

全圏域に「新型コロナウイルス注意報」を発出します

令和3年3月26日

新型コロナウイルス感染症長野県対策本部

1 趣旨

年度末・年度始めは人の移動や会食の機会が増加し、普段会わない方との接触機会が増える時期であり、感染の拡大が懸念されたことから、県では、3月20日から4月9日までを「感染対策強化期間」と位置付け、感染防止策の徹底を呼びかけてきたところです。

しかしながら、県内における新規陽性者数は増加しており、直近1週間(3月19日～25日)において、新規陽性者数は155人、人口10万人当たりでは7.60人となっているほか、県内10圏域中7圏域で陽性者が確認されています。

私たちは、1月上旬から中旬にかけて、感染の急拡大により、医療提供体制が危機的状況にさらされるという状況を経験しました。県としては、医療機関に対する受入病床拡充の依頼や、新たな宿泊療養施設の開設等により、医療提供体制の拡充に努めてきましたが、再び同様の事態を招かぬよう、今ここで、これ以上の感染の拡大を抑え込む必要があります。

このため、全圏域の感染警戒レベルを2に引き上げ(既にレベル2以上である上田圏域、長野圏域及び北信圏域を除く)、「新型コロナウイルス注意報」を発出します。

2 県民及び事業者・施設管理者の皆様へのお願い

県民及び事業者・施設管理者の皆様は、別紙「年度末・年度始め(3/20～4/9)を迎えるに当たっての知事メッセージ」に沿った対応を取るとともに、特に次の点について改めて徹底してください。

① 感染拡大地域等への訪問・旅行はできるだけ控えてください

全国的にも新規陽性者数が増加傾向にあることから、感染拡大地域[※](宮城県、山形県、東京都、沖縄県)及び自治体から外出自粛が呼びかけられている地域(埼玉県、千葉県、神奈川県)への訪問・旅行はできるだけ控えてください。また、感染対策強化期間中は、これらの地域からの帰省はできるだけ控えてください。〈該当地域はR3.3.26現在〉

※ 直近1週間の人口10万人当たりの新規陽性者数が15.0人を上回っている都道府県

② 会食における基本的な感染防止策の徹底をお願いします

会食を実施する場合は、「信州版“新たな会食”のすゝめ」を遵守し、それが困難な場合は会食を控えてください。特に、密な室内での大人数(概ね1メートルの距離が取れない程度の人数)・長時間(概ね2時間超)の会食とならないように注意してください。

③ 職場における感染防止策の徹底をお願いします

職場において休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化によりマスクを外して会話するなど、感染リスクが高まるおそれがあるとされています。お客様への対策についてはご配慮いただいていると思いますが、従業員用の食堂、休憩室、喫煙所、更衣室等においても感染防止に努めてください。

④ 医療機関及び高齢者施設等における施設内感染防止対策の徹底をお願いします

高齢者や基礎疾患のある方等は重症化リスクが高いほか、医療機関や高齢者施設等で集団的な感染が発生した場合、コロナ患者用の受入病床の急速なひっ迫を招くおそれがあります。このため、医療機関及び高齢者施設等においては、改めて、特に次の点の徹底をお願いします。

- ア 医療、施設従事者等が感染源とならないよう、「三つの密」が生じる場を徹底して避けること
- イ 手洗い・手指消毒の徹底
- ウ パソコンやエレベーターのボタン等複数の従事者が共有するものの定期的な消毒
- エ 食堂や詰め所でマスクを外して飲食をする場合、他の従事者と一定の距離を確保
- オ 日々の体調把握と少しでも調子が悪い時の自宅待機

高齢者や基礎疾患のある方等

65歳以上の高齢者、慢性呼吸器疾患・慢性腎臓病・糖尿病・高血圧・心血管疾患をお持ちの方、肥満（BMI30以上）の方

感染警戒レベル2は、感染防止策を講じつつ、社会経済活動との両立を図っていく段階です。このため、県民の皆様におかれては過度に活動自粛を行うことなく、基本的な感染防止策を徹底していただくようお願いします。

新型コロナウイルス感染症をきっかけとして差別や誹謗中傷が生まれ、苦しんでいる人がいます。また、誹謗中傷をおそれるあまりに受診をためらうことは、重症化のリスクを高めるほか、さらなる感染の拡大を招きかねません。

県民お一人おひとりが「思いやり」の心を持ち「支えあい」の輪を広げ、みんなで乗り越えていきましょう。

年度末・年度始め（3/20～4/9）を迎えるに 当たっての知事メッセージ（3月15日時点）

別紙

下線部は追加及び修正

年度末・年度始め（3/20～4/9）は日頃会わない方との接触機会が増える時期であり、感染拡大を抑制するため、この期間を「**感染対策強化期間**」とします。県民及び事業者等の皆様は、以下の点について遵守していただくとともに帰省・旅行、会食・会合、会議・休暇などの「**分散化**」・「**小規模化**」・「**遠隔（リモート）化**」にご協力をお願いします。

1 地域間の往来（出張、旅行、帰省など）についてのお願い

- 県外への訪問に当たっては、感染・伝播性の高い変異株が国内でも確認されていることから、**基本的な感染防止策の徹底**や**大人数での会食等リスクが高い行動を控える**などの慎重な行動をお願いします。こうした対応が難しい場合は、訪問の中止・延期を含めて慎重な判断をお願いします。
なお、期間中に顕著に感染拡大が生じた地域については、県からお知らせいたしますので、**その場合はできるだけ訪問を控えてください。**
- 進学・就職・帰省等により本県に来訪される方は、人の流れを分散するため、**感染対策強化期間**をなるべく避けるように検討してください。
来訪される場合、**来訪前2週間**は、**健康観察**を行い、**大人数での会食等リスクが高い行動を控えてください。**

2 日常生活でのお願い

- **人と接する際のマスクの着用、風邪症状等がある場合は外出しない、体調がよくなって2日以内は外出を控える**などの対策を改めて徹底してください。
- 会食を実施する場合は、信州版「“新たな会食”のすゝめ」を遵守し、**それが困難な場合は会食を控えてください。**特に密な室内での**大人数**（概ね1メートルの距離が取れない程度の人数）・**長時間**（概ね2時間超）とならないように留意してください。
- 会食を行う機会が増える時期ですが、**屋内外を問わず、これまで一緒に生活・勤務していなかった人との会食はできるだけ控えてください。**

3 事業者・大学など高等教育機関の皆様へのお願い

- **入社式・入学式**を行う場合は、感染リスクを低下させるための対策について十分ご検討ください。
また、可能な場合は、転勤・引っ越しの時期についても**感染対策強化期間**を避け、できるだけ分散化させるよう検討してください。
- 転勤・入学などにより感染拡大地域から転入される方に対しては、**転入前2週間**は、**健康観察**を行い、**大人数での会食等リスクが高い行動を控えていただく**よう呼びかけてください。

差別や誹謗中傷は行わず、県民お一人おひとりが
「思いやり」の心を持ち「**支え合い**」の輪を広げましょう

令和3年3月15日
長野県知事 阿部 守一

信州版 “新たな会食” のすゝめ

地域のお店での会食は、①職場の同僚や仲間とのコミュニケーションの場 ②家族のお祝いや思い出の場 ③地域コミュニティの絆を深める場 ④美味しい料理と心温まるサービスに癒されたり、ストレス発散できる場など、私たちの社会生活や日常生活に潤いをもたらす不可欠なものです。

長野県では、すべての人に安心して飲食を楽しんでいただくため、会食の際に気をつけていただきたいことを「新たな会食」のすゝめにまとめました。お一人で利用される場合も、実践してみてください。

「新しい日常」にマッチした会食スタイルをすすめ、地域でがんばるお店を応援しましょう！

感染防止の3つの基本

① 人と人との距離の確保

- 人と人との間は1m以上空けるなど、相互に飛沫を避けよう
- おしゃべりするときは飛沫防止パネル越しか、できるだけ真正面は避けよう



② マスクの着用

- 会食前後のマスクの着用と咳エチケットを徹底しよう
- 会食中も状況に応じて適時マスクを活用しよう



③ こまめな手洗い・手指消毒

- 食事の前後は、手洗い・手指消毒を徹底しよう
- 手指の消毒には消毒用アルコールがオススメ



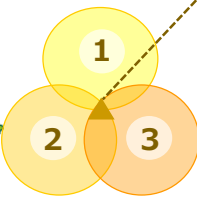
三密の回避

外出時は「密」を避けよう

- ① 換気の悪い **密**閉空間
- ② みんなが集まる **密**集場所
- ③ 近くで話す **密**接場面



三密は集団感染のリスクが高くなります



- お役立ちサイト -



県 新型コロナウイルス感染症対策 総合サイト



「新型コロナウイルス対策推進宣言」サイト



「信州のがんばるお店応援プロジェクト」サイト

食マエ ～ 準備は入念に！～

- 開催時期や参加人数は適切か考えよう！
- 「新型コロナ対策推進宣言」など対策を取っている店を選ぶ！
- メンバーの体調や行動履歴(県外出張や感染者との接触など)を確認しよう！不安な場合は参加しない、させない
- 長時間の利用とならないよう、あらかじめ利用時間やメニューを、メンバーと決めておこう！
- 地域の感染状況や対策の内容を確認しておこう！

食ナカ ～ 感染予防をして楽しもう！～

- 入店時にメンバーの体調を改めて確認しよう！
- お店の安全対策や従業員の指示に従おう！
- 基本的な感染防止対策を守ろう！(手洗い、消毒など)
- 出来るだけ個室を選んだり、他のグループとの間隔を空けよう！
- 大声での会話や長時間の利用は控えよう！他のグループとの交流はやめよう！
- お酌や回し飲み、皿や箸などの使いまわしはやめよう！

食アト ～ フォローまでしっかりと～

- 帰宅後、手洗い、うがい、入浴、着替えをしよう！
- 1週間程度は、メンバー間で健康チェックをしよう！

以下のWebサイトを参考に、地域でがんばるお店を応援しましょう。



コロナは思いやりと
支えあい乗り越える **あかりともそう**
キャンペーン

**信州のがんばるお店
応援プロジェクト**

県内のお店を利用してSNS   で発信しよう