाग्री सुझावको रुपमा मात्र प्रयोग गर्नुहोस्।
नगरपालिकाको सरकार बाट आइने सूचना यस सामग्री भन्दा फरक हुन सक्छ।

नगरपालिकाको नाम

कोरोना भाइरसको खोप बारेमा सूचना

नि:शुल्क खोप
(जापान सरकारद्वारा पूर्ण अनुदान)

खोपको प्रक्रिया

१ खोप कहिले लगाउन सकिन्छ निश्चित गर्नुहोस

कोरोनाको खोप स्वास्थ्यकर्मी, वृध्दवृद्धा र अन्तर्निहित चिकित्सा अवस्था भएका ब्यक्तिहरूलाई क्रमशः दिइनेछ । कृपया तपाइँको खोपको क्रम यकिन गर्नुहोस् र आफ्नो पालो नआउन्जेल कुर्नुहोस् ।

* कृपया सरकारी घोषणाको प्रतीक्षा गर्नुहोस् । तपाईं स्वास्थ्य, श्रम तथा कल्याण मन्त्रालयको वेबसाइट वा तपाईंको नगरपालिकाको परामर्श केन्द्रमा पनि चेक गर्न सक्नुहुन्छ ।
* बृध्द र अन्तर्निहित चिकित्सा अवस्था भएका ब्यक्तिहरुले कृपया पछाडीको पाना हेर्नुहोस्।
* यद्यपि प्रतिक्षा अबधि छोटो हुने सम्भावना भएतापनि, हामी निश्चित गर्नेछौं कि खोप प्राप्त गर्न चाहने हरेकले उचित समयमा यो खोप प्राप्त गर्न सक्दछन्, त्यसैले कृपया धैर्य गर्नुहोस्।

२ चिकित्सा संस्था वा खोप केन्द्र खोज्नुहोस्

तपाईंले आफ्नो शहर वा इन्टरनेटबाट पीआर मार्फत खोप प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ। कृपया स्वास्थ्य संस्था वा खोप साइट खोज्नुहोस् ।

विस्तृत जानकारी को लागी, कृपया कोरोना भाईरस खोप नेभिगेसन सामान्य जानकारी वेबसाइटमा हेर्नुहोस्।

कोरोना भाइरस खोप नेभिगेसन वेबसाइटको ठेगाना : https://v-sys.mhlw.go.jp

* यदि तपाईं चिकित्सा संस्था वा खोप केन्द्र खोज्न असमर्थ हुनुहुन्छ भने तपाईं आफ्नो स्थानीय नगरपालिकालाई सम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ।
* यो खोप शहर वा गाउँमा प्राप्त गर्नु पर्दछ जहाँ तपाईंको वसोवास दर्ता गरिएको छ (निवासस्थान), यदि तपाईं अस्पताल वा अन्य कुनै केन्द्रमा भर्ना हुनुभएको छ भने लागु हुनेछैन।
 तपाईंको दर्ता गरिएको ठेगाना भन्दा बाहिर खोप लिनुपर्ने भएमा जानकारीको लागि कृपया पछाडिको पानामा हेर्नुहोस्।
* कोरोना भाइरस खोप नेभिगेसन वेबसाइट मार्फत सिधा रिजर्भेसन गर्न सम्भव छैन।

कोरोना भाईरस खोप नेभिगेसन सेकेन्डरी कोड

३ रिजर्भेसन गर्नुहोस् र खोप लिनुहोस्

कृपया स्वास्थ्य संस्था वा नगरपालिकामा सम्पर्क गर्नुहोस् जहाँ तपाईं खोप प्राप्त गर्न चाहानुहुन्छ।

तपाईंको क्षेत्रमा तोकिएको चिकित्सा संस्था	स्वास्थ्य संस्थासँग सिधा अपोइन्टमेन्ट लिनुहोस् (फोन, इन्टर्नेट, आदिद्वारा)
नगरपालिकाहरूमा खोप साइटहरू	कल सेन्टर:

ल्याउने चीजहरू

- कुपन (यस सूचनामा संलग्न)
- परिचय खुल्ने कागजातहरू (सवारि-चालक परिचय-पत्र, स्वास्थ्य बीमा कार्ड, आदि)

* कृपया खोप लिनुअघि घरमै आफ्नो शरीरको तापक्रम नाप्नुहोस् र ज्वर भएमा खोप नलिनुहोस् । यदि तपाईंलाई ज्वरो आएको छ वा बिसन्चो छ भने आफुले अपोइन्टमेन्ट लिएको नगरपालिका कार्यालय वा स्वास्थ्य संस्थामा सम्पर्क गर्नुहोस् ।
* कृपया पाखुरामा खोप लगाउन सजिलो हुने किसिमका पहिरन लगाउनुहोस् ।
* निश्चित समयको अन्तरालमा एकै प्रकारको खोपको दुई मात्रा प्राप्त गरेपछि मात्र यसको पूर्ण प्रभाव प्राप्त हुन्छ । कृपया पहिलो खोप प्राप्त गर्दा नै दोश्रो खोप कहिले लिनुपर्दछ भन्ने यकिन गर्नुहोस् ।
* संलग्न कुपन दुवै पटक खोप लगाउँदा चाहिने खोप प्रमाणपत्र हो। यस फारामलाई प्रत्येक पटक सँगै ल्याउनुहोस्, र कृपया कागजपत्र नच्यात्नुहोस्।

स्वास्थ्य, श्रम र कल्याण मन्त्रालयले तयारी गरिएको सामाग्री सुझावको रुपमा मात्र प्रयोग गर्नुहोस्।
नगरपालिकाको सरकार बाट आइने सूचना यस सामग्री भन्दा फरक हुन सक्छ।

◎ बृध्दहरूका लागि खोपको सुरुवात

आर्थिक वर्ष २०२१ मा ६५ बर्ष पुगेका ब्यक्तिहरू (अप्रिल १, १९५७ मा वा त्यसअघि जन्मिएकाहरू) बाट खोप सुरु गर्न निर्धारित गरिएको छ। यो समयावधिलाई अझै विभाजित गर्न पनि सकिनेछ।

◎ अन्तर्निहित चिकित्सा अवस्थाको ब्यक्ति को हो?

अन्तर्निहित चिकित्सा अवस्था भएका ब्यक्तिहरूका लागि खोप बृध्दहरू पछि सुरू गरिनेछ। अन्तर्निहित चिकित्सा अवस्था भएका ब्यक्तिहरूलाई तलका कुनै पनि मापदण्ड पूरा गर्ने ब्यक्तिहरूको रूपमा परिभाषित गरिएको छ (मार्च १८, २०२१ अनुसार)।

१. निम्न बिरामीहरू वा सर्तका ब्यक्तिहरू जसले बहिरंग वा अन्तरंग सेवा पाइरहेका छन्–

- १. दीर्घकालीन श्वास रोग
- २. जीर्ण हृदय रोग (उच्च रक्तचाप सहित)
- ३. दीर्घकालीन मृगौला रोग
- ४. दीर्घकालीन कलेजो रोग (लिभर सिरोसिस आदि।)
- ५. ईन्सुलिन वा औषधिबाट उपचार भैरहेको मधुमेह अथवा अन्य मधुमेह रोगहरु
- ६. रक्त रोग (आइरनको कमी एनीमिया बाहेक)
- ७. रोगहरू जसले प्रतिरक्षा प्रणालीको कार्यलाई बिगार्दछ (उपचार अन्तर्गत घातक ट्यूमर सहित)
- ८. प्रतिरोधात्मक क्षमतालाई कमजोर बनाउने, स्टेरोइडहरू सहितका उपचार प्राप्त गर्दै गरेका
- ९. न्यूरोलोजिकल र न्यूरोमस्कुलर रोग प्रतिरक्षा विकृतिसँग सम्बन्धित
- १०. न्यूरोलोजिकल वा न्यूरोमस्कुलर बिरामीहरूको कारण शरीरको कार्यहरू घटाएका(सासका विकार सहित)
- ११. क्रोमोसोमल असामान्यता
- १२. गम्भीर मानसिक र शारीरिक अशक्तताहरू (गम्भीर शारीरिक अक्षमता र गहन बौद्धिक अक्षमता)
- १३. स्लीप एपनिया सिन्ड्रोम
- १४.गम्भीर मानसिक रोग (मानसिक रोगको उपचारको लागि अस्पतालमा भर्ना भएका, मानसिक अशक्तता प्रमाणपत्र भएका वा आफ्नै खर्चमा “गम्भीर र निरन्तर“ श्रेणिको उपचार गराइरहेको (मानसिक अस्पताल) अथवा वौद्धिक अपांगता (पुनस्थापना प्रमाणपत्रधारी)

२. मोटो ब्यक्तिका लागि मापदण्ड (३० बीएमआई वा सो भन्दा माथि)

बीएमआई = शरीरको वजन (किलोग्राम) ÷ उचाई (m) ÷ उचाई (m)

*३० बीएमआईका लागि गाईडलाईन: १७० सेमी उचाई र ८७ केजी वजन, १६० सेन्टिमिटरको उचाइ र ७७ केजी वजन

बृध्दहरूको देखभालमा संलग्न कामदारहरूको खोप पनि एकै समयमा सुरु गरिनेछ।

◎ बसोबास कार्ड दर्ता गरिएको स्थान (निवासस्थान) बाहेक अन्य स्थानहरूमा खोप

- यदि तपाई कुनै अस्पताल वा स्वास्थ्य केन्द्रबाट खोप प्राप्त गर्दै हुनुहुन्छ जहाँ तपाईलाई भर्ना गरिएको छ वा दाखिला गरिएको छ → कृपया अस्पताल वा स्वास्थ्य केन्द्रसँग परामर्श गर्नुहोस्।
- यदि तपाइँ कुनै स्वास्थ्य संस्थाबाट खोप प्राप्त गर्दै हुनुहुन्छ जहाँ तपाइँ अन्तर्निहित अवस्थाको लागि उपचार गर्दै हुनुहुन्छ → कृपया सोहि स्वास्थ्य संस्थासँग परामर्श गर्नुहोस्।
- यदि तपाईंको निवास तपाईंको ठेगाना भन्दा फरक छ → तपाईं जुन इलाकामा बस्नुहुन्छ त्यहीं खोप लिन सक्नुहुन्छ।

कृपया कोरोनाभाइरस खोप नेभिगेसन चेक गर्नुहोस् वा आफु बसेको नगरपालिकाको परामर्श कार्यालयमा सम्पर्क गर्नुहोस् ।

◎ खोप प्राप्त गर्न तपाईंको सहमति आवश्यक छ

यदि तपाई हाल कुनै रोगको उपचार गराईरहनु भएको छ वा तपाईको स्वास्थ्य अवस्थाको बारेमा चिन्ता छ भने, कृपया खोप लिने कि नलिने भनेर निर्णय गर्नु अघि तपाईको पारिवारिक डाक्टरसँग सल्लाह लिनुहोस्।

कोरोनाभाइरस खोपको प्रभावकारिता र सुरक्षाका बारे थप जानकारीको लागि कृपया जापानका प्रधानमन्त्री तथा मन्त्रिपरिषद कार्यालयको वेबसाइटमा नोबल कोरोनाभाइरस भ्याक्सिन पृष्ठ हेर्नुहोस्।

Prime Minister of Japan and His Cabinet Novel Coronavirus Vaccines | Search

यदि तपाईं वेबसाइट हेर्न असमर्थ हुनुहुन्छ भने, कृपया आफ्नो स्थानीय नगरपालिकामा सम्पर्क गर्नुहोस्।

सम्पर्क जानकारी (सोधपुछका लागी)