

# 全県への「医療警報」発出を踏まえてのお願い

現在、長野県では新型コロナウイルスの感染者が急速に増えています。このまま感染する人が増えると、新型コロナウイルス感染症や他の病気等で医療を必要としている方への医療提供が困難になってきています。自分や大切な人の命を守るために、基本的な感染防止策を徹底していただくとともに、次のことをお願いします。

## お願いしたいこと

- 1 高齢者、基礎疾患がある方は、**感染リスクの高い行動を避けて**ください。
- 2 **飲酒を伴う5人以上の会食**は、**感染対策を徹底**していただき、対策ができない場合は実施しないでください。
- 3 **感染拡大地域※への訪問、同地域からの帰省**はできるだけ**控えて**ください。訪問や帰省が必要な場合は、人との接触機会を最大限減らし、滞在時間もできるだけ少なくするなど、最大限の感染防止策を講じてください。  
※ 感染拡大地域は、長野県多文化共生相談センターのウェブサイトでお知らせしています。
- 4 **旅行**はできるだけ**同居のご家族と県内**でお楽しみください。
- 5 **事業者の皆様**は、感染拡大防止ガイドラインを徹底して、**新型コロナ対策推進宣言**をしてください。  
**県民の皆様**は、**新型コロナ対策推進宣言の店**を利用してください。
- 6 **事業者の皆様**は、従業員の皆様の**在宅勤務・テレワーク、時差出勤の拡大**をお願いします。  
また、休憩時間など、いわゆる**居場所の切り替わり**による、**気の緩みへの注意喚起**など、改めて感染防止策の徹底をお願いします。
- 7 医療機関、福祉施設における感染や、園児、児童生徒の感染が確認されています。**施設管理者の皆様**は、改めて**感染防止策の徹底**をお願いします。



## 基本的な感染防止策

- ✓人と会う機会を減らす
- ✓3密（密閉、密集、密接）の環境を避ける
- ✓手洗い・手指消毒をする
- ✓体調が悪いとき（10日以内に悪かったとき）は外出しない

体調が悪い時は、外に出ずかかりつけ医に電話で相談してください。  
かかりつけ医がない人や外国語で相談したい人は

**TEL 0120-974-998** に電話をして相談してください（24時間対応）



# 「医療警報」発出中、特にお願いしたいこと

2021年5月10日

県内でも新型コロナウイルスの変異株※に感染する人が、増加しています。

※変異株は感染しやすく、重症化しやすい可能性が指摘されています。

また、改めて緊急事態宣言が発出されるなど、全国的な感染の拡大は継続しています。

県民の皆様におかれましても、改めて、次の点にご協力をお願いします。

## 1 人との接触機会をできるだけ減らしてください。

**高齢者、基礎疾患がある方は特に慎重な行動をお願いします。**

- ・ 混雑している場所や時間は避けて
- ・ 大人数での会食や会合は控えて
- ・ マスクは正しく着用を（鼻を覆い、できるだけ隙間なく）
- ・ マスクを着けていても人との距離は最低1メートルの確保を
- ・ 密閉、密集、密接を避け、「0（ゼロ）密」で（室内においては換気の徹底を）
- ・ 職場では、在宅勤務・テレワーク、時差出勤、休憩時間の分散化の推進を

## 2 県外への訪問や帰省等の往来については、慎重に検討をお願いします。

**特に感染拡大地域※との不要不急の往来はできるだけ控えてください。**

※ 感染拡大地域は、長野県多文化共生相談センターのウェブサイトでお知らせしています。

- ・ 往来の必要性についてご家族などと相談を
- ・ どうしても往来が必要な場合は、会食などのリスクの高い行動は避けて

## 3 重症化予防と感染拡大防止のため、早期発見、早期対応に努めてください。

- ・ 毎朝の検温などの健康観察を行い、発熱等の風邪症状がある場合は外出せず、速やかにかかりつけ医等に相談を
- ・ 感染拡大地域と往来された方、人混みや密な環境にいた方、普段一緒にいない方と接触した方などは特に丁寧な健康観察を

## 4 飲食店をご利用の際は、「信州版“新たな会食”のすゝめ」を守っていただき、「新型コロナ対策推進宣言」を実施している店舗をご利用ください。

### 基本的な感染防止策

- ✓人と会う機会を減らす
- ✓3密（密閉、密集、密接）の環境を避ける
- ✓手洗い・手指消毒をする
- ✓体調が悪いとき（10日以内に悪かったとき）は外出しない

体調が悪い時は、外に出ずかかりつけ医に電話で相談してください。

かかりつけ医がない人や外国語で相談したい人は

**TEL 0120-974-998** に電話をして相談してください（24時間対応）

