

令和2年12月24日/長野県

基本は、「できるだけ同居の家族で穏やかに。」

【感染拡大を防ぐため、できるだけ下記のことにご協力ください】

1 人との接触機会を減らしてください

- ・いつもの年末年始なら人と会う機会が増える方も今年は控えて
- ・帰省や初詣、会食や会合、会議や休暇 など 「分散」・「小規模」・「遠隔（リモート）」で

2 会食・茶飲み話等の際は十分に注意してください

- ・会話時のマスク着用・席間の十分な距離の確保を
- ・普段会わない親戚、友人などとの間では特に慎重に

3 地域間の往来（出張・旅行・帰省など）には十分ご注意ください

- ・感染拡大地域※への訪問は控えて
※直近1週間の人口10万人当たりの新規陽性者数が15.0人を上回っている都道府県（首都圏、関西圏など）
- ・感染拡大地域からの帰省や重症化リスクの高い方のお住まいへの帰省は控えて
- ・帰省や観光でお越しになる方は、来訪前2週間は、大人数での会食等のリスクの高い行動を控えて
- ・発熱、風邪症状がある、または、10日以内に症状があった方は帰省を控えるなどの対応を

4 風邪症状等がある場合は特に気をつけてください

- ・まずは外出を控えて
- ・ためらうことなく速やかにかかりつけ医等に相談・受診を

5 基本的な感染防止策を引き続き行ってください

- ・感染防止の3つの基本（身体的距離の確保、人混みの中でのマスク着用、手洗い・手指の消毒）など

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、感染された方やそのご家族、
帰省者や旅行者をあたたく迎えましょう