

**諏訪圏域の感染警戒レベルを5に引き上げ  
「新型コロナウイルス特別警報Ⅱ」を発出します**

令和3年8月13日  
新型コロナウイルス感染症長野県対策本部

**1 感染の状況等**

- 諏訪圏域については、1週間の人口10万人当たり新規陽性者数が8月3日に21.64人と感染警戒レベル5の基準である20.0人を超えたことから、さらなる感染拡大のおそれがあるか注視してきたところです。
- 1週間の人口10万人当たり新規陽性者数はその後増減を繰り返しましたが、直近1週間（8月6日～12日）では22.67人となっています。
- 首都圏等県外との往来歴がある方の陽性事例が多数確認されているほか、感染経路不明者から家族や職場の同僚に感染が拡大する事例が後を絶たず、今後のさらなる感染の拡大が懸念される状況となっています。
- 8月6日には全県に「医療警報」を発出し、県民の皆様のご協力をいただきながら、県として全力を挙げて対策を講じていますが、諏訪圏域における感染がさらに拡大すれば、全県の医療提供体制にも大きな影響を及ぼす恐れがあります。

**2 「新型コロナウイルス特別警報Ⅱ」の発出**

感染警戒レベル5相当となった諏訪圏域について、感染警戒レベルを5に引き上げ「新型コロナウイルス特別警報Ⅱ」を発出（本日から8月26日まで）します。

**3 デルタ株対策の心得**

デルタ株が全国的に猛威を振るっています。感染力の強さや重症化しやすさが指摘されているデルタ株に感染しない・させないために、「飛沫感染」、「エアロゾル感染」、「接触感染」を意識し、以下の基本的な感染防止対策をより厳格に行ってください。

- 屋内及び人との会話時は、マスクを正しく着用（不織布マスクを推奨）
- マスクをしていても人との距離は最低1メートルを確保
- 屋内や車内は十分に換気（屋内では30分に一回以上、数分間程度窓を全開）
- 人と同じものを触ることを避け、適切なタイミングで正しく手洗い・手指消毒
- ワクチン接種済みの方も上記の対策を

**4 諏訪圏域における県としての対策**

**(1) 県民、来訪者・旅行者の皆様への協力依頼**

- ① 人と会う機会をできるだけ減らすようお願いいたします（特措法第24条第9項）  
（人と会う時は、距離をとり短時間で。普段会わない方と会う場合は特にご注意を。）
- 可能なら電話やオンラインで済ませてください。
- 混雑する場所、換気の悪い場所は極力避けてください。

- ② ご自宅等も含め、会食の際には次のことをお願いします（特措法第 24 条第 9 項）
  - 同窓会や親族の集まりなど、普段会わない方との会食は控えてください。
  - 同居のご家族以外で行う飲酒を伴う 5 人以上の会食については、感染対策の徹底が困難な場合には実施を控えてください。
  - できるだけ黙食とし、会話をする際にはマスクを着用してください。
  - 「信州の安心なお店」認証店の利用を推奨します。
- ③ 20 時以降に酒類を提供する飲食店等を利用する場合は、長野県が認証している「信州の安心なお店」を選択し、1 グループは同居家族又は 4 人以内、利用する時間は 2 時間以内とするとともに、感染対策を徹底するようお願いします
- ④ 飲食を主として業としている店舗（スナック、カラオケ喫茶等）におけるカラオケ設備の利用を自粛するようお願いします
- ⑤ 信州への帰省及び県外への訪問は、控えるようお願いします（特措法第 24 条第 9 項）
- ⑥ 出張等での来訪者、旅行者の方は、上記①、②及び「信州版 新たな旅のすゝめ」を守るようお願いします（特措法第 24 条第 9 項）。また、③及び④についてもご協力をお願いします。

## （2）事業者の皆様への協力依頼

### 【利用者、お客様に対する感染防止策】

- ① 商業施設・観光施設など、不特定多数の方を受け入れる施設の管理者は、状況に応じ入場制限等を実施してください（特措法第 24 条第 9 項）
  - 入場者数の制限（人と人との距離を概ね 2 メートル程度確保）
  - 施設内での物理的距離の確保
  - 十分な換気
  - 客が手を触れられる箇所の定期的な消毒
  - 客の健康状態の聞き取り、入口での検温
- ② 飲食を主として業としている店舗（スナック、カラオケ喫茶等）においては、カラオケ設備の利用提供を控えるようお願いします
- ③ イベントの開催は慎重に検討してください（特措法第 24 条第 9 項）
  - 感染リスクを低下させる対策が困難な場合は、延期や中止を検討してください。
- ④ 観光関係者は地域で連携して感染防止対策に取り組んでください

### 【従業員に対する感染防止対策】

- ⑤ 在宅勤務・テレワークの推進をお願いします
- ⑥ 職場の感染対策を改めて点検・徹底してください
  - 労働局が作成した「職場における新型コロナウイルス感染症の拡大を防止するためのチェックリスト」で点検してください。
- ⑦ 感染リスクが高い場所（食堂、寮など）での行動等について、従業員への注意喚起をお願いします

**【営業時間短縮等の協力要請】**

⑧ 酒類の提供を行う飲食店等に対し、施設の使用制限・停止（休業・営業時間短縮）について協力を要請します（特措法第 24 条第 9 項）

- 第 5 波になって以降、飲食店での飲食を起因とする感染事例が少ないことは、飲食店の皆様の感染防止の取組のおかげであり、深く感謝いたします。
- 現在、デルタ株への置き換わりが進み、過去に経験したことのないスピードで感染が拡大しており、特に、大人数や長時間に及ぶ飲酒を伴う飲食の場面は、感染リスクが高くなるおそれがあります。（マスクを外す、大声になり飛沫が飛びやすい、仕切られた空間に大人数が密集する 等）
- このため、感染拡大を未然に防ぐ観点から、酒類を提供する飲食店等への営業時間短縮等の要請を行います。

**【要請期間】** 8 月 16 日から 8 月 26 日まで

**【対象地域】** 諏訪圏域全市町村

**【要請内容】**

種 類	区 分		要請の内容
接待を伴う飲食店、飲食店（酒類の提供を行うものに限る） （特措法施行令第 11 条第 1 項第 11 号に該当する施設）	「信州の安心なお店」 認証店		営業時間短縮 （5 時～20 時） （特例あり※）
飲食店等（酒類の提供を行うものに限る） （特措法施行令第 11 条第 1 項第 14 号に該当する施設）	「信州の安心なお店」 非認証店	ガイドライン 遵守	営業時間短縮 （5 時～20 時）
		ガイドライン 非遵守	休 業

**※「信州の安心なお店」認証店における特例**

- ・ 認証店は、20 時以降も営業を継続するか、時短要請に応じるかを選択できます。（営業を継続した場合は協力金の支給対象外です。）
- ・ 営業を継続する場合は、20 時以降は、1 グループは「同居家族又は 4 人以内」、利用する時間は「2 時間以内」に限定します。
- ・ 営業を継続する認証店の皆様に対しては、要請期間中に巡回し、対策状況を確認します。
- ・ 新たに認証申込があった場合は速やかに確認し、認証手続きを進めます。

なお、「信州の安心なお店認証制度」は認証店における新型コロナウイルス感染のリスクゼロを保証するものではありません。

諏訪圏域にお住まいの皆様、訪問される皆様、事業者の皆様は、「お盆期間中の緊急対応を」及び「この夏を過ごすにあたってのお願い(7 月 30 日改定)」(別添参照)にもご留意ください。

**(3) 子どもへの対策**

① 県立学校においては、感染症対策を講じても、なお感染リスクの高い活動については、中止または延期します

- 感染リスクの高い学習活動の中止
- 安全な実施が困難である学校行事の中止・延期

- 部活動の活動時間の短縮と、学校が独自に行う練習試合、合宿の中止
- ② 特に、夏季休業期間中は、真に必要な場合以外は、学習活動、学校行事、部活動等  
は行いません
- ③ 市町村立及び私立の学校設置者に対して、県立学校と同様の対応とするよう協力を  
要請します
- ④ 保育所等設置者や子どもの居場所を管理・運営する者に対して、感染防止対策を講  
じてもなお感染リスクが高い活動の中止・延期と感染防止策の徹底について協力を要  
請します

#### (4) 県が実施する対策

- ① 県の要請に応じて営業時間の短縮等を行った事業者に協力金を支給します  
(詳細については各飲食店等に別途送付するチラシをご覧ください。)

##### 【全体】

- 売上げ規模に応じて支給 (2.5~7.5 万円/日) ※中小企業の場合

##### 【信州の安心なお店認証店 (特例)】

- 既に認証されている事業者様  
20 時以降も営業を継続するか、全期間時短要請に応じるか、原則として要請開始  
日に選択していただく (要請期間中に変更することはできません)
- 要請期間中に新たに認証された事業者様  
認証日まで : 時短要請に応じていただく (協力金の対象)  
認証日 : 20 時以降の営業継続か、時短要請に応じるか選択いただく

- ② 地域経済を活性化するために諏訪圏域の市町村が行う事業者支援の取組に対し交  
付金を支出します
- ③ 陽性者を早期に発見し、感染拡大を防ぐため、
  - 積極的疫学調査による PCR 検査等を広範に実施します
  - 感染状況に応じた集中的な検査を検討します
- ④ 県の公共施設について、感染対策の徹底や休止等の措置を検討するとともに、諏訪  
圏域の市町村に対しても同様の検討を行うよう協力を要請します
- ⑤ 県機関においては、在宅勤務・テレワークや勤務時間の割振り等により、執務室内  
での従事職員数を概ね 5 割削減します

新型コロナウイルス感染症に係わる差別や誹謗中傷は絶対にやめてください。

新型コロナへの感染は、注意していても完全に防ぐことはできません。仕事や家庭の事情等で緊急事態宣言発出地域等から来県される方もいらっしゃいます。様々な理由によりワクチン接種を受けられない方もいます。

差別や誹謗中傷を恐れた受診控えなどは、かえって感染の拡大にもつながりかねません。

「思いやり」の心を持ち、「支えあい」の輪を広げ、県民みんなでこの危機を乗り越えていきましよう。

## 10 圏域の感染警戒レベル (R3. 8. 13 現在)

### 感染警戒レベル5の圏域等

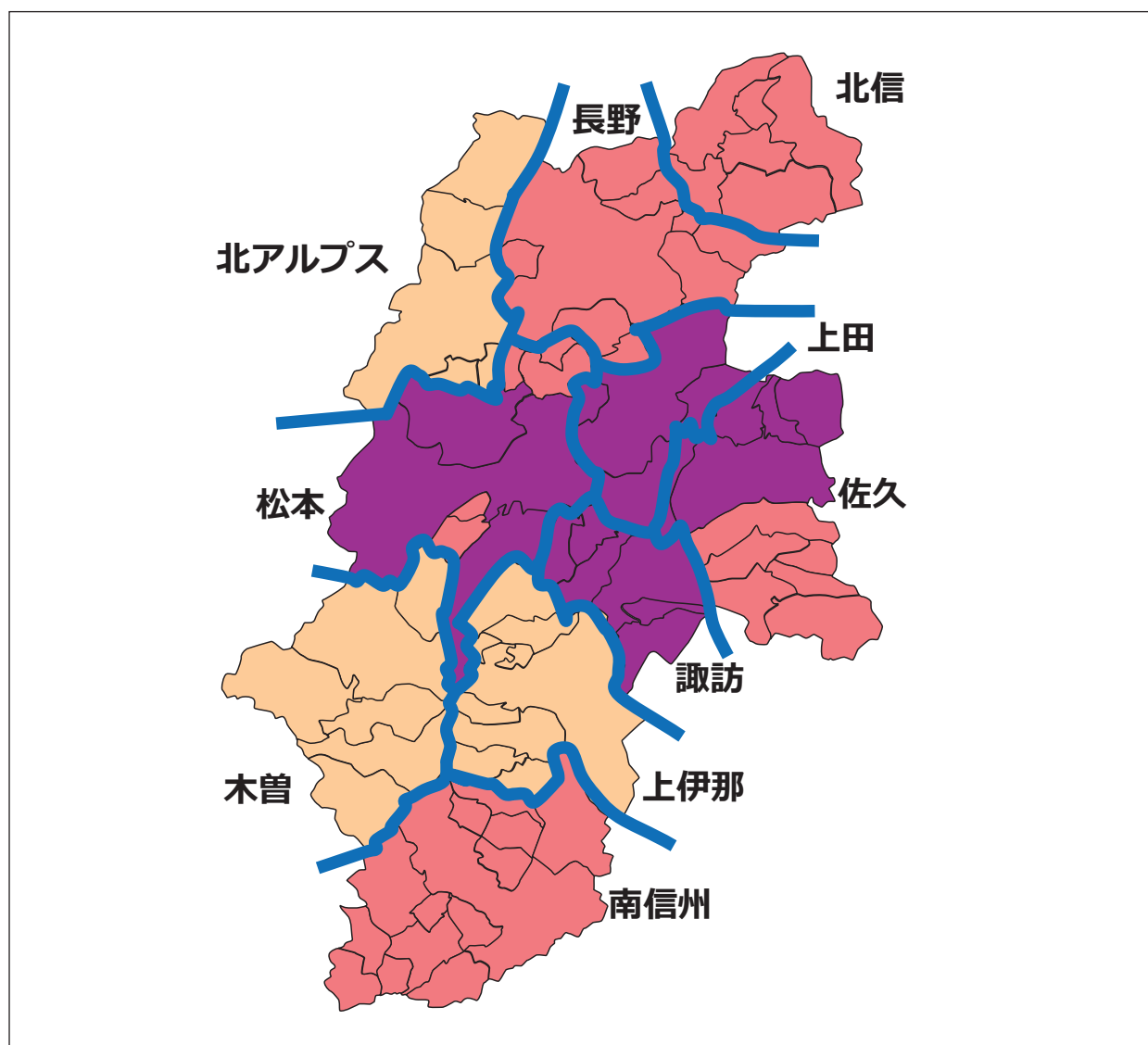
2 圏域 8 市町 小諸市、佐久市、軽井沢町、御代田町、立科町、  
上田圏域、諏訪圏域、松本市、塩尻市、安曇野市

### 感染警戒レベル4の圏域

5 圏域 佐久圏域、南信州圏域、松本圏域、長野圏域、北信圏域

### 感染警戒レベル3の圏域

3 圏域 上伊那圏域、木曽圏域、北アルプス圏域



# お盆期間中の緊急対応を

## 感染リスクを下げるために次のことが重要です

### 1 人とできるだけ会わないようにする

新型コロナウイルスは人から人に感染します。やむを得ない場合でも、**少人数、短時間で会う**ことを心がけてください。また、混雑している場所も避けましょう。

### 2 帰省や県外への訪問は控える

全国で感染者が急増し、東京を中心とする大都市圏では本県とは桁違いに多くの陽性者が出て、病床逼迫度も増しています。**県外往来に起因すると考えられる陽性者が県内でも増加**しており、**帰省（県外から、県外へ）や旅行、出張などは控える**ことが重要です。

### 3 感染防止対策をより厳格に行う（参考：別添「デルタ株を意識し適切な対策を」）

**リスクが高い行動を必ずしもされていない方も感染**しています。デルタ株はこれまで以上に感染力が強く、従来の対策だけで十分とは限りません。「**飛沫感染**」「**エアロゾル感染**」「**接触感染**」を意識して、基本的な**感染防止対策を今まで以上に厳格に行う**ことが大切です。

### 4 体調がすぐれない時はすぐ医療機関に相談する

**医療機関にかかることをためらったが故に重症化**された方もいらっしゃいます。体調が悪い時は医療機関または保健所にご相談いただき、早期の検査と治療を行うことが、重症化を防ぎ、感染拡大を防ぐことにつながります。

私たちの大切な命と暮らしを守るためには、新型コロナ「デルタ株」の拡大を今、食い止めなければなりません。新型コロナに感染しない、他者に感染させない、感染を広げないという強い思いを共有いただき、ご協力いただくようお願い申し上げます。

## デルタ株を意識し適切な対策を

### 「ゼロ密」を徹底

三つの密(密閉、密集、密接)が重ならない、一つの密でも、感染リスクがあります。感染性が高いと言われているデルタ株への対策のためにも、「ゼロ密」を徹底しましょう。



### マスクの着用

#### ✓ 会話の際は必ずマスクを着用しましょう

ウイルスは、目、鼻、口から入ってきます。マスクは顔との隙間が無いように着用し、鼻もしっかり覆いましょう。

#### ✓ できるだけ不織布マスクを着用しましょう

不織布マスクに比べ、布、ウレタン製のマスクは効果が落ちると言われています。また、マウスシールド、フェイスシールドはマスクの代わりになりません。

#### ✓ マスクをしていても距離を取りましょう

マスクをしていても、隙間から飛沫が出ることがあります。マスクをしている場合でも最低1メートルの距離を確保するよう心がけましょう。



### 十分な換気

#### ✓ こまめな換気を心がけましょう

職場やお店、教室、自動車の中など、常に換気を意識しましょう。屋内では30分に1回以上、数分間程度、窓を全開にしましょう。

#### ✓ 換気が不十分な空間は避けましょう



### 手洗い・手指消毒

#### ✓ 適切なタイミングで行いましょう

食事前など、手が目、鼻、口に触れる可能性を意識し、手洗いや手指消毒を行いましょう。

#### ✓ 適切な方法で行いましょう

- ・手洗いは、石けんやハンドソープで10秒もみ洗いし、流水で15秒すすぐ
- ・手洗いは清潔なタオルやペーパータオルで水分をよく拭き取る
- ・アルコール消毒液は必ず手を乾かしてから使用する
  - ※外出の際には、消毒用アルコールを携行しましょう
  - ※アルコールに過敏な方は使用は控えてください



### 早めの受診

#### ✓ 発熱やせきに限らず、のどの違和感や鼻水など、体調が優れない場合は、早めにかかりつけ医等にまずは電話で相談しましょう

早期発見、早期対応が重症化予防と感染拡大防止につながります。経営者の方は、休みやすい環境やテレワークの推進など、無理に出勤しないで済む環境を整えましょう。

POINT

### 車中の感染対策のポイント

車中は、「密閉」かつ「密接」になりがちです。エアコンによる外気モードや窓を開けての換気だけでなく、マスクを着用して会話を控えめにするなど、飛沫対策をしましょう。



### ワクチン接種後も感染防止対策を継続

多くの方がワクチン接種を完了するまでには時間がかかることから、ワクチン接種後も基本的な感染防止対策を継続してください。

# この夏を過ごすにあたってのお願い（7月30日改定）

～第5波を防ぎ、安心して元気な長野県を取り戻しましょう～

※改定箇所下線

現在、東京都を中心とする首都圏だけではなく、関西圏をはじめ全国の多くの地域で新型コロナウイルス感染症の新規陽性者数が増加傾向となっており、感染力が強いと言われるデルタ株の置き換わりも進む中で、これまで経験したことのない感染拡大となっています。

県内においても、感染経路が県外と推定される事例のほか同居家族や知人の間での感染や感染経路不明の事例が多く確認されており、新規陽性者数は急増しています。

新たな人流の増加が見込まれる夏休み・お盆を迎えるなかで、この時期の過ごし方は、第5波の拡大を防ぎ、安心して元気な長野県を取り戻すために極めて重要です。

このため、7月22日から8月22日までを「感染対策強化期間」とします。

県民及び事業者の皆様には、この期間中、特に次の点についてのご協力をお願いいたします。

令和3年7月30日

長野県知事 阿部 守一

## ウイルス（デルタ株等）を県内に持ち込まないために

- 信州への帰省及び県外への訪問については、この期間中はできるだけ控えてください。

## 県内で感染を広げないために

- 基本的な感染防止対策を改めて徹底してください。
- 人との接触機会をできるだけ少なくしてください。
- 体調に異変を感じた場合（発熱やせき、のどの違和感や鼻水、だるさ、味覚・嗅覚の異常など）は、外出せず、速やかに医療機関に相談してください。
- 普段会わない方との会食は控えてください。特に、同居のご家族以外で行う飲酒を伴う5人以上の会食については、感染対策の徹底が困難な場合には実施を控えてください。
- 会議やイベントについては、小規模化・分散化・リモート化・短時間化を徹底してください。

## 安心して元気な長野県を取り戻すために（ワクチン接種について）

- ワクチンの効果と副反応を知った上で、ワクチン接種をご検討ください。
- 多くの方がワクチン接種を完了するまでには時間がかかることから、接種がお済みの方も含め、引き続き、感染対策の徹底をお願いします。

## 「思いやり」と「支え合い」で新型コロナを乗り越えましょう

- 県外への訪問が必要な方や、様々な理由によりワクチン接種を受けることができない方もいます。差別や誹謗中傷は行わず、県民お一人おひとりが「思いやり」の心を持ち「支え合い」の輪を広げましょう。