

## 長野県からの要請 ～皆様のご協力をお願いします～

### 新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぎ、皆様の健康を守るためのお願い

#### ■発熱等の風邪症状がある方は、外出を控えましょう。

- 発熱等の風邪症状がある方は、出勤・登校等を含めて外出を控えてください。
- 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）」（別添を参照）にご相談ください。

#### ■集団感染の防止にご協力ください。

- 集団感染が確認された場に共通する3つの条件（①換気の悪い密閉空間、②多数が集まる密集場所、③間近で会話や発声をする密接場面）を避けるための取組を行っていくことが不可欠です。

#### ■自らの感染を防止し、他の人にうつさないようにしましょう。

- 石けんによる手洗いやアルコール消毒液による手指の消毒をこまめに行ってください。
- 咳やくしゃみ等の症状がある方は、咳エチケットを必ず行ってください。

#### ■海外渡航や国内旅行等に際しては感染対策に十分ご注意ください。

海外渡航については、WHOは「パンデミック（世界的な大流行）とみなせる」と表明しており、外務省ホームページ（<https://www.anzen.mofa.go.jp/>）を参考にするとともに、最新の状況を各国のホームページや大使館で確認するなどして、慎重にご検討いただくようお願いいたします。

また、日本国内でも複数の都道府県でいわゆる「クラスター（患者集団）」が形成され、あるいは感染経路を追えない事例が発生していますので、常に旅行先の最新の状況に注意してください。

やむを得ず、新型コロナウイルス感染者が多数確認されている地域を訪問する場合には、感染対策に十分ご注意くださいようお願いします。

なお、新型コロナウイルス感染症が発生している地域を訪問された方は、国から自宅や宿泊先などで14日間の待機を要請された場合はこれに従うとともに、ご自身の健康状態について十分なチェックを行い、医療機関を受診される前に必ず「有症状者相談窓口（保健所）」（別添を参照）にご相談いただきますようお願いいたします。

### 県民の皆様へのお願い

#### ■民間の主催するイベント・行事等及び施設運営について

「県主催イベント・行事及び施設運営についての当面の判断基準」（9頁参照）を参考に、適切に開催の是非及び内容について判断を行っていただくとともに、開催する場合には感染防止策を徹底していただくようお願いいたします。

## ■マスクの適正使用について

健康な方は、混み合っている場所や換気の悪い密閉空間以外ではマスクの使用をできるだけ控えていただく等により、風邪症状のある方や医療関係者などマスクを必要とする方が確保できるよう、マスクの適正使用及び必要最小限の購入をお願いします。

## ■新型コロナウイルス感染症に関連する人権への配慮について

新型コロナウイルス感染症に関連して、誤った知識や不確かな情報により、感染した方や治療にあたった医療機関関係者及びそのご家族、感染の拡大している地域から帰国された方、外国人の方等に対して、不当な差別や偏見、いじめ等が行われないよう、正確な情報に基づいた冷静な行動をお願いします。

なお、不当な差別やいじめ等を受けた場合は、一人で悩まず、相談窓口にご相談ください。

《人権問題についての相談窓口》

不当な差別やいじめ等を受けた場合は、下記の相談窓口で相談に対応します。

- ・みんなの人権110番

0570-003-110（平日 午前8時30分から午後5時15分まで）

- ・子どもの人権110番

0120-007-110（平日 午前8時30分から午後5時15分まで）

- ・外国語人権相談ダイヤル

0570-090911（平日 午前9時00分から午後5時00分まで）

- ・長野県人権啓発センター 人権相談専用電話

026-274-3232（午前8時30分から午後5時00分まで）

※休館日 毎週月曜日（祝日・振替休日に当たるときは開館）

祝日の翌日（土・日・祝日に当たるときは開館）

センターが定める日（年末年始など）

## ■地域内消費へのご協力について

地域の経済を支えるために県産食材等の購入や感染予防に留意した上でのサービスの利用などを心がけて、地域の生産者や事業者を支えてくださるようお願いいたします。

## 学校、保育所、高齢者施設等に関わるお願い

### ■児童生徒のみなさんへのメッセージ

みなさんも不安な思いをされるかと思いますが、みなさんの命、健康が一番大切です。

学校の一斉臨時休業中、児童生徒のみなさんは、休みの意味を一人ひとりがきちんと受け止め、感染予防に努めながら、どのように過ごすのかその日の過ごし方を自分で考え、一日一日を大切に過ごしてください。

- 1 正しい知識をもとう
- 2 感染のリスクを防ごう
- 3 生活を自分でコントロールしよう
- 4 休業中に困ったり、不安になったりした時はすぐに相談しよう

## ■保護者の皆様へのお願い

学校の一斉臨時休業は、新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するための措置であることから、子どもたちが人の集まる場所等への外出を避け、基本的に自宅等で過ごしていただくとともに、手洗いや咳エチケット等の感染対策を徹底していただくようお願いいたします。

保護者の皆様におかれましては、子どもたちが臨時休業中はもとより、その後の生活においても安全・安心に過ごすことができるようご理解、ご協力いただくようお願いいたします。

## ■保育所等をご利用の保護者の皆様へのお願い

保育所、幼稚園、認定こども園をご利用の保護者の皆様には、登園前にお子様の体温を測定するなど、体調管理に十分ご留意いただき、発熱があるなど体調が悪いお子様には、保育所等に登園を控えていただくようお願いいたします。

また、ご家庭で保育ができる場合には、保育所等の登園をお考えいただきますようお願いいたします。

## ■子どもの居場所を運営する皆様へのお願い

子どもの居場所を運営する皆様には、なるべく風通しの悪い空間を作らない、人を密集させない、近距離の会話をしない環境をつくるよう工夫してください。

また、風邪症状がある子どもは利用を自粛するよう保護者等に呼びかけるとともに、手洗いの励行、消毒液の設置等を行い、利用者に対する必要な感染防止策を呼び掛けてください。

## ■高齢者施設・通所事業所及び障がい児者施設・事業所の利用者及びご家族の皆様へのお願い

高齢者施設や障がい児者施設では、利用者の安全を守る上で、外部からウイルスを持ち込まないことが極めて重要なため、利用者やご家族の方は面会や発熱がある場合の施設利用の自粛をお願いいたします。

## ■高齢者・持病のある方や高齢者・持病のある方に接する機会の多い方へのお願い

高齢者や持病のある方は、重症化する可能性が高いことが分かっています。引き続き不特定多数の人がいる場所を避けるなど、感染リスクを下げるよう注意をお願いします。

医療、介護、福祉等の業務従事者など高齢者や持病のある方に接する機会のある方は、十分な体調確認を行った上で、高齢者や持病のある方と接するようにしてください。

## 事業者の皆様へのお願い

- 事業主の皆さんは、従業員の方に発熱等の風邪症状がある場合は、休暇を取得させる等の配慮をお願いします。
- 小学校等の臨時休業や学級閉鎖になった場合は、保護者である従業員が休暇を取得しやすいように配慮をお願いします。
- テレビ会議・Web会議等により、集団で集まらない形態での開催をお願いします。参集

して会議を開催する場合は、参集者の厳選、会議時間の短縮、参加者同士の間隔を十分にとる、定期的な換気を行うなど、感染防止策の徹底をお願いします。

- 従業員が海外出張から帰国した場合には、2週間は従業員の健康状態を確認し、体調に変化があった場合には、外出を控え、医療機関を受診される前に必ず「有症状者相談窓口（保健所）」（別添を参照）に相談するよう従業員への周知徹底をお願いします。

## 一般電話相談窓口・有症状者相談窓口一覧

## 1 一般電話相談窓口（県庁 保健・疾病対策課）

一般的な相談については、下記窓口で休日を含め 24 時間、専用電話でお受けします。

026-235-7277 【専用電話】

026-235-7278 【専用電話】

## 2 有症状者相談窓口（保健所）一覧（24 時間対応）

電話相談窓口	管轄市町村	連絡先電話番号
佐久保健福祉事務所 （佐久保健所）	小諸市、佐久市、南佐久郡、北佐久郡	0267-63-3164
上田保健福祉事務所 （上田保健所）	上田市、東御市、小県郡	0268-25-7135
諏訪保健福祉事務所 （諏訪保健所）	岡谷市、諏訪市、茅野市、諏訪郡	0266-57-2927
伊那保健福祉事務所 （伊那保健所）	伊那市、駒ヶ根市、上伊那郡	0265-76-6837
飯田保健福祉事務所 （飯田保健所）	飯田市、下伊那郡	0265-53-0435
木曾保健福祉事務所 （木曾保健所）	木曾郡	0264-25-2233
松本保健福祉事務所 （松本保健所）	松本市、塩尻市、安曇野市、東筑摩郡	0263-40-1939
大町保健福祉事務所 （大町保健所）	大町市、北安曇郡	0261-23-6560
長野保健福祉事務所 （長野保健所）	須坂市、千曲市、埴科郡、上高井郡、上水内郡	026-225-9039
北信保健福祉事務所 （北信保健所）	中野市、飯山市、下高井郡、下水内郡	0269-62-6104
長野市保健所 平日（8:30～17:15）	長野市	026-226-9964
長野市保健所 休日・夜間（17:15～8:30）	長野市	026-226-4911