

วิธีการรับประทานอาหารนอกบ้านอย่างปลอดภัยในช่วงสถานการณ์ฉุกเฉินทางสาธารณสุขโควิด-19

โควิด-19 ยังคงแพร่กระจายอยู่ในชุมชนของเราและคุณมีความเสี่ยงทุกครั้งที่ยังรวมกลุ่มกับผู้อื่นนอกบ้านของคุณ

เมื่อเราเริ่มออกไปทำกิจกรรมอย่างการรับประทานอาหารนอกบ้าน

เป็นเรื่องสำคัญที่เราต้องปฏิบัติตามขั้นตอนเพื่อป้องกันการแพร่กระจายของโควิด-19

ใช้เวลาชั่วครู่เพื่อพิจารณาว่าคุณจะออกไปรับประทานอาหารอย่างปลอดภัยได้อย่างไรที่จะปกป้องทั้งตัวคุณ

ผู้ที่เข้ามารับประทานอาหารร่วมกับคุณ และพนักงานร้านอาหารที่บริการคุณ คุณสนับสนุนร้านอาหารของนครนิวยอร์กได้ แต่โปรดทำอย่างปลอดภัย!

หากคุณวางแผนที่จะออกไปรับประทานอาหารนอกบ้าน โปรดทำตามคำแนะนำต่อไปนี้เพื่อลดความเสี่ยงในการแพร่เชื้อโควิด-19

- **โปรดอยู่กับบ้านหากคุณรู้สึกไม่สบายหรือมีความเสี่ยงสูงที่จะเกิดอาการรุนแรงจากโควิด-19**
หากคุณออกไปข้างนอกเมื่อคุณป่วยอยู่ คุณเสี่ยงที่จะทำให้ผู้อื่นไม่สบาย หากคุณมีโรคประจำตัวหรือมีอายุ 65 ปีขึ้นไป โปรดพิจารณาที่จะอยู่กับบ้านเพื่อปกป้องตนเอง
- **ลดเวลาการรอของคุณ** จองที่นั่งล่วงหน้า ดูเมนูออนไลน์ก่อนที่จะไปถึง หรือสั่งอาหารระหว่างที่รอโต๊ะ การทำเช่นนี้จะช่วยลดโอกาสที่จะสัมผัสเชื้อ
- **ใส่หน้ากากตลอดเวลาเมื่อคุณไม่ได้บริโภคอาหารหรือเครื่องดื่ม** โปรดอย่าลืมว่าคุณสามารถแพร่เชื้อโควิด-19 ได้แม้ว่าคุณจะไม่แสดงอาการก็ตาม การใส่หน้ากากจะปกป้องผู้คนรอบตัวคุณ ผู้คนที่ไม่สามารถใส่หน้ากากได้เนื่องจากมีอาการทางการแพทย์และเด็กที่มีอายุ 2 ปีหรือน้อยกว่าไม่จำเป็นต้องใส่
- **รักษาระยะห่างของคุณ!** รักษาระยะห่างอย่างน้อย 6 ฟุตจากพนักงานร้านอาหารและลูกค้าโต๊ะอื่นที่ไม่ได้อยู่ในกลุ่มของคุณให้มากที่สุดเท่าที่เป็นไปได้ พยายามที่จะรักษาระยะห่างในระหว่างที่รอโต๊ะหรือเมื่อใช้ห้องสุขา
- **รักษาสุขอนามัยของมือ** ใช้เจลแอลกอฮอล์ฆ่าเชื้อสำหรับมือเมื่อเข้าร้านอาหาร ก่อนรับประทานอาหาร และหลังจากที่ออกจากร้านอาหาร ล้างมือให้สะอาดด้วยสบู่และน้ำเป็นเวลาอย่างน้อย 20 วินาทีเมื่อใช้ห้องสุขา

เพื่อลดความเสี่ยงต่อลูกค้า ร้านอาหารต่าง ๆ จะมีการเปลี่ยนแปลงบางอย่าง ซึ่งอาจรวมถึง:

- การคัดกรองพนักงานเพื่อตรวจหาอาการของโควิด-19 ก่อนที่กะของพวกเขาจะเริ่มและส่งพวกเขากลับบ้านหากพวกเขาป่วย
- การรับรองว่าพนักงานใส่หน้ากากเพื่อปกป้องลูกค้าและพนักงานคนอื่น ๆ
- การจัดโต๊ะโดยเว้นระยะห่างอย่างน้อย 6 ฟุตระหว่างแต่ละโต๊ะ
- การส่งเสริมให้รักษาระยะห่างทางกายภาพในพื้นที่แคบและบริเวณที่มีการต่อแถว (เช่น ห้องสุขา) โดยการแปะเทป ป้าย หรือเครื่องหมายอื่น ๆ เพื่อรับรองว่าผู้คนที่รักษาระยะห่าง 6 ฟุต
- การวางเจลแอลกอฮอล์ฆ่าเชื้อสำหรับมือ ไว้ในบริเวณที่ใกล้กับลูกค้า เช่น ตรงทางเข้า และตรงที่คิดเงิน
- ทำความสะอาดพื้นผิวที่มีการจับต้องบ่อย เช่น ก๊อกน้ำ ที่จับประตู และเคาน์เตอร์ บ่อยครั้งมากขึ้น

สำหรับข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับโควิด-19 รวมถึงวิธีการปกป้องตนเองจากการถูกตีตราจากสังคม โปรดเข้าสู่ nyc.gov/health/coronavirus

หากต้องการค้นหาสถานที่ตรวจ โปรดเข้าสู่ nyc.gov/covidtest หรือโทรติดต่อ **311**

กรมอนามัยแห่งนครนิวยอร์กอาจเปลี่ยนแปลงคำแนะนำตามการเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์

6.21.20