

# 県民及び滞在者の皆様へのお願い

令和2年2月25日

長野県

新型コロナウイルス感染症については、国内の複数地域で感染経路が明らかではない感染例が報告されており、長野県内においても感染者が発生しております。

国内外各地と多くの方々が往来する本県において、皆様の健康を守るためには、県民及び滞在者の皆様のご理解とご協力が不可欠です。

つきましては、当分の間、皆様には次のような取組を行っていただくよう、強くお願いいたします。

## 1 自らの感染を防止し、他の方にうつさないために

① 石けんやアルコール消毒液などによる手洗いや手指の消毒をこまめに行ってください。混み合った場所、特に屋内や乗り物など換気が不十分な場所では、マスクを着用することも予防策になります。

② 咳やくしゃみ等の症状がある方は、マスクの着用など咳エチケット\*を必ず行ってください。

\* 咳エチケットとは

感染症を他人に感染させないため、咳・くしゃみをする際に、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖を使って口や鼻を押さえることです。

③ 発熱等の風邪症状がある方は、出勤・通学等を含めて外出を控えてください。やむを得ず外出する必要がある場合には、必ずマスクを着用するようにお願いします。マスクの入手が困難な場合は、ガーゼマスクやタオルなどの代用品の活用もご検討ください。

④ 新型コロナウイルス感染症ではないかとの不安をお持ちの方は、まずは「有症状者相談窓口（保健所）」にご相談ください。

なお、症状にかかわらず医療機関を直接受診することは、感染リスクを高めることにもつながりますのでご注意ください。

## 2 集団感染を防止するために

① 発熱等の風邪症状がある方は、出勤・通学等を含めて外出を控えるよう、事業所や学校等からも促してください。

なお、事業所や学校等における十分なお配慮をお願いします。（公立学校においては、自宅休養した場合の出欠について、欠席日数としない取扱となります。）

② 多くの人が集まる場所では、手洗い、マスク着用の励行、消毒液の設置などを行うとともに、来場される方にも必要な感染防止策を必ず呼びかけてください。

③ イベント・行事の開催については、上記②について考慮するほか、来場者の規模や対象者、参加者の密着度や時間、参加者の範囲（特定、不特定）、感染防止対策徹底の難易度（飲食を伴うか否かなど）を考慮し、開催の必要性を改めて検討してください。

また、開催する場合には、風邪症状がある方の参加自粛を呼びかけるようお願いいたします。

- ④ 不特定多数の方を接客対象とする店舗等にあつては、従業員の方のマスク着用を励行してください。

### 3 重症化しやすい方を守るために

- ① ご高齢の方、基礎疾患がある方、妊婦の方などは、できるだけ人混みに出かけないようにしてください。やむを得ず出かける場合は、感染防止策の徹底をお願いします。
- ② 重症化しやすい方が多く参加することが見込まれるイベント・行事については、延期または中止するなど、感染防止に向けた配慮をお願いします。

※ 県では、重症化された方のために、感染症指定医療機関をはじめ、呼吸器関係疾患に対応する医療機関にも協力を呼びかけ、医療提供体制を強化してまいります。

#### 【相談窓口】

- 県では、新型コロナウイルス感染症に関する「有症状者相談窓口（保健所）」と「一般相談窓口（県庁保健・疾病対策課）」を設置し、24時間、皆様からのご相談をお受けしています。
- 次のような場合は、医療機関を受診する前に必ず「有症状者相談窓口」へご相談ください。「帰国者・接触者外来」をご案内するなど、症状等に応じた支援を行います。

- ・ 風邪の症状や37.5℃以上の発熱が4日以上続いている方（解熱剤を飲み続けなければならないときを含みます）
  - ・ 強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）がある方
- ※ ご高齢の方、糖尿病、心不全、呼吸器疾患の基礎疾患がある方や透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方は、重症化しやすいため、上記の症状が2日程度続く場合、ご相談ください。
- ※ 妊婦の方は、念のため早めにご相談ください。

- ・ 風邪の症状や発熱があり、新型コロナウイルス感染症の発生している国や地域から帰国・入国された方、またはそれらの方との濃厚接触\*の可能性のある方

\* 濃厚接触とは  
新型コロナウイルス感染症が疑われる方と同居あるいは長時間の接触（車内、航空機内等を含む）があった方 等

- 新型コロナウイルス感染症に関する一般的なご相談については、「一般相談窓口」でお受けしています。

■ 有症状者相談窓口（保健所） ※国のいう「帰国者・接触者相談センター」

電話相談窓口	連絡先電話番号（24時間対応）	
佐久保健福祉事務所（佐久保健所）	0267-63-3164	
上田保健福祉事務所（上田保健所）	0268-25-7135	
諏訪保健福祉事務所（諏訪保健所）	0266-57-2927	
伊那保健福祉事務所（伊那保健所）	0265-76-6837	
飯田保健福祉事務所（飯田保健所）	0265-53-0435	
木曾保健福祉事務所（木曾保健所）	0264-25-2233	
松本保健福祉事務所（松本保健所）	0263-40-1939	
大町保健福祉事務所（大町保健所）	0261-23-6560	
長野保健福祉事務所（長野保健所）	026-225-9039	
北信保健福祉事務所（北信保健所）	0269-62-6104	
(参考) 長野市保健所	平日（8:30～17:15） 026-226-9964	休日・夜間（17:15～8:30） 026-226-4911

■ 一般相談窓口（県庁保健・疾病対策課）

026-235-7277 または 026-235-7278（専用電話：24時間対応）