

<上田圏域の皆様へ>

全県の医療提供体制 |

医療非常事態宣言

(8/7 20:00時点)		入院者数	使用率
中等症・軽症者用 (477床)	一般病床 (462床)	283人	61.3%
	専門病床 (15床)	2人	13.3%
重症者用 (43床)	一般病床 (36床)	0人	—
	専門病床 (7床)	0人	—
確保病床使用率		285人	54.8%
4ブロック別の実質病床使用率(重症者専用病床を除く) (8/7 20:00時点)			
北信	東信	中信	南信
61.5%	75.3%	49.5%	62.2%

上田圏域 | レベル6

医療提供体制のひっ迫が懸念される状態

上田圏域の直近1週間の人口10万人あたりの
新規陽性者数 (8/8時点)

714.80人

上田圏域の皆様へのお願い

- ・別添「『医療非常事態宣言』継続にあたってのお願い」にご協力をお願いします。
- ・引き続き、「新型コロナ第7波における県民の皆様へのお願い」(令和4年7月20日)にもご協力をお願いします。

「医療非常事態宣言」 継続にあたってのお願い (9月5日以降)

令和4年9月2日

- ◆確保病床使用率と新規陽性者数を減少に転じさせることができたため、「B A . 5 対策強化宣言」は予定どおり9月4日で終了します。
- ◆一方、医療提供体制の危機的な状況は回避できたものの、
 - ・確保病床使用率は依然として高水準で、確保病床以外にも多くの方が入院
 - ・医療機関・高齢者施設における集団的感染も継続して発生しており、**医療提供体制には大きな負荷**がかかっています。
- ◆加えて、秋の行楽シーズン到来の影響による感染の再拡大に警戒が必要な状況です。
- ◆このため、**「医療非常事態宣言」は継続**します。
- ◆医療提供体制の負荷の軽減に向け、引き続き県民の皆様のご協力をお願いいたします。

1

※下線は「B A . 5 対策強化宣言」発出時からの主な変更箇所

1 「入院患者を増やさない」ことにご協力ください

- 重症化リスクが高い方及びその同居者・身近で接する方は、マスクを外しての会話や換気が不十分な場所等、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。
- 重症化リスクが高い方は4回目までのワクチン接種を、同居のご家族は3回目までのワクチン接種の積極的検討をお願いします。

2

2 「外来診療の負担軽減」にご協力ください

- 重症化リスクが低い方も感染リスクが高い場面をできるだけ避け、感染しない、させないよう、改めて基本に立ち返り、感染防止対策の徹底をお願いします。また、軽症の場合にはあわてて医療機関を受診しないでください。
- 20～40代の方は、若年軽症者登録センターを積極的に活用してください。
- 医療機関を受診する場合にもできるだけ検査キットで自己検査をお願いします。
- 休日夜間の受診はできるだけ控えてください。救急外来及び救急車の利用は、真に必要な場合としてください。
- 重症化リスクが低い方も感染拡大防止の観点からワクチン接種の検討をお願いします。

3

3 事業者の皆様へのお願い

- 事業所においては、休みやすい環境づくりやリモートワークの活用など、感染拡大防止にご協力をお願いします。
- イベントの開催にあたっては、人と人との間隔の確保、屋内での換気、飲食を伴う場合は飲食店に求められる感染防止策等を踏まえた十分な対策を行うことなどの感染対策を改めて徹底してください。なお、十分な対策が困難な場合には、開催内容等の再検討をお願いします。
- 陰性証明等（陽性者の職場復帰の際、または新たに療養を開始する際の検査結果を証明する書類）を従業員に求めないようをお願いします。

4

(重症化リスクが低く、かつ、症状が軽い方へ)

まずは検査キットによる自己検査をご検討ください。

陽性の場合 20～40代の方は、若年輕症者登録センターにオンラインで登録してください。その他の年代の方は、平日の昼間にかかりつけ医等へ相談の上、受診をお願いします。



陰性の場合 偽陰性の可能性もあるので、症状がある間はできるだけ仕事を休むなど外出を控えてください。症状が軽快しても発症から1週間程度は他者に感染させないような行動をお願いします。

検査キットが入手できない場合にもあわてて受診するのではなく、症状に応じて総合感冒薬等を服用して様子を見ていただき、症状が悪化する等の場合にかかりつけ医等へ相談の上、受診していただくようお願いいたします。

5

(陽性者の増加を防ぐために)

ワクチン接種は感染拡大の防止につながります。3回目接種率は、50代以上では8割を超えている一方、20、30代は5割、10代は4割ほどです。若い世代やお子様も含めて、ワクチン接種を改めてご検討ください。



体調が少しでも悪い場合には、まずは外出を控えていただくことを徹底してください。

会食、旅行の際は対策の徹底をお願いします。

- ・会食の際は、マスク会食や黙食を行うとともに、大声での会話や長時間のお店の利用を控え、感染対策が十分でない場合には大人数での飲食を避けてください。
- ・旅行の際は、感染リスクが高い行動は控えるとともに、訪問先の都道府県等からの呼びかけに沿って行動してください。



6

新型コロナ第7波における県民の皆様へのお願い

令和4年7月20日 長野県知事 阿部 守一

医療特別警報（確保病床使用率35%以上）等の発出を避け、社会経済活動をできる限り維持するために、皆様のご協力をお願いします。

1 「ご自身が感染しない。他者を感染させない。」ことを心がけてください

(1) 体調に異変を感じた場合等の対応

- 高齢者など重症化リスクの高い方は、のどの痛み、せき、発熱などの症状がある場合は、速やかに診療・検査医療機関等^{*}へ相談の上、受診してください。
- その他の方は、上記の症状がある場合は、外出を控え、症状が続く場合は、診療・検査医療機関等^{*}へ相談の上、受診してください。
※ かかりつけ医等身近な医療機関や診療・検査医療機関
- 帰省等で高齢者など重症化リスクの高い方と接する機会を持つ場合は、薬局等における無料検査をご活用ください。（なお、陰性でも感染していない確実な保証にはなりませんので、マスク着用等の感染防止対策は継続してください。）
- 新型コロナは、無症状でも他者に感染させてしまうリスクがあるため、体調の異変がいったんおさまった場合でも、混雑した場所への外出やマスクなしでの会話など、リスクの高い行動は控えてください。



(2) 基本的な感染防止対策の徹底

- 屋内と屋外であっても近距離（2m以内程度）で人と会話するときは、不織布マスクを着用してください。
- 手洗い・手指消毒の徹底、換気の徹底、三密の回避は継続してお願いします。特に、エアコン使用時や自家用車内でもこまめに換気してください。

(3) ワクチン接種の検討

- 4回目接種の対象の方（60歳以上の方、基礎疾患のある方等で3回目接種から5か月経過した方等）は、重症化予防のため速やかな接種を検討してください。
- 若年層をはじめとする3回目までのワクチン接種がお済みでない方は、感染・重症化予防に加え、いわゆる後遺症からご自身を守るためにも、ぜひ接種をご検討ください。



2 状況に応じた「メリハリのある行動」を心がけてください

医療関係者等のご尽力で、新型コロナ病床520床、宿泊療養施設5施設、診療・検査医療機関669機関、検査可能数18,330件（一日あたり）、3回目ワクチン接種率67.0（対全県民 R4.7.10）となっています。

(1) マスク着用

場面に応じて適切に着用してください。屋外で近距離での会話をしない時は必ずしも着用していただく必要はありません。熱中症にもご注意ください。

(2) 会食

「新たな会食のすゝめ」を確認してください。「信州の安心なお店」等感染対策をとっているお店を選び、マスク会食や黙食を徹底し、大声での会話や長時間の利用を控えるなど、対策を講じながらお楽しみください。



会食のすゝめ

(3) 旅行

「新たな旅のすゝめ」を確認してください。全国的に陽性者が増加していることから、感染リスクが高い行動はできるだけ控え、訪問先の都道府県等からの呼びかけに注意して行動してください。また、ワクチン接種や検査の活用により、安心なご旅行をお楽しみください。



旅のすゝめ

3 事業者の皆様は社会機能を維持するための対策を改めて検討してください

(1) 事業継続計画（BCP）の点検・策定

従業員が陽性者や濃厚接触者となることによる欠勤者の増加も視野に入れ、事業継続計画（BCP）を点検・策定してください。

(2) 在宅勤務・テレワーク、時差出勤等の導入

在宅勤務・テレワーク、時差出勤等を積極的に導入し、対応可能な場合は、職場に出勤している職員が通常より少なくなるようにしてください。

※ B A. 5 系統に係る知見の蓄積等により、お願いの内容を変更する場合があります。

【感染警戒レベル4の圏域の皆様へのお願い】

- 混雑した場所や感染リスクの高い場面・場所へ外出・移動する際は十分注意してください。（特措法第24条第9項）
 - ・ 人との距離（マスク有でも最低1m）が確保できない場所や換気が不十分な施設などは避けてください。
 - ・ 重症化リスクの高い方及びこれらの方と日常的に接する方、ワクチン未接種の方は特に注意してください。
 - ・ 感染拡大予防ガイドラインを遵守していない等、感染防止対策が不十分な店舗や施設の利用は控えてください。
- 家庭内でも日頃からこまめな換気・手洗いを行うとともに、同居の方に体調不良の方、濃厚接触者等がいる場合には、お互いにマスクを着用するなど十分注意してください。
- 商業施設・観光施設など、不特定多数の方を受け入れる施設の管理者の皆様は、状況に応じ入場制限等を実施してください（特措法第24条第9項）
 - ・ 入場者数の制限（人と人との距離を概ね2メートル程度確保）
 - ・ 施設内での物理的距離の確保
 - ・ 十分な換気
 - ・ 客が手を触れられる箇所の定期的な消毒
 - ・ 客の健康状態の聞き取り、入口での検温