

## 上田圏域の感染警戒レベルを2から1へ引き下げます

上田圏域について、感染状況に応じた感染警戒レベルに引き下げます。

### 1 感染の状況等

上田圏域はレベル2として、レベルに応じた感染防止対策を講じてきたところですが、直近1週間の人口10万人当たり新規陽性者数を踏まえ、次のとおり感染状況に応じたレベルに引き下げます。

| 圏域 | 新規陽性者数※<br>(人) | レベル | アラート | 状態        |
|----|----------------|-----|------|-----------|
| 上田 | 1.03           | 1   | —    | 落ち着いている状態 |

※ 直近1週間(10月12日~10月18日)の人口10万人当たり新規陽性者数

### 2 県民・事業者の皆様等へのお願い

全国の新規陽性者数は減少が継続しておりますが、冬場に向け、更なる波の到来も懸念されます。このため、県民及び事業者の皆様、出張等での来訪者の皆様等は、別紙「新型コロナウイルス感染拡大防止のお願い」に沿った対応をお願いします。

特に、レベル2以上の圏域については、未だ感染リスクがあることを認識いただき、より慎重な行動をお願いします。

信州版「新たな日常のすゝめ」



新型コロナウイルスの感染を防止するための行動を自ら考え実践しましょう

長野県 危機管理部  
消防課 新型コロナウイルス感染症対策室  
(室長) 湯沢 秀保 (担当) 南沢 潤  
電話 026-232-0111 (内線 4705)  
FAX 026-233-4332

## 新型コロナウイルス感染拡大防止のお願い（全県共通）

R3.10.18 時点

## 1 県民、来訪者の皆様等への協力依頼

「飛沫感染」、「エアロゾル感染」、「接触感染」を意識し、基本的な感染防止対策をより厳格に行ってください

- ・ 屋内及び人との会話時は、マスクを正しく着用（不織布マスクを推奨）
- ・ マスクをしていても人との距離は最低1メートルを確保
- ・ 屋内や車内は十分に換気（屋内では30分に一回以上、数分間程度窓を全開）
- ・ 人と同じものを触ることを避け、適切なタイミングで正しく手洗い・手指消毒

## (1) 基本的な感染防止対策を講じて会食を楽しみましょう

- ・ 会食の際は、「信州版“新たな会食”のすゝめ」を遵守してください。
- ・ 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。
- ・ 「信州の安心なお店」認証店の利用を推奨します。

## (2) 県外への訪問に当たっては、基本的な感染防止対策を徹底するとともに、大人数での会食等感染リスクの高い行動を控えるようお願いします。

## (3) 早めの受診をお願いします

体調に異変を感じた場合（発熱やせき、のどの違和感や鼻水、だるさ、味覚・嗅覚の異常など）は、外出せず、速やかに医療機関に相談してください。

## (4) ワクチンの効果と副反応を知った上で、ワクチン接種をご検討ください。また、接種がお済みの方も感染対策の徹底をお願いします

## (5) 出張等での来訪者、旅行者の方、二地域居住者の方も、上記（(2)を除く。）及び「信州版 新たな旅のすゝめ」を守るようお願いします

## 2 事業者の皆様等への協力依頼

## (1) ガイドラインの遵守をお願いします

店舗や施設の管理者におかれては、業種別に定められている感染拡大予防ガイドラインを遵守してください。

## (2) 気の緩みやすい場面における感染防止策の徹底をお願いします

職場や学校での昼食時やスポーツ後の休憩時など、気の緩みがちな場面ではマスクを外しての会話などで感染リスクが高まるおそれがあります。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。

# 新型コロナウイルス感染拡大防止のお願い

「飛沫感染」、「エアロゾル感染」、「接触感染」を意識し、基本的な感染防止対策をより厳格に行ってください。

- 屋内及び人との会話時は、マスクを正しく着用（不織布マスクを推奨）
- マスクをしていても人との距離は最低1メートルを確保
- 屋内や車内は十分に換気（屋内では30分に一回以上、数分間程度窓を全開）
- 人と同じものを触ることを避け、適切なタイミングで正しく手洗い・手指消毒

- 1 人との距離を確保するなど、感染防止対策を徹底した上で会食を楽しんでください。「信州の安心なお店」の利用を推奨します
- 2 県外への訪問に当たっては、基本的な感染防止対策を徹底するとともに、感染リスクの高い行動を控えてください。
- 3 体調に異変を感じた場合（発熱やせき、のどの違和感や鼻水、だるさ、味覚・嗅覚の異常など）は、外出せず、速やかに医療機関に相談してください
- 4 ワクチンの効果と副反応を知った上で、ワクチン接種をご検討ください。接種がお済みの方も感染対策を徹底してください

県外への訪問が必要な方や、様々な理由によりワクチン接種を受けることができない方もいます。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。

### 県内の感染警戒レベル (R3. 10. 19 現在)

**感染警戒レベル2の圏域**

1 圏域

長野圏域

**感染警戒レベル1の圏域**

9 圏域

佐久圏域、上田圏域、諏訪圏域、  
上伊那圏域、南信州圏域、木曾圏域、  
松本圏域、北アルプス圏域、北信圏域

