

**1 නව කොරෝනා එන්නත ලබා දීමෙන් පසු ඇතිවන ආසාදන වැළැක්වීම පිලිබඳව**

සියලුම බෝවන රෝග වලට එරෙහිව එන්නත් වල සාර්ථක භාවය 100%නොවේ. නව කොරෝනා එන්නත එන්නත ලබා දීමෙන් පසුව වුවද ආසාදනය වීමේ හැකියාවක් පවතී. අපි එය හඳුන්වන්නේ "පසු ආසාදනය" ලෙස ය.

එන්නත දෙවරක් එන්නත් කිරීමෙන් පසු කරුණාකර මුඛ ආවරණයක්,පිරිසිදු වාතාශ්‍රය සහ අත් සේදීම වැනි මූලික ආසාදන මර්දන පියවරයන් හොඳින් ක්‍රියාත්මක කරන්න.

විශේෂයෙන්, කරුණාකර විශාල ජනතාවක් එක්රැස් වන ස්ථාන ,හඬ නඟා උත්සව පවත්වන ස්ථාන හෝ ඔබ අධික ලෙස මත්පැන් පානය කරන සාදවලට කරුණාකර සහභාගී නොවන්න.

ඔබ සියලු දෙනාගේ සහයෝගය ලබාදෙන්න

## 2 ඉන්ෆ්ලුවෙන්සා එන්නත වෙනුවෙන් වැය වන මුදල සඳහා අර්ධ වශයෙන් සහනාධාර දීම පිලිබදව

නව කොරෝනා වයිරස් ආසාදන පැතිරීම නාවකාලිකව අඩුවීමක් ඇතිවී තිබෙනු නමුත් , මෙම ශීත සෘතුවේදී ඉන්ෆ්ලුවෙන්සා සමඟ එකවර නැවතත් වසංගතයක් ඇතිවීමේ අවදානමක් ඇතිවිය හැක .

පසුගිය ශීත සෘතුවේදී ඉන්ෆ්ලුවෙන්සා වසංගතය නොතිබූ හෙයින්, මෙම සීත කාලයේදී අසාදනය ඇතිවී එය එකවර ව්‍යාප්ත වීමේ හැකියාවක් පවතින බැවින් කරුණාකර ඉන්ෆ්ලුවෙන්සා එන්නත ගැන සලකා බැලීම වැදගත් වේ.

තොවිගි නගරය ඔක්තෝබර් 1 දා සිට ඉන්ෆ්ලුවෙන්සා එන්නත වෙනුවෙන් වැයවන මුදල සඳහා අර්ධ වශයෙන් සහනාධාර ලබා දී ඇත.

මාස 6 සිට ප්‍රාථමික විද්‍යාලයේ නොහොත් සොගක්කෝ දෙවන ශ්‍රේණිය දක්වා වන ළමුන් සඳහා ළමා ඉන්ෆ්ලුවෙන්සා එන්නත ලබා දීමේදී එන්නත සඳහා යන මුදලින් අපි යෙන් 2500 ක සහනයක් ලබා දෙන්නෙමු.

ඊට අමතරව, වයස අවුරුදු 65 සහ ඊට වැඩි වැඩිහිටියන් සඳහා ඉන්ෆ්ලුවෙන්සා එන්නත ලබා දීමේදී යන මුදලින් , අපි යෙන් 3,500 ක් ලබා දෙන්නෙමු.

ඔබට එන්නත් කළ හැකි ස්ථානය වන්නේ නගරයේ පිහිටි වෛද්‍ය ආයතනයකි. සහනාධාරයේ ප්‍රමාණය වෛද්‍ය ආයතන කවුළුවෙන් අඩු කිරීමෙන් පසු ඉතිරි මුදල කරුණාකර ගෙවන්න.

එන්නත් කිරීම සඳහා වෙන් කිරීමක් අවශ්‍ය වේ, එබැවින් කරුණාකර ඔබට පළමුව වෙන් කරවා ගැනීමට හැකි දැයි පරීක්ෂා කරන්න.

ඊට අමතරව සහනාධාරය ලැබීමට සුදුසුකම් ඇති අය හැර එන්නත් කිරීමට කැමති අනෙක් අය සඳහා ඔක්තෝබර් 26 දායින් පසු එන්නත ලබා දිය හැකිය.

නව කොරෝනා එන්නතේ දෙවන මාත්‍රාව ලබාගැනීමෙන් සති 2 කට පසු මෙම ඉන්ෆ්ලුවෙන්සා එන්නත ඔබට ලබා ගත හැකිය.

උණ අසාදනය වැළැක්වීම සඳහා, කරුණාකර ශාරීරික පුරස්ථභාවය තහවුරු කර ගැනීම, මුහුණු ආවරණයක් පැළඳීම සහ ඔබේ අත් හොඳින් සේදීම, ආසාදන මර්දනයේ මූලික කරුණු තුන වේ.

**3. ඕනිරා කන්දේ "මොමිජි " (ගස් වල පත්‍ර වල වර්ණ වෙනස් වීම) උත්සවය පැවැත්වීම පිලිබදව**

ඕනිරා කන්දේ මොමිජි උත්සවය" නොවැම්බර් 18 සිට දෙසැම්බර් 5 දක්වා පැවැත්වේ. සරත් සෘතුවේ අග භාගය වන විට, ඕනිරා කන්ද ක්‍රමයෙන් රතු පැහැයට (ගස් වල පත්‍ර වල වර්ණ වෙනස් වේ.)

"මොමිජි " සහ "කළුදේ " යනුවෙන් හැඳින්වෙන ගස් රතු, කහ සහ නැඹිලි වර්ණවලින් යුක්ත වන අතර ජපානයේ "සරත් සෘතුවේ මෙම පත්‍රවල පාට වෙනස් වීම කෝයෝ නමින් හැඳින්වේ.

ඕනිරා කන්දේ, "කෙන්ෂින් දයිවි " නම් කඳු මුදුන අසල සරත් සෘතුවේ කොළ අලංකාරය ලෙස නැරඹිය හැකි ප්‍රසිද්ධ ස්ථානයකි .

එසේම, කෙන්ෂින් දයිවි නම් ස්ථානයේ සිට, ඔබට කන්තෝ නැතිනලාව පුළුල් ලෙස නැරඹිය හැකි අතර, එම දර්ශන ඉතා අපූරු අලංකාරයක්

ගෙනදේ . පැහැදිලි සරත් සෘතුවේ හිරු හොදින් ඇති දිනයක, ඔබට ඇතින් හුණු කන්ද දැකිය හැකිය.

මෙම වසරේ සරත් සෘතුවේ කොළ දැකීමට හොදම කාලය නොවැම්බර් මැද සිට දෙසැම්බර් මුල දක්වා අපේක්ෂා කෙරේ.

සරත් සෘතුවේ ශාක පත්‍ර දෙස බලා සතුවුවන විට, එකිනෙකා අතර පරතරය තබාගෙන , නිහඬව විනෝද වීමට කාරුණිකවන්න.