

# ජපානයේ නවතම මාර්ග නීති

## ජපානයේ පාපැදි පදින විට හිස් ආවරණ පළඳිමු

2023 වසරේ අප්‍රේල් මස සිට

වයස් සීමාවකින් තොරව සියලුම පාපැදි පදිනා අය  
හිස් ආවරණ පළඳ විය යුතු නීතියක් ඇත.

තමන්ගේ වටිනා ජීවිත රැක ගැනීමට, පාපැදි පදින විට  
හිස් ආවරණ පළඳිමු.



### හිස් ආවරණ පළඳින විට ගතයුතු වැදගත් පියවර

නිවැරදි පැත්තට  
හිස් ආවරණය පළඳිමු

නිකට පෙදෙසට  
ඇමිණුම පළඳිමු

නිකට අතර පරතරය  
පහසු ලෙස සකසමු

හිස් වැසුමේ ඉදිරිපස  
ඇතිබැම වැසෙන ලෙස  
පළඳිමු

නිකට පෙදෙස් ඇමිණුම  
ලිහිල්විට, අනතුරකදී හිස්  
වැසුම ගැලවී විසිවීමට  
ඉඩ ඇත

නිකට පෙදෙස් ඇමිණුමේ  
ලිහිල, දඹර ඇඟිල්ලේ  
තරමට සකසමු



හිස් වැසුම පළඳින විට අනුගමනය  
කළයුතු වැදගත් කරුණු

- පාපැදි සඳහා නිමවුණු හිස්වැසුම් පමණක් භාවිතා කිරීම
- තමන්ගේ හිසට ගැලපෙන හිස්වැසුමක් තෝරා ගැනීම
- තදබල පීඩන ලද හිස්වැසුමක් වෙනුවට අලුත් හිස්වැසුමක් තෝරා ගැනීම