

上田市長から感染拡大防止等のお願い

- 1 手洗いや消毒、せきエチケットなど感染予防を徹底しましょう。
 - 2 「密閉空間」、「密集場所」、「密接場面」の3つの密を避けましょう。
 - (1) 人との接触はできるだけ避け、昼夜・内外を問わず不要不急の外出は自粛しましょう。
 - (2) 身近な医療現場を守るため、発熱など風邪の症状がある方は外出を控え、保健所や、かかりつけ医に相談した上で、医療機関を受診しましょう。
 - (3) 日常生活に必要な買い物はできる限り少人数で、混雑する場所や時間帯を避けましょう。買い占めなどは行わないでください。
- 「もっテイク上田」や「ロケ弁」など市内飲食店等のテイクアウトや宅配を利用し、地域全体で支え合いましょう。
- 3 人権への配慮を第一に、感染者、医療関係者、感染拡大地域からの方などへの不当な差別や偏見はやめましょう。
 - 4 新型コロナウイルス感染拡大に便乗し、「特別定額給付金」などを狙った特殊詐欺には気をつけましょう。