～医療への負荷を抑えて「命」を守るために～

市長メッセージ

10 月中旬以降の感染再拡大を受けて医療提供体制のひっ迫が懸念されるとして、県は11月４日、全県を対象に「医療特別警報」を発出しました。

その後も新規感染者が増え続け、確保病床使用率が 56.9%に上昇したことを受け感染の第８波に入ったとして、11 月 14 日に「医療非常事態宣言」が発出されたところです。

全国的にも新規感染者数が増加しており、本市を含む長野圏域の感染警戒レベルは「５」（最大警戒）※1になっています。

今冬において懸念される、第７波を上回る感染拡大や季節性インフルエンザとの同時流行に備え、真に必要な方が適切な治療を受けることが出来るように、これ以上の感染拡大を食い止めるとともに、できるだけ医療現場の負担を軽減させる取組が必要です。

本市は、社会経済活動と新型コロナ対策の両立を目指す国・県の方針も踏まえ「長野市新型コロナウイルス感染症対応方針」により、市民・事業者の皆様に御協力を呼びかけているところですが、私から特に、次の３点の御協力をお願いいたします。

1　重症化リスクが高い方※2及びその同居者・身近で接する方は、新型コロナウイルス感染に最大限警戒してください。

マスクを外しての会話や換気が不十分な場所等、感染リスクの高い場面・場所を最大限避けてください。

2　重症化リスクの高い方は、オミクロン株対応ワクチンを速やかに接種していただくことを強く推奨します。季節性インフルエンザワクチンの早期接種も併せて※3検討してください。

3　発熱等の症状がある場合は外出を控え、重症化リスクが高い方は早めに受診し、それ以外の方は、できるだけ新型コロナの検査キット※4による自己検査をお願いします。

発熱等の体調不良時に備え、あらかじめ、薬局等で検査キットや解熱鎮痛薬

等を購入し、自己検査やセルフケアに備えていただくようお願いします。

長野市は、引き続き国・県と連携し、経済活性化対策も含めた、感染状況に応じた取組を実行してまいりますので、御理解と御協力をいただきますようお願いいたします。

令和４年 11 月 15 日
長野市長　荻原　健司

※１　基準値:圏域の人口 10 万人あたり直近 1 週間の新規感染者数 450 人以上がレベル「５」
11 月 14 日における長野圏域の上記新規感染者数は 790.68 人

※２　65 歳以上の高齢者、基礎疾患がある方、妊婦など

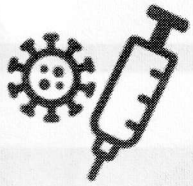
※３　季節性インフルエンザワクチンと新型コロナウイルスワクチンは同時に接種できる
新型コロナウイルスワクチンの接種間隔は 5 カ月から 3 カ月に変更されている

※４　薬事承認された抗原定性検査キット

この冬は、ワクチン接種・新型コロナ抗原定性検査キット・解熱鎮痛薬の準備を

！ 新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザが同時に流行すると、発熱外来がひっ迫する可能性があります。

感染が拡大する前の接種をご検討ください

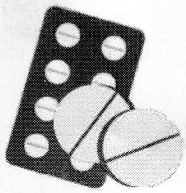


- **新型コロナワクチンの接種**
  新型コロナワクチンの早期の接種をお願いします。
- **インフルエンザワクチンの接種**
  65歳以上の方などの定期接種対象者で、
  接種を希望される方は早めの接種をお願いします。

（新型コロナワクチンについて）

（インフルエンザワクチンについて）

発熱などの体調不良時にそなえて、早めに購入しておきましょう



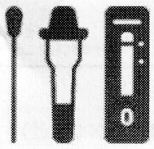
- **新型コロナ抗原定性検査キット**
- **解熱鎮痛薬**

（市販の解熱鎮痛薬について）

かかりつけ薬剤師・薬局にお気軽にご相談ください。

チェック！

（受診・相談センターについて）



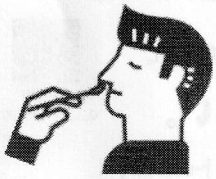
あわせて確認しておきましょう

- **電話相談窓口などの連絡先**
  受診・相談センターなどお住まいの地域の相談窓口、「救急車利用マニュアル」の参照や＃7119（救急要請相談）、＃8000（こども医療相談）など

その他、生活必需品なども用意しておきましょう。
（体温計・日持ちする食料（5～7日分）など）

（救急車利用マニュアルについて）

国が承認した新型コロナ抗原定性検査キットを選びましょう



「研究用」ではなく国が承認した「医療用」もしくは「一般用」のキットを使用してください。

医療用　一般用

国が承認した検査キットの一覧

（医療用）　（一般用）

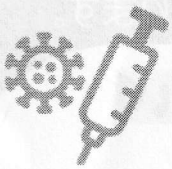
ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare

（厚生労働省 相談窓口）

日本医師会 Japan Medical Association
日本薬剤師会 Japan Pharmaceutical Association
日本看護協会
全日本病院協会
日本病院会 Japan Hospital Association
日本精神科病院協会
日本医療法人協会
日薬連
医機連
Keidanren Policy & Action
日本商工会議所
全国中小企業団体中央会
全国知事会
全国保健所長会
新型コロナウイルス等感染症対策推進室
総務省消防庁
文部科学省
経済産業省
NIID

新型コロナウイルスの重症化リスクの高い方
（高齢者、基礎疾患を有する方、妊婦など）・
小学生以下の子どもと保護者の方へ

感染が拡大する前の接種をご検討ください



・新型コロナワクチンの接種
新型コロナワクチンの早期の接種をお願いします。

・インフルエンザワクチンの接種
65歳以上の方などの定期接種対象者で、
接種を希望される方は早めの接種をお願いします。

（新型コロナワクチンについて）

（インフルエンザワクチンについて）

喉の痛みや発熱などの症状が出たら…

新型コロナウイルスの重症化リスクの高い方は

速やかに発熱外来（診療・検査医療機関）を受診してください。

新型コロナ抗原定性検査キットで陽性が確認された場合は、その結果を受診時に医師に伝えてください。

かかりつけ医がいる場合　**かかりつけ医にご相談ください。**

（受診・相談センターについて）

受診を迷った場合　**電話相談窓口などをご利用ください。**

受診・相談センターなどお住まいの地域の相談窓口、
「救急車利用マニュアル」の参照や＃7119（救急要請相談）など

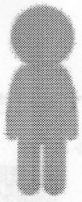
以下の項目や疾患に該当する方は新型コロナウイルスの
重症化リスクが高いと考えられるため、早めに相談・受診しましょう。

（救急車利用マニュアルについて）

- □ 65歳以上である　□ 喫煙歴がある　□ 妊娠している　□ 肥満（BMI30以上）
- □ 糖尿病　□ がん　□ 慢性腎臓病　□ 脳血管疾患　□ 慢性呼吸器疾患（COPDなど）
- □ 高血圧　□ 脂質異常症　□ 心血管疾患　□ 免疫機能の低下の可能性がある

小学生以下の子どもは

かかりつけ医はじめ地域の小児科医などにご相談ください。



特に、子どもの場合は、症状は年齢などによって様々です。
機嫌がよく、辛そうでなければ、慌てずに様子を見たり、かかりつけ医にご相談ください。

（救急車利用マニュアルについて）

受診を迷った場合
夜間や休日の場合　**電話相談窓口などをご利用ください。**

「救急車利用マニュアル」、「こどもの救急」等関係Webサイトの参照や
＃7119（救急要請相談）、＃8000（こども医療相談）など

２歳未満では新型コロナ、５歳未満ではインフルエンザ、基礎疾患のある子どもは年齢にかかわらず両方の重症化リスクがありますので、心配なことがあれば、予めかかりつけ医と対応を相談しておきましょう。

（こどもの救急について）

日本医師会 Japan Medical Association　日本薬剤師会 Japan Pharmaceutical Association　日本看護協会　ひと、くらし、みらいのために 厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare（厚生労働省 相談窓口）　全日本病院協会　一般社団法人日本病院会 Japan Hospital Association
公益社団法人日本精神科病院協会　一般社団法人日本医療法人協会　日薬連　医機連
Keidanren Policy & Action　日本商工会議所　全国中小企業団体中央会
全国知事会　全国保健所長会　新型コロナウイルス等感染症対策推進室　総務省消防庁　文部科学省　経済産業省　NIID

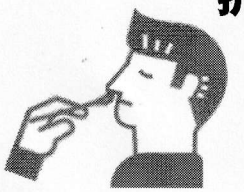
新型コロナウイルスの
重症化リスクの低い方へ
（高齢者、基礎疾患を有する方、妊婦などと小学生以下の子ども以外の方）

新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザが
同時に流行すると、発熱外来がひっ迫する可能性があります。

流行時は、発熱外来の予約が取りづらくなります。
重症化リスクの高い方を守るため、
健康フォローアップセンターをご活用ください。

喉の痛みや発熱などの症状が出たら…

まずはご自身で新型コロナ
抗原定性検査キットで検査してください。



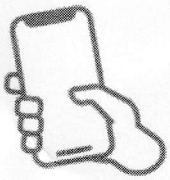
「研究用」ではなく国が承認した「医療用」もしくは「一般用」のキットを使用してください。

医療用　一般用

国が承認した検査キットの一覧

（医療用）　（一般用）

陽性だった場合は、地域の健康フォローアップセンターに登録して自宅療養をお願いします。



- 体調変化時には、健康フォローアップセンターにご連絡ください。
- 検査キットの結果が陰性でも新型コロナやインフルなどに感染している場合があります。感染拡大を防ぐため、体調不良が続くときは、自宅で療養をお願いします。

（健康フォローアップセンターについて）

受診を迷った場合

電話相談窓口などをご利用ください。

（受診・相談センターについて）

受診・相談センターなどお住まいの地域の相談窓口、「救急車利用マニュアル」の参照や＃7119（救急要請相談）、＃8000（こども医療相談）など

症状が重いなど受診を希望する場合

（救急車利用マニュアルについて）

受診・相談センターに相談し、
かかりつけ医・発熱外来の受診や電話診療・オンライン診療をご検討ください。

新型コロナワクチンの早期の接種をお願いします

日本医師会 Japan Medical Association　日本薬剤師会 Japan Pharmaceutical Association　日本看護協会　厚生労働省 Ministry of Health, Labour and Welfare（厚生労働省 相談窓口）　全日本病院協会　日本病院会 Japan Hospital Association

日本精神科病院協会　日本医療法人協会　日薬連　医機連

Keidanren Policy & Action　日本商工会議所　全国中小企業団体中央会

全国知事会　全国保健所長会　新型コロナウイルス等感染症対策推進室　総務省消防庁　文部科学省　経済産業省　NIID