

# 大町市長から市民の皆様へのメッセージ (NO.5)

## ～更なる感染拡大を意識して感染防止対策の徹底を～

全県の新型コロナウイルス感染症・感染警戒レベルが2に引き上げられ、「新型コロナウイルス注意報」が発令されました。

これからお盆を控え、帰省や観光で県内外との往来が活発になることが予想されます。何としても感染拡大を防止するためには、一人ひとりの「ご自身の命と健康を守る行動」が大切です。

市民の皆様には、引き続き、次の取組みを徹底するよう、ご理解とご協力を、心よりお願いいたします。

令和2年8月5日  
大町市長 牛越 徹

### 1 基本的な感染防止対策を

- ・外出時のマスク着用と、石けんでこまめな手洗いをする
- ・人との距離を、お互いに手の届かない程度に空ける
- ・3密（密集・密接・密閉）を避ける

### 2 夏の帰省に当たってのお願い

- ・風邪症状がある場合は、帰省を控える
- ・感染が拡大している地域からの帰省は、家族と相談し慎重に判断する  
特に、高齢者等の重症化リスクの高い方が同居している場合は十分に検討する
- ・帰省する前と帰省後はご自身の体調管理をする

### 3 症状があるときはまず相談を

- ・息苦しさ、強いだるさ、高熱等の症状がある場合は、まずはかかりつけ医に電話をしてから受診をする
- ・かかりつけ医がない場合は、保健所に電話で相談する

### 4 人権への配慮のお願い

- ・感染者や家族、医療従事者への差別や偏見は絶対にしない
- ・SNSなどへの根拠のない不確かな書き込みは絶対にしない

# ～感染予防を意識して



## 毎日の生活を送りましょう～



★外出時はマスクをつける

(周りに誰もいない時、ひとりで農作業などをする時は、  
はずしましょう)

★会話する時はマスクをつけ、真正面を避ける

★人と人との距離を確保する

★混雑する場所・時間帯を避ける

★こまめに換気をする



★こまめに石けんで手洗いする

(帰宅後や食事の前後、トイレの後など)

★外出先では手指消毒剤を活用する

★毎朝の体調をチェックする

★風邪症状があるときは、無理をせず休む

★事前に電話をしてから受診する



\*「新型コロナウイルス感染症対策 長野県民手帳」や接触確認アプリ (COCOA) を活用しましょう