

～ 新型コロナウイルス等感染症予防対策のお願い①～

全県に対し出されていた「医療非常事態宣言」が1月31日に解除され、「**医療特別警報**」に切り替わり、南信州圏域の感染警戒レベルが「5（最大警戒）」から「**4（警戒）**」へ変更となりました。

しかし、**季節性インフルエンザ**が流行期に入っており、新型コロナに加え、季節性インフルエンザの患者が増加することが懸念されています。

社会経済活動と感染拡大防止を最大限両立させるため、基本的な感染対策の徹底を行った上で、慎重な行動をお願いします。

～ 新型コロナウイルス等感染症予防対策のお願い②～

○基本的な感染防止対策を徹底してください

- ・ 人との距離の確保
- ・ マスクの正しい着用
- ・ 手洗い、手指消毒
- ・ 十分な換気

○ご高齢の方や基礎疾患のある方等、**重症化リスクが高い方及びその同居者の方は**特に感染防止対策を徹底し、混雑した場所や感染リスクが高い場所への外出・移動を自粛してください

～ 新型コロナウイルス等感染症予防対策のお願い③～

○家庭での感染防止対策を徹底してください

- ・ 日頃から室内を定期的に換気する
- ・ こまめに手洗いをする
- ・ 家庭内でもマスクの着用など必要な対策を講じる

○ワクチンの接種をご検討ください

重症化予防などに加え、後遺症等からご自身を守るために
ワクチンの接種をご検討ください。

～ 新型コロナウイルス等感染症予防対策のお願い④～

○**症状がある場合は早めに医療機関へご相談ください**

のどの痛み、せき、発熱などの症状がある場合は、早めにかかりつけ医などの医療機関へご相談ください。

○日頃の体調管理を十分に行ってください

何らかの不調がある場合は、感染拡大防止のため職場や学校等を休んでください。

～ 新型コロナウイルス等感染症予防対策のお願い⑤～

○食料や市販薬の備蓄をしてください

感染した場合の自宅での療養に備え、3日分程度の**食料や市販薬（総合風邪薬、解熱剤など）**を準備しておきましょう。

※差別や誹謗中傷はせず、「思いやり」と「支えあい」の心で、**ご自身、ご家族、多くの方の命と暮らしを守る**ために、皆様のご協力をお願いします。

【住民課】