

諏訪圏域及び北信圏域の感染警戒レベルを4に引き下げます

諏訪圏域及び北信圏域について、感染警戒レベルを5から4に引き下げ、特別警報Ⅱから特別警報Ⅰに切り替えます。

1 感染の状況等

諏訪圏域及び北信圏域については、感染警戒レベル5への引上げから10日間以上経過し、直近1週間(4月27日～5月3日)の新規陽性者数は、諏訪圏域においては162人(人口10万人当たり83.57人)、北信圏域においては122人(人口10万人当たり147.80人)とレベル5の基準を下回っており、感染拡大のリスクが低下したと認められます。

このため、諏訪圏域及び北信圏域のレベルを5から4に引き下げ、「新型コロナウイルス特別警報Ⅱ」から「新型コロナウイルス特別警報Ⅰ」に切り替えます。

【県内の感染警戒レベル等の状況】

レベル	アラート	圏域【直近1週間の新規陽性者数(人口10万人当たり)】
5	特別警報Ⅱ	上田【211人(108.82人)】、南信州【175人(112.65人)】、松本【534人(126.04人)】、長野【824人(154.68人)】
4	特別警報Ⅰ	佐久【178人(87.07人)】、 <u>諏訪【162人(83.57人)】</u> 、上伊那【134人(74.48人)】、 <u>北信【122人(147.80人)】</u>
3	警報	北アルプス【48人(85.36人)】
1	—	木曾【7人(27.47人)】

2 県民・事業者の皆様等へのお願い

県民及び事業者の皆様、訪問される皆様は、全県に「医療警報」発出中であることを十分ご理解いただき、別添「新型コロナウイルス感染防止についてのごお願い」等に掲げる対策にご協力をお願いします。

また、諏訪圏域及び北信圏域の皆様は、レベル4に応じた対策にご協力ください。

信州版「新たな日常のすゝめ」

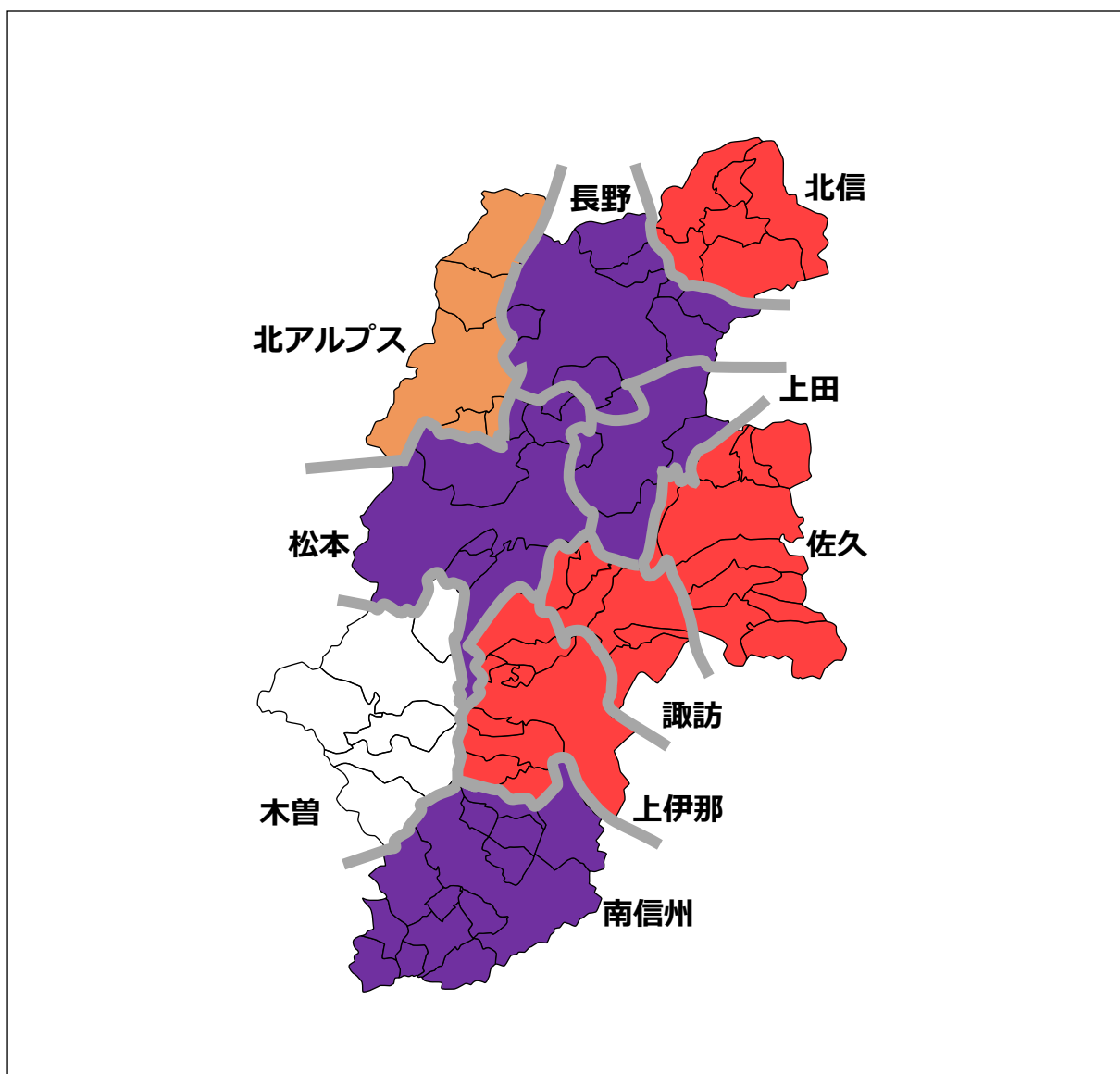


新型コロナウイルスの感染を防止するための行動を自ら考え実践しましょう

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) 高野 雅彦 (担当) 北澤 浩
 電話 026-232-0111 (内線 4705)
 FAX 026-233-4332

県内の感染警戒レベル (R4. 5. 4 現在)

感染警戒レベル5の地域	4 圏域	上田圏域、南信州圏域、 松本圏域、長野圏域
感染警戒レベル4の圏域	4 圏域	佐久圏域、諏訪圏域、上伊那圏域、 北信圏域
感染警戒レベル3の圏域	1 圏域	北アルプス圏域
感染警戒レベル1の圏域	1 圏域	木曽圏域



新型コロナウイルス感染防止についてのお願い

令和4年4月20日

県民の皆様、訪問される皆様、事業者の皆様は、次に掲げる県の対策にご協力いただくようお願いいたします。

- ・(★)を付した項目はレベル5、(◇)を付した項目はレベル4及び5の圏域に限定した対策です。
- ・新型インフルエンザ等対策特別措置法(平成24年法律第31号。以下「特措法」という。)の根拠規定を記載した取組以外は、長野県新型コロナウイルス感染症等対策条例(令和2年長野県条例第25号)に基づき実施するものです。

(1) 県民の皆様や旅行者の皆様への協力依頼

- ① 不織布マスクの確実な着用など改めて基本的な感染防止対策を徹底してください
- ② ワクチン接種をご検討ください
- ③ 高齢者や基礎疾患がある方の感染防止にご協力ください
- ④ 子どもや保護者の皆様は感染防止対策へ協力してください
- ⑤ 混雑した場所や感染リスクが高い場面・場所へ外出・移動する際は十分注意してください(◇)
- ⑥ 県外を訪問するときは、感染リスクが高い場面を避け、慎重に行動してください
- ⑦ 会食の際は感染防止対策を徹底してください
- ⑧ 飲食店等での会食は、同一テーブル4人以内、2時間以内としてください。(★)
- ⑨ 体調がすぐれないときは、外出を控え、速やかに医療機関を受診してください

(2) 事業者の皆様への協力依頼

【利用者、お客様に対する感染防止策】

- ① 業種別の感染拡大予防ガイドラインの遵守を徹底してください
- ② 商業施設・観光施設など、不特定多数の方を受け入れる施設の管理者の皆様は、状況に応じ入場制限等を実施してください(◇)
- ③ イベントの開催に当たっては、感染防止対策を厳格に講じてください
- ④ 観光関係者の皆様は地域で連携して感染防止対策を徹底するようお願いいたします
- ⑤ 飲食店等において会食を行う場合は、同一テーブル4人以内としてください。(★)

【従業員に対する感染防止対策】

- ① 在宅勤務・テレワークの推進をお願いします
- ② 職場の感染対策を改めて点検・徹底するようお願いいたします
- ③ 感染リスクが高い場所(食堂、寮など)での行動等について、従業員への注意喚起をお願いします

【社会機能を維持するための対応】

- ① 生活・経済の安定確保に不可欠な事業者等の皆様は、陽性者が発生した場合でも必要な業務を継続してください
- ② 保育所や放課後児童クラブ等は、感染防止策の徹底や簡易検査キット等の活用を図りつつ、原則開所するようお願いいたします

(3) 県が実施する対策

- ① 高齢者施設等における感染防止対策の支援
- ② 学校における感染防止対策の徹底
- ③ 保育所等における感染防止対策の徹底
- ④ 公共施設における感染防止対策の徹底 (★)

(1) 県民の皆様や旅行者の皆様への協力依頼

- ① 不織布マスクの確実な着用など改めて基本的な感染防止対策を徹底してください
 - 不織布マスクの確実な着用 ○ 屋内や車内の十分な換気
 - 人との距離の確保 ○ 手洗い・手指消毒 ○ ゼロ密を意識
- ② ワクチン接種をご検討ください
 - 接種券が届いたら、速やかにワクチンの追加接種についてご検討ください。
 - 特に高齢者や基礎疾患（呼吸器疾患や心血管疾患、糖尿病、肥満（BMI：30以上）、高血圧、喫煙など）がある方、これらの方とご家庭や職場等で身近に接する方（以下、重症化リスクの高い方及び身近な方、という。）、子どもと同居されている方は、1・2回目接種も含めて積極的にご検討ください。
 - ワクチン接種者においては症状が持続する可能性が低いとの報告もあることを踏まえ、ワクチン接種をご検討ください。
- ③ 高齢者や基礎疾患がある方の感染防止にご協力ください
 - 家庭内でも日頃からこまめな換気・手洗いを行うとともに、同居の方に体調不良の方、濃厚接触者等がいる場合には、お互いにマスクを着用するなど十分注意してください。
 - 特に、ご家庭や職場等で重症化リスクの高い方に身近で接する方は、リスクの高い行動をとった場合は、これらの方との接触を控え、検査を受けることを推奨します。
- ④ 子どもや保護者の皆様は感染防止対策へ協力してください
 - 感染速度が速く、二次感染リスクが高いオミクロン株から子どもたちを守ることはもちろん、社会機能維持の観点や重症化リスクの高い方及び身近な方を守る観点からご家族等への感染を防ぐため、子どもや保護者の皆様は、学校や保育所等が取り組む感染防止対策へ協力してください。
 - なお、対策の長期化に伴い、生活や学習などで困りごとを抱えた子どもや保護者が、気軽に悩みを相談できる窓口を周知します。
- ⑤ 混雑した場所や感染リスクが高い場面・場所へ外出・移動する際は十分注意してください（特措法第24条第9項）（◇）
 - 人との距離（マスク有でも最低1m）が確保できない場所や換気が不十分な施設などは避けてください。
 - 重症化リスクの高い方及び身近な方、ワクチン未接種の方は特に注意してください。
 - 「信州の安心なお店」認証店など対策の取れている店舗の利用を推奨します。
 - 感染拡大予防ガイドラインを遵守していない等、感染防止対策が不十分な店舗や施設の利用は控えてください。

- ⑥ 県外を訪問するときは、感染リスクが高い場面を避け、慎重に行動してください
 - 重症化リスクの高い方及び身近な方に限らず、十分気をつけてお出かけください。
- ⑦ 会食の際は感染防止対策を徹底してください
 - 会食の際はできるだけ少人数とし、会話の際はマスク着用してください。マスクを着用して会話する際も大声は控えてください。
 - より安心な会食を行っていただくため、ワクチン3回接種または事前の検査を推奨します。
 - 重症化リスクの高い方及び同居のご家族は、普段会わない方との会食はできるだけ控えてください。
- ⑧ 飲食店等での会食は、同一テーブル4人以内、2時間以内としてください。(★)
 - 5人以上のグループは、1テーブル4人以内となるよう、テーブルを分けて着席してください。また、大声での会話は控えるなど、感染防止にご配慮ください。
- ⑨ 体調がすぐれないときは、外出を控え、速やかに医療機関を受診してください

(2) 事業者の皆様への協力依頼

【利用者、お客様に対する感染防止策】

- ① 業種別の感染拡大予防ガイドラインの遵守を徹底してください

(特措法第24条第9項)
- ② 商業施設・観光施設など、不特定多数の方を受け入れる施設の管理者の皆様は、状況に応じ入場制限等を実施してください(特措法第24条第9項)(◇)
 - 入場者数の制限(人と人との距離を概ね2メートル程度確保)
 - 施設内での物理的距離の確保
 - 十分な換気
 - 客が手を触れられる箇所の定期的な消毒
 - 客の健康状態の聞き取り、入口での検温
- ③ イベントの開催に当たっては、感染防止対策を厳格に講じてください
 - イベント主催者の皆様は次の対応を徹底し、必要な感染防止対策を厳格に講じてください。(特措法第24条第9項)(★)
 - ア 参加人数が5,000人超かつ収容率50%超のイベントは、「感染防止安全計画」※を策定し、事前に県に提出
 - イ ア以外のイベントについては、「チェックリスト」※を作成の上、HP等で公表
 - ※ 「感染防止安全計画」の策定・県への提出、または「チェックリスト」の作成・公表は、レベル5地域に限らず、全てのイベントにおいて必要です。様式は県ホームページでご確認ください。
 - (対策例)・誘導員の配置等による来場者間の密集回避
 - ・ 検査の実施等出演者やスタッフの健康管理の徹底
 - ・ 入場時の検温等による有症状者の参加防止
 - イベント主催者の皆様は、出演者やスタッフ等に加え、観客へのワクチンの3回接種または事前の検査の推奨について検討をお願いします。
- ④ 観光関係者の皆様は地域で連携して感染防止対策を徹底するようお願いいたします
- ⑤ 飲食店等において会食を行う場合は、同一テーブル4人以内としてください。(★)
 - 5人以上のグループは、1テーブル4人以内となるよう、テーブルを分けた着席を促してください。また、利用客へ基本的な感染防止対策とマスク会食を呼びかけ

てください。

※ 「信州の安心なお店」認証店のうち、ワクチン・検査パッケージ登録店における人数制限緩和（同一テーブル5人以上の利用）は1月23日から停止しています。

【従業員に対する感染防止対策】

- ① 職場や学校では、休みやすい環境づくりにご協力ください。
 - 従業員やそのご家族に体調がすぐれない方がいる場合、ワクチン接種時やその後の副反応が見られた場合の休暇制度と休暇を取得しやすい環境の整備をお願いします。
- ② 従業員の皆様へワクチン接種の検討について呼びかけていただくとともに、県設置接種会場における団体接種の積極的な利用について検討してください。
- ③ 在宅勤務・テレワークの推進をお願いします
- ④ 職場の感染対策を改めて点検・徹底するようお願いします
 - 労働局が作成した「職場における新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するためのチェックリスト」で点検してください。
- ⑤ 感染リスクが高い場所（食堂、寮など）での行動等について、従業員への注意喚起をお願いします

【社会機能を維持するための対応】

- ① 生活・経済の安定確保に不可欠な事業者等の皆様は、陽性者が発生した場合でも必要な業務を継続してください
 - 事業活動を継続するために事業継続計画（BCP）を点検又は策定し、実行できる体制を整備してください。
- ② 保育所や放課後児童クラブ等は、感染防止策の徹底や簡易検査キット等の活用を図りつつ、原則開所するようお願いします

(3) 県が実施する対策

- ① 高齢者施設等における感染防止対策の支援
 - 重症化リスクの高い方を守るために、高齢者施設等での自主検査実施を奨励し、係る経費を補助します。(◇)
 - 感染拡大時には、当該施設の従業者等を対象に、必要に応じて集中的な検査を実施します。(★)

② 学校における感染防止対策の徹底

県立学校においては、基本的な感染防止対策を徹底した上で通常登校とすることを基本とし、これまでの「予防的対策の徹底」と「陽性者発生時の対応」は原則継続します。

なお、特別支援学校についても、同様の対応を基本としますが、児童生徒一人ひとりの状況に配慮し慎重に対応します。

また、市町村立学校及び私立学校に対し、圏域や校内の感染状況、児童生徒の年齢、施設の状況等に応じた適切な対応を依頼します。

<予防的対策の徹底>

- 児童生徒や家族に一人でも症状がある場合には登校しない、させないことを徹底
- 各教科等の指導において、グループワークや合唱など感染リスクの高い学習活動は実施しない（★）
- 学校行事等については、感染拡大防止のための措置を講じても、安全な実施が困難であると考えられる場合は、中止又は延期
- 部活動の実施にあたっては、1日の活動時間を2時間程度に短縮し、近距離で組み合ったり接触したりする感染リスクの高い活動、練習試合、合宿等は原則実施しない（★）
なお、公式大会出場予定者等は、傷害・事故防止の観点から必要な練習（合宿は除く）は認める。

<オミクロン株の特性を踏まえた陽性者発生時の対応>

- 陽性者が発生した場合には、学校は速やかに行動歴の調査を行い、陽性者が発生した学級の児童生徒を、①登校している場合には帰宅させ、陽性者の最終登校日から5日を経過するまで学級閉鎖、②休日、夜間等に陽性者が判明した場合には、登校させないことを徹底するとともに、感染拡大の状況に応じて、学年、学校全体を閉鎖
- 閉鎖する学級以外の児童生徒も含め、陽性者との接触があった者のうち、会話の際にマスクを着用していないなど感染対策を行わず飲食を共にした場合またはそれと同等程度に感染可能性が高いと見込まれる場合は、出席停止
- 陽性者が発生していない学級においても20%程度の出席停止者がいる場合には、陽性者の最終登校日から5日を経過するまで、学級閉鎖

※特別支援学校においては、保健所による濃厚接触者の特定が従来どおり行われることから、これまでの対応を継続（小学校については、この取扱いを参考とすることを依頼）

- 陽性者が発生した場合には、学校は速やかに行動歴の調査を行い、陽性者と接触した可能性のある児童生徒を、①登校している場合には帰宅させ、濃厚接触者特定まで登校させない、②休日、夜間等に陽性者が判明した場合には、登校させないことを徹底
- 陽性者が発生した学級は、陽性者の最終登校日から5日を経過するまで、学級閉鎖し、感染拡大の状況に応じて、学年、学校全体を閉鎖
- 陽性者が発生していない学級においても20%程度の濃厚接触者がいる場合には、陽性者の最終登校日から5日を経過するまで、学級閉鎖

<学びの保障と居場所の確保>

- 登校に不安のある児童生徒を欠席扱いしないことを徹底。その場合、自宅学習、オンライン学習等による丁寧なサポートを実施
- 臨時休業時においては、児童生徒の状況に応じて、オンライン授業等により学びを保障するとともに、小学校低学年の児童などを考慮し、居場所の確保を検討

③ 保育所等における感染防止対策の徹底

- 保育所等については、オミクロン株の特性を踏まえ、引き続き基本的な感染対策を徹底しながら原則開所することに加え、以下について市町村等に依頼します。
 - ア 感染リスクが高い活動を避け、感染を広げない形で保育を行うこと
 - イ 不要不急の行事は自粛し、開催が必要な行事は感染対策を徹底した上で、実施すること（◇）
 - ・入園式等の行事は、ゼロ密（分散開催、入替制による参加人数の制限等）、十分な換気、手指消毒、大人の正しいマスクの着用等、感染対策を徹底して行うこと
 - ・大人数での会食を伴う行事は中止・延期を検討すること
 - ウ 無理なくマスクの着用が可能な児童に対し、可能な範囲でのマスク着用を奨めること。ただし、2歳未満児のマスク着用は奨めないこと
 - エ 市町村の感染状況に応じ、家庭で保育ができる保護者に対して可能な範囲で登園を控えていただくよう呼びかけることを検討すること（◇）
 - オ 市町村の感染状況に応じ、感染に不安がある保護者に対して登園自粛を呼びかけることを検討すること（◇）
 - カ 登園自粛、クラス閉鎖等の範囲等については、感染拡大を防ぐ観点から、「保育所等における濃厚接触者の範囲の考え方の目安」や保護者の状況、市町村の感染状況等を踏まえて安全面を重視して判断すること
 - キ 保育士等に対する検査キットを活用した検査を推奨すること（★）
- 放課後児童クラブについては、保育所等に準じた対応をするよう市町村に依頼します。

④ 公共施設における感染防止対策の徹底（★）

- 県の公共施設について感染対策を徹底することとし、対策の徹底が困難な場合には休止等の措置を検討します。また、市町村に対しても同様の対応を行うよう協力を要請します。

大型連休を迎えるにあたって

これから大型連休を迎えます。過去には、大型連休を挟んで陽性者数が増加傾向となっていることから、次の内容を踏まえ、「メリハリのある行動」を心がけていただきながら、連休を楽しんでいただくようお願いいたします。

令和4年4月28日 長野県知事 阿部 守一

行動に関するお願い

👉 買い物や通院など

- 日常生活に必要な活動は行っていただいてもかまいません。
- なお、混雑した場所など三密環境を避け、不織布マスクを着用する等しっかりとした感染対策を心がけてください。

👉 会食

- 「新たな会食のすゝめ」にしたがってお楽しみください。
- グループ全体の人数制限は必要ありません。
(感染警戒レベル5の圏域については、1テーブルは4人以内で)。
- なお、ハイリスク者(高齢者、基礎疾患がある方)は、普段会わない方との会食はできるだけ控えていただきますようお願いいたします。

👉 旅行

- 「新たな旅のすゝめ」にしたがってお楽しみください。
- なお、ワクチン3回接種又はお出かけ前の検査を推奨します。

👉 イベント

- 主催者の呼びかける感染防止対策にご協力いただくとともに、人混みなどの三密を避けてお楽しみください。
- なお、イベント前後の感染防止対策もお忘れなくお願いします。

マスクの着用について

- これからの季節は熱中症の危険もあるため、屋外で人との距離が2メートル以上ある場合(散歩や農作業など)には、マスクの着用は必ずしも必要ありませんが、屋内はもとより、屋外であっても2メートル以内で人と会話する際は、必ず不織布マスクの着用をお願いします。

ワクチン接種について

- 県接種会場では、大型連休中も、新型コロナワクチンの追加接種(3回目接種)を実施しています。仕事や学校が長期に休みとなるこの機会に、ワクチン接種をぜひご検討ください。
- ハイリスク者及び子どもやハイリスク者の同居者は、特に積極的に接種を検討いただくようお願いいたします。



大型連休中の
ワクチン接種日程

検査の活用について

- マスクを外して長時間会話をするなどリスクが高い行動を取り感染に不安がある方や、帰省等で高齢者など普段会わない方と生活をともにする方などには、薬局等で行っている無料検査でのチェックをお勧めします。
- 医療機関に行くほどではないが体調が思わしくない場合等には、ご家庭や事業所でも抗原定性検査キットをご活用ください。

※ 上記いずれの場合にあっても、「陰性」=「感染していないこと」ではないことに注意いただくとともに、マスク着用や人との距離の確保等、感染対策は引き続き徹底してください。

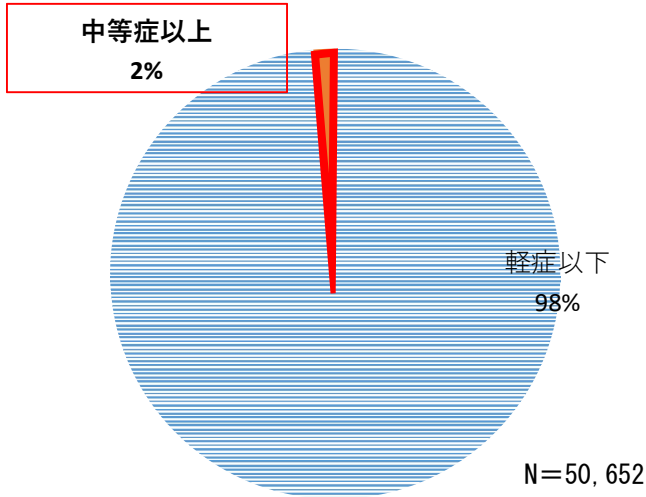
体調がすぐれない場合には、外出を控え、症状が続く場合はかかりつけ医等
身近な医療機関や受診・相談センターへ相談の上、受診するようお願いいたします。



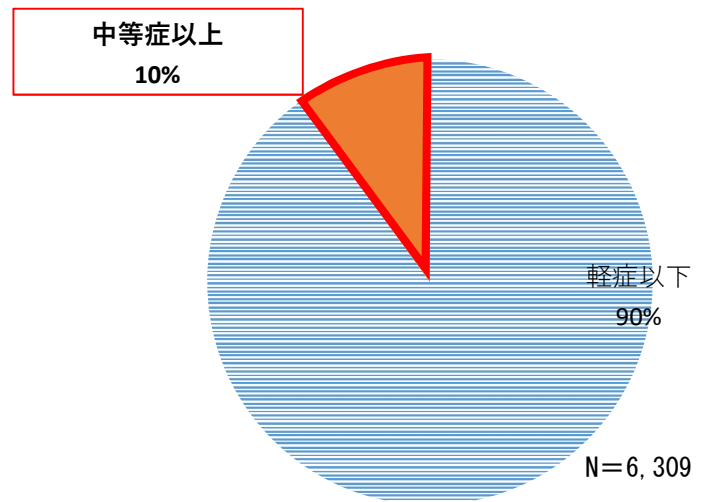
受診・相談
センター等

● 高齢者は重症化リスクが高い

陽性者全体の重症度 (R4.1.1~4.23)

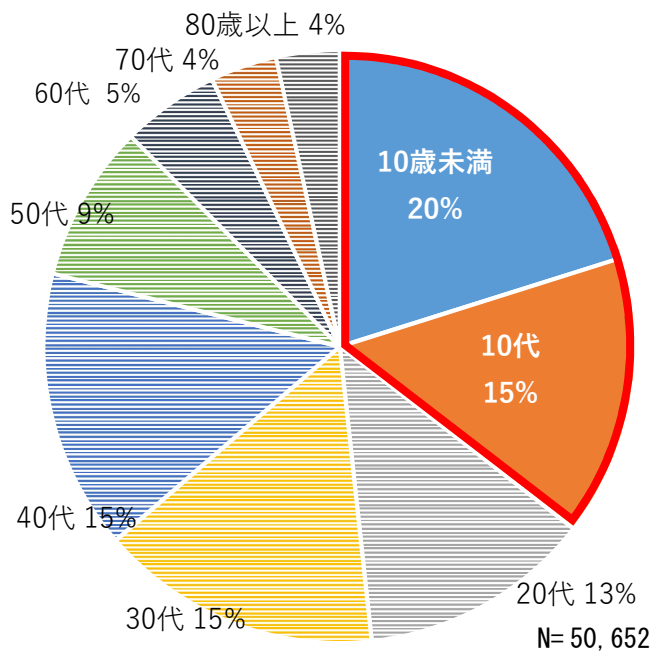


60代以上の陽性者の重症度 (R4.1.1~4.23)



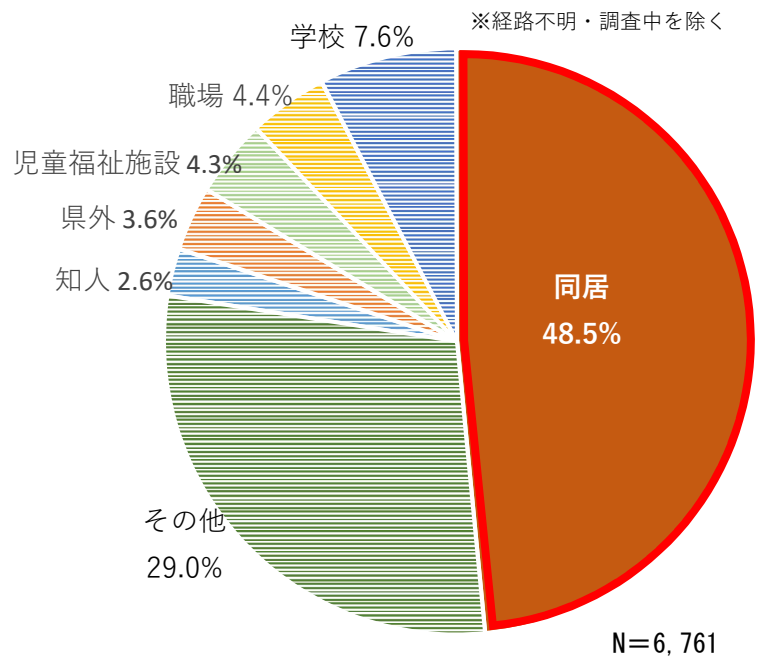
● 第6波の陽性者の多くが10代以下

陽性者の年代 (R4.1.1~4.23)



● 同居間での感染事例が多い

陽性者の感染経路 (R4.4.1~23)



● ワクチン接種済みの者の方が新規陽性者数は少ない

全国の10万人あたり新規陽性者数 (3/28~4/3)

(単位:人)

	未接種	2回目接種済み (3回目接種済みを除く)	3回目接種済み
12~19歳	692	257	104
20~49歳	541	232	120
50~64歳	392	119	45
65歳以上	204	72	21

注: 12~19歳: 未接種の約1/7, 2回目接種済みの約1/2
 20~49歳: 未接種の約1/5, 2回目接種済みの約1/2
 50~64歳: 未接種の約1/9, 2回目接種済みの約1/3
 65歳以上: 未接種の約1/10, 2回目接種済みの約1/3