

～ 新型コロナウイルス感染症予防対策のお願い①～

県内における確保病床使用率の低下、医療機関や高齢者施設における集団感染が減少傾向にあることから、全県に対して発出されていた医療特別警報が解除され、**医療警報**に切り替わりました。また、南信州圏域の感染警戒レベルが5から**4**に引き下げられました。

今後引き続き基本的な感染防止対策の徹底を行った上で、慎重な行動をお願いします。

○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

～ 新型コロナウイルス感染症予防対策のお願い②～

○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

○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

～ 新型コロナウイルス感染症予防対策のお願い③～

○ワクチンの接種をご検討ください

4回目接種の対象の方、3回目までの接種がお済みでない方は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。

○抗原検査キットによる簡易検査を行ってください

感染拡大地域等との往来を予定している方、帰省する家族・親戚など、抗原検査キットによる簡易検査を行ってください。

～ 新型コロナウイルス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。

○**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。

～ 新型コロナウイルス感染症予防対策のお願い⑤～

※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】