

# 緊急事態宣言の期間延長に伴う 県民の皆様へのお願い



# 県民の皆様へのお願い

**1 外出の自粛（人との接触機会の最小化）**

**2 県域をまたいだ移動の自粛**

**（不要不急の帰省や観光などは行わない）**

**3 基本的な感染症対策の徹底**

- ・手洗い ・外出時のマスク着用
- ・人との間隔はできるだけ2m空ける
- ・3つの「密」の回避
- ・日々の健康チェック

# 長野県では次の行動や場所での感染例が見られます

- 友人や親戚との長時間にわたる会食
- 家族や友人とのドライブ（長時間の同乗）
- 職場や事務所など屋内で人が多く集まる場所