

提供医疗保障，守护宝贵生命

长野县新冠肺炎疫情的确诊患者在急速增加，医疗机构正处于难以向新冠及其他疾病患者等提供相应医疗服务的现状，因此已发布“医疗紧急事态宣言”。若不采取任何措施，将可能出现本可救治的患者得不到及时救治的危险。

为了保护您自身和至亲的生命，请务必注意以下几点：

1 基本注意事项

- ✓ 减少与人见面的机会 ✓ 避免 3 密（密闭空间、密集场所、密切接触）
- ✓ 老年人及有基础疾病的人非必要紧急时尽量不要外出
- ✓ 勤洗手勤给手指消毒 ✓ 身体不适时（10 天之内有症状）不要外出

身体出现不适时不要外出，请打电话给社区医生（かかりつけ医）进行咨询。
如没有社区医生（かかりつけ医）或希望用外语咨询的人，请拨打下方电话
TEL 0120-691-792（24 小时服务）

2 特别需要注意的事项

(1) 避免多人及长时间的聚餐

- ✓ 聚餐时，尽量保证人数少·时间短并与他人保持距离
- ✓ 有平常不在一起吃饭的人在场时，应尤其注意

(2) 避免与疫情严重地区的往来

疫情严重地区：已发布紧急事态宣言的都道府县（栃木县、埼玉县、千叶县、东京都、神奈川県、岐阜县、爱知县、京都府、大阪府、兵库县、福冈县），以及首都圈、关西圈等

- ✓ 如确需从疫情严重地区来长野县时，请对所居住地区的有关规定进行确认，避免与老人及病患接触，关注自身健康状况。

(3) 确需来长野县前，请先确认所居住地区的有关外出规定

- ✓ 如确需来长野县时，不仅要确认所居住地区的规定，并需在出发两周前避免多人聚餐等容易被感染的行为，认真观察自身的健康状况。
- ✓ 如在出行前十天之内有身体不适症状，请中止出行
- ✓ 与他人一起用餐时应特别注意，特别是在同一所房子或汽车里

(4) 同居家属中有老人及病患者时，应勤将触摸过的地方消毒，或在家中也戴口罩

(5) 开展旅游或其他活动前要慎重考虑

- ✓ 请勿邀请已发布紧急事态宣言的都道府县的游客来县
- ✓ 举办大规模活动时，需事先与长野县政府商讨防疫对策。必要时需延期或取消。
小规模活动时，需慎重考虑。

(6) 请勿对确诊患者及其家人、医护人员和感染严重地区的人造成人权伤害

任何人都有感染新冠肺炎的可能。请冷静对待。