

## 4連休・夏休みに向けてのお願い ～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～

本県における新型コロナウイルスの感染状況は一定程度抑制されていますが、首都圏を中心に新規陽性者が増加に転じ、感染力が強いと言われる**デルタ株の感染例も増加**しています。

7月22日からは4連休となり、その後、夏休みへと続きます。昨年、第2波が拡大したこの時期の過ごし方は、**第5波の発生を防ぎ、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1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2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

- **感染拡大地域等※への訪問はできるだけ控えるようお願いします。**その他の都道府県への訪問についても、この期間を避けるなど**慎重に検討**してください。
- 県外へ訪問される場合には、大人数での会食等**感染リスクの高い行動を控えて**ください。

※直近1週間の人口10万人当たり新規陽性者数が15.0人を上回っている都道府県及び緊急事態措置・まん延防止等重点措置が行われている都道府県

### 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。
- 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。
- **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。

### 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。