

## 中野市及び山ノ内町における「対策集中期間」を終了するとともに北信圏域の感染警戒レベルを4から3に引き下げます

中野市及び山ノ内町において、12月7日から取り組んできた「対策集中期間」を本日をもって終了するとともに、12月2日にレベル4に引き上げた北信圏域の感染警戒レベルを、12月24日から3に引き下げます。

### 1 経緯

北信圏域については、感染拡大のリスクが認められたことから、12月2日に、感染警戒レベルを4に引き上げ「新型コロナウイルス特別警報」を発出しました。

また、特に陽性者の確認が集中していた中野市及び山ノ内町については、12月7日から23日までを「対策集中期間」とし、特に12月17日からは、山ノ内町の一部地域（湯河原一組及び星川三組）の酒類の提供を行う飲食店等への営業時間短縮等の要請を行うなど、対策を強化してきました。

### 2 「対策集中期間」の終了及び感染警戒レベルの引下げ

北信圏域における直近1週間（12月16日～22日）の新規陽性者数は4人と、陽性者の確認は落ち着きつつあることから、中野市及び山ノ内町における「対策集中期間」については、予定どおり、本日12月23日をもって終了とします。

また、北信圏域については、レベル4への引上げから14日間以上経過し、感染拡大のリスクが低下したと認められることから、12月24日から感染警戒レベルを4から3に引き下げます。

この間、県の要請にご協力いただいた北信圏域にお住まいの皆様、とりわけ、中野市及び山ノ内町にお住まいの皆様、営業時間短縮等に応じていただいた事業者の皆様にご心から感謝申し上げます。

### 3 感染拡大防止のお願い

北信圏域にお住まいの方、訪問される方、事業者の皆様等におかれましては、「新型コロナウイルス警報」は依然として発出中であることにご注意いただき、別紙のとおり、引き続き感染防止策へのご協力をお願いします。

※ 感染警戒レベルは県内すべての圏域において

**レベル3** の **新型コロナウイルス警報** となります。

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) 前沢直隆 (担当) 湯沢秀保  
電話 026-232-0111 (内線 4705)  
FAX 026-233-4332

## 感染拡大防止のお願い

- 1 年末年始は「密」を避け、できるだけ同居のご家族で穏やかに過ごしてください
- 2 信州版「新たな日常のすゝめ」に沿った行動を徹底してください
- 3 会食は5つのポイントを徹底し、感染リスクを下げながら楽しむ工夫をしてください
- 4 地域間の往来に当たっては、感染状況を踏まえた対応をお願いします
- 5 発熱等の症状がある場合は、速やかにかかりつけ医等に電話でご相談ください
- 6 事業所での対策の徹底をお願いします

- 1 年末年始は「密」を避け、できるだけ同居のご家族で穏やかに過ごしてください
  - (1) 自分と大切な方を守るため、できるだけ同居のご家族で穏やかに年末年始をお過ごしください。
  - (2) 帰省や旅行、初詣等により人の移動が集中し「密」になりがちです。人の流れを分散し、密になりやすい状況を避けるために、次の点などを心がけていただき、「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 年末年始の休日に加え、その前後でまとめて休み、休暇を分散化
    - ② 特に人の集中する正月三が日を避け、帰省や初詣を分散化
    - ③ 親しい人同士やご近所の集まりも控え、会食や会合等を小規模化
    - ④ 情報通信機器を活用し、帰省や会議をリモート化
- 2 信州版「新たな日常のすゝめ」に沿った行動を徹底してください
  - (1) 新型コロナウイルス感染症が、飛沫や接触によりウイルスが目・鼻・口から入って感染することを踏まえ、感染を防止するための行動を自ら考え、実践するようお願いいたします。

感染防止の3つの基本（身体的距離の確保、人混みや会話の場面でのマスク着用、手洗い・手指消毒）を徹底するとともに、クラスター（集団感染）発生リスクが高い「3つの密」を回避し、毎日の健康チェックを欠かさず行うなど、信州版「新たな日常のすゝめ」に沿った行動を徹底してください。高齢の方や基礎疾患のある方など重症化リスクが高い方は、特にご留意ください。

また、店舗等を利用する場合は、マナーとしてマスクを着用するとともに、手指の消毒など店舗等の講じている感染予防策にご協力ください。
  - (2) 親族や知人の会合など地域における交流の場（茶飲み話や公民館活動等）においても感染の拡大が懸念されます。会話をする際のマスクの着用やとり箸や食器、物を共用しないなど、改めて基本的な感染防止策の徹底をお願いします。
- 3 会食は5つのポイントを徹底し、感染リスクを下げながら楽しむ工夫をしてください  
忘年会などの会食の際には、ガイドラインを遵守している店舗を利用するとともに、次の5つのポイントを徹底してください。

なお、お酒が入ると気が緩みがちになるので十分注意してください。

  - ① 体調が悪い場合は参加しない、させない。

- ② 開始前と会食後に必ず手指消毒を行う。(可能であれば会食中も。手指消毒の代わりに徹底した手洗いでも可。)
- ③ 人と直接・間接に接触しない。(大皿料理、とり箸、お酌、司会・カラオケマイクの共用を避けるなど)
- ④ 飛沫を人や人の飲食物に飛ばさない。(人との距離を保ち、パーティション等がない場合には会話の際にマスク着用もしくはハンカチ等で口を覆う、大声で話さないなど)
- ⑤ こまめな換気

#### 4 地域間の往来に当たっては、感染状況を踏まえた対応をお願いします

- (1) 感染拡大地域<sup>\*</sup>への訪問に当たっては、当該地域内における感染拡大防止に協力するためにも、訪問そのものを慎重に検討してください。

※ 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) 帰省については、全国的に新規陽性者数が過去最多の水準であることや、お住まいの都道府県等から外出に関する注意喚起が行われる場合もあることから、事前にご家族で十分にご相談をお願いします。特に、感染拡大地域からの帰省や、高齢の方や基礎疾患のある方など重症化リスクが高い方のお住まいへの帰省は、慎重に判断してください。
- (3) 帰省や観光でお越しになる際は、来訪前2週間はリスクの高い行動を避けるなど、「信州版 新たな旅のすゝめ」に沿った対応をお願いします。

#### 5 発熱等の症状がある場合は、速やかにかかりつけ医等に電話でご相談ください

新型コロナウイルス感染症の初期の症状は、風邪と見分けが付きません。定期的な検温など健康観察を行っていただくとともに、発熱等の症状がある場合には外出を控え、速やかにかかりつけ医や保健所に電話でご相談ください。

なお、ご家族の方に発熱等の症状がある場合は、食事や寝る部屋を分け、マスクをつけていただき、家庭内での感染を防止するための取組をお願いします。また、手で触れる共用部分を消毒するなどの対策もお願いします。

#### 6 事業所での対策の徹底をお願いします

- (1) 不特定多数の方が利用する事業所にあつては職場における感染拡大防止について改めて徹底いただくとともに、従業員お一人おひとりに感染予防のための行動を促していただくようお願いします。

具体的には、職場内での3密回避、従業員の休暇の分散取得や在宅勤務・テレワークの促進、発熱時に休みやすい職場環境づくりにご協力をお願いします。

また、特に仕事で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、感染リスクが高まるおそれがあるとされています。休憩室、喫煙所、更衣室においても感染防止に努めてください。

さらに、「新型コロナ対策推進宣言」を行うように努め、ステッカーを掲示してお客様にもお知らせするとともに、感染防止策にご協力いただくよう呼びかけてください。

- (2) 業界ごとに策定される感染拡大予防ガイドラインを遵守し、業種の特性に応じて、お客様の氏名及び連絡先の把握、適切な感染防止策(入場者の制限(席数や面積に応じた制限等)、施設内での物理的距離の確保、客が手を触れられる箇所の定期的な消毒、客の健康状態の聞取り、入口での検温、マスクの着用、換気等)に努めてください。