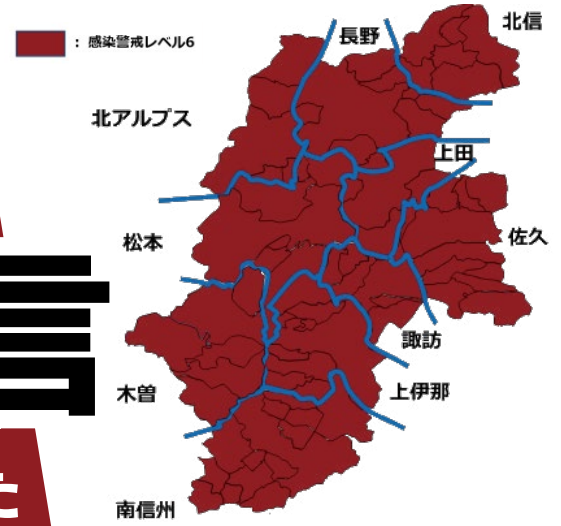


県内全域に

医療非常事態宣言

が発出されました



県内の新型コロナの新規陽性者数の急増により、長野県から「医療非常事態宣言」が発出されました。皆さまには、特に次の点についてご協力をお願い申し上げます(8月9日現在の情報を掲載しています)。

医療への負荷を
軽減するための
お願い

感染拡大防止等のお願い

基本的な感染防止対策を徹底してください

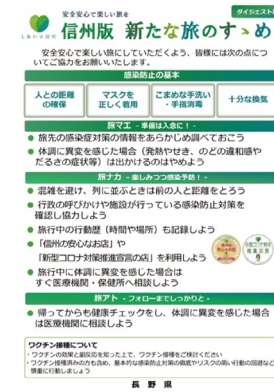
手洗い・手指の消毒、換気、三密の回避を徹底してください。特に、エアコン使用時や自家用車内でもこまめに換気をしてください。



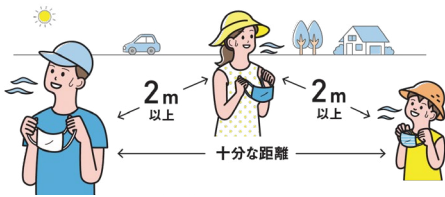
会食の際は、「新たな会食のすゝめ」を徹底してください。また、同窓会や親族の集まりなど普段会わない方との会食時は、感染対策を特に徹底してください。



旅行や帰省の際は、「新たな旅のすゝめ」を徹底してください。感染リスクが高い行動はできるだけ控えてください。



屋外ではマスク着用により、熱中症のリスクが高まります。屋外での運動時や通勤、通学などはマスク着用の必要はありません。(2m以内で会話する際はマスクの着用を)



無料検査をご活用ください

旅行や帰省の際は、出発前に各都道府県で設置している無料検査所などをご活用いただいたうえでお願いします。



食料・市販薬の備蓄をお勧めします

自宅での療養に備え、3日分程度の食料や市販薬の備蓄をお勧めします。

新型コロナウイルス感染症の受診の目安

- ※1 悪性腫瘍、慢性呼吸器疾患(COPD等)、慢性腎臓病、高血圧、糖尿病、脂質異常症、心血管疾患、脳血管疾患、肥満(BMI30以上)、喫煙、固形臓器移植後の免疫不全、免疫抑制・調整薬の使用、HIV感染症 など
- ※2 症状軽快後も1週間程度は感染対策を実施
- ※3 薬局で販売している検査キットなどを活用(抗原定性検査キットを使用する際は「体外診断用医薬品」と表示されたものをお使いください)

(新型コロナを疑う症状が出た場合(発熱・せき・のどの痛み・倦怠感など))

(仕事や学校を休み、自宅での健康観察を始める)

下記のいずれかに該当する場合

- ・症状が重い(水が飲めない、ぐったりして動けない、呼吸が苦しい、乳幼児で顔色が悪いなど)
- ・65歳以上、基礎疾患※1がある、妊娠中、ワクチン未接種の方

該当するものがない

該当するものがある

まずは市販薬を服用し、健康観察を継続※2
(呼吸困難、意識障害、けいれん等で急を要する場合は救急要請)

できるだけ自己検査※3を行い、平日の日中に連絡・受診

症状が改善しない場合

20~30代で受診せず検査を希望する方

速やかに受診

若年輕症者登録センターを利用

陽性的場合

WEBで検査キットを申し込み、自己検査を実施

有症状(のどの痛み、せき、発熱など)の方へ

重症化リスクが低い方(65歳未満・基礎疾患がない方など)

- 軽症の場合は、まずは自宅での健康観察をご検討ください。なお、水が飲めない、ぐったりして動けない、呼吸が苦しい、乳幼児で顔色が悪いなど症状が重い場合は、速やかに医療機関にご相談ください

外出を控え、市販薬(総合かぜ薬、解熱剤など)を服用し、しばらく自宅で健康観察することを検討してください。なお、症状が軽快した場合も発症から1週間程度は健康観察と感染拡大防止にご配慮ください。

症状の改善が見られない場合は、休日夜間の医療機関への負担を軽減するため、できるだけ平日に、相談の上、かかりつけ医や近隣の医療機関を受診してください。

- 受診前の自己検査にご協力ください

医療機関受診前に市販されている抗原定性検査キットによる自己検査をできるだけ行っていただくようお願いします。また、医療機関がひっ迫しているなどの理由により、受診する医療機関から配布される場合もありますので、自己検査にご協力ください。なお、抗原定性検査キットは「体外診断用医薬品」と表示されたものをお使いください。

- 20~30代の方は、WEBでのキット申し込み・陽性確定ができます

20~30代の方のうち、症状があるが軽症で、医療機関を受診しない予定の方向けに、WEBでの申し込みにより、長野県から抗原定性検査キットが配布されます。配布したキットでの検査の結果、陽性となった方は、WEBからの申請により医療機関を受診せず陽性を確定する若年若症者登録センターをご利用ください。詳細は長野県のHPをご確認ください。



重症化リスクが高い方(65歳以上・基礎疾患がある方・妊婦・ワクチン未接種の方)

- 速やかにかかりつけ医や身近な医療機関へ相談の上、受診してください

重症化リスクが高い方およびその同居者などの方へ

重症化リスクが高い方およびその同居者や身近で接する方は、感染リスクが高い場面・場所をできるだけ避けてください。4回目のワクチン接種がお済みでない方は特にご注意ください。

ワクチン接種の検討のお願い

若い世代の皆さまも、感染リスクを下げるため、3回目までのワクチン接種を積極的にご検討ください。

事業者の皆さまへ
お願い

医療機関や保健所の負担軽減への協力のお願い

従業員等が療養を開始するにあたり、当該従業員等から医療機関等が発行する検査陽性の証明書等の提出を求めないでください。

陽性または濃厚接触者となった従業員等が職場復帰するにあたり、医療機関等による検査陰性の証明書等の提出を求めないでください。

詳しくは



相談窓口

どのような相談でも
お困りごと相談センター

026-235-7077

8:30~17:15(平日のみ)

かかりつけ医などを持たない方や、
土・日・祝日や夜間など、相談先に迷った場合
受診・相談センター

0269-67-0249

24時間

ワクチン接種のご予約
中野市新型コロナワクチン接種コールセンター

0570-008-522

9:00~17:00(平日のみ)