

## 年末年始に向けた長野県知事からのお願い

令和2年12月11日

現在、日本は新型コロナウイルス感染症の第3波の真っ只中です。長野県も同じです。

年末年始は多くの人が移動したり、集まったりする時期です。

感染拡大を防止するため、長野県から皆さんに年末年始に向けた4つのお願いがあります。

### 1 年末年始のお願い

- (1) できるだけ同居の家族で穏やかに過ごしてください
- (2) 「分散化」「小規模化」「遠隔化」に協力してください
  - ✓ 「分散化」休暇、帰省、初詣の分散化
  - ✓ 「小規模化」会食、会合等の小規模化
  - ✓ 「遠隔化」帰省、会議の遠隔化（リモート化）

### 2 地域間の往来についてのお願い

- (1) 感染が拡大している地域への訪問は、慎重に検討してください
- (2) 帰省は、事前に家族で相談してください
- (3) 帰省・観光で長野県に訪問するときは、来訪前2週間の健康管理と感染防止の3つの基本（身体的距離の確保、マスク着用、手洗い・手指消毒）を行ってください

### 3 日常生活でのお願い

- (1) 風邪症状等がある場合は外出しないで、かかりつけ医等に相談・受診してください
- (2) 10日以内に風邪症状等があった方は、人に感染させないための行動をしてください
- (3) 感染防止の3つの基本の徹底と適切な換気・加湿を行ってください

### 4 事業者の皆様へのお願い

- (1) 業種別の感染拡大予防ガイドラインの遵守・徹底をしてください
- (2) 従業員が発熱時に休みやすい職場環境づくりや休暇の分散取得、テレワーク促進に協力してください

### かかりつけ医がない人の相談先

0120-691-792（外国語で相談できます。24時間対応）

### 差別や誹謗中傷は許されません

新型コロナウイルス感染症をきっかけに差別や誹謗中傷で苦しむ人がいます。全ての県民が「思いやり」をもって、感染された方やそのご家族、帰省者や旅行者をあたたかく迎えましょう。