

健やかな新年を迎えるために

～命の大切さに思いを寄せ
穏やかに年末年始を過ごしましょう～

まもなく年末年始を迎えます。通常の年であれば、普段なかなか会うことができない遠方にお住まいのご家族やご親戚、ご友人等が集い、親交を深める大切な時期です。

しかし、現在、新型コロナウイルス感染症の第3波の真っ只中です。お一人おひとりのこれまでの感染防止のご努力、県や市町村の対策強化等により、現時点では何とか踏みとどまっていますが、今後さらに感染拡大が続く、入院患者が増加した場合、医療提供体制に深刻な影響を与えるおそれがあります。

医療を維持し、皆様の命と健康を守るために、これ以上の増加は何としても回避する必要があります。

県も宿泊療養施設の増設等により、医療機関への負荷の低減に全力を尽くしますが、いま必要なのは、県民の皆様お一人おひとりのお力です。

新型コロナウイルス感染症の第3波を乗り越え、健やかな新年となるよう、改めて皆様に次の点についてお願い申し上げます。

(12月11日長野県発表)

感染拡大を防止するために

年末年始のお願い

- ①できるだけ同居のご家族で穏やかに年末年始をお過ごしください。
- ②「分散化」、「小規模化」、「遠隔（リモート）化」にご協力を。
⇒・休暇、帰省、初詣の分散化
・会食、会合の小規模化
・帰省、会議の遠隔化（リモート化）

日常生活でのお願い

- ①風邪症状等がある場合は外出せず、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（特に、高齢の方、基礎疾患のある方など）。
- ②10日以内に風邪症状等があった方は外出を控えるなど、人に感染させないための行動を。
- ③若者や働き盛り世代も、マスク着用等、基本的な感染防止策の徹底を（タクシー・鉄道等の乗車時、会食時も）。

地域間の往来についてのお願い

- ①感染拡大地域への訪問にあたっては、訪問そのものを慎重に検討を。
- ②帰省については、事前にご家族で十分な相談を。特に、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、慎重な判断を。
- ③帰省や観光でお越しになる際は、「信州版 新たな旅のすゝめ」に沿った対応を。

事業者の皆さまへのお願い

- ①改めて業種別の感染拡大予防ガイドラインの遵守・徹底を。
- ②従業員の皆様の休暇の分散取得や在宅勤務・テレワークの促進、発熱時に休みやすい職場環境づくりにご協力を。

年始の市主催行事について (12月15日現在)

市主催行事については、今後の感染拡大状況を注視しながら開催を判断します。開催の場合は感染防止に最大限の注意を払いながら実施します。急激な感染拡大が生じた場合は中止となる場合があります。市からのお知らせや報道にご注意ください。12月15日現在の予定は次のとおりです。

- 開催予定 消防団出初式(縮小して開催予定。13頁参照)、成人式(分散して開催予定。中止の場合は該当者に通知。11月号12頁参照)
- 中止 新年祝賀会 (12頁参照)



で乗り越えよう

差別や偏見で人を傷つけていませんか？

感染症への不安や恐れから、偏見や差別につながる事例が全国各地で起きています。感染者・濃厚接触者・医療従事者等に対する偏見や差別は、許されるものではありません。

新型コロナウイルス感染症は、だれもが感染する可能性があり、市内でも感染例が報告されています。インターネットやSNSなどの情報は、全て真実とは限りません。国や自治体が発信した正確な情報に基づき、冷静に判断し、差別的な発言等に同調しないようにしましょう。

個人権男女共同参画課 ☎71・2406 ☎71・5155

不安やお悩みは下記窓口へ (平日 8:30 ~ 17:15)

◆長野県新型コロナ誹謗中傷等被害相談窓口

☎026・235・7100

◆人権に関する相談窓口

▷みんなの人権 110番 ☎0570・003・110

▷子どもの人権 110番 ☎0120・007・110

▷女性の人権ホットライン ☎0570・070・810

▷外国語人権相談ダイヤル【Foreign-language Human Rights Hotline】(平日 9:00 ~ 17:00)

☎0570・090911

「ココロのワクチンプロジェクト」特設サイト

現在、長野県では、新型コロナウイルス感染症に伴う誹謗中傷等から県民を守る「コロナは思いやりと支えあいで乗り越える“あかりをともしよう”キャンペーン」を展開しています。キャンペーンの一環として、病気への不安から差別や誹謗中傷につながる仕組みについて学び、意識と行動の変容を促す「ココロのワクチンプロジェクト」特設サイトが開設されました。下記サイトから、自分がとる行動や考えをチェックし、思いやりと支えあいの気持ちを広げましょう。



特設サイト ☎ <https://akariwotomoso.com/>