

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）に感染した 患者さん・ご家族・周囲の方々へ

◎自宅療養について

- 発症した後5日、かつ症状が軽快*した後1日を経過するまでは、できるだけ自宅に待機してください。
特に発症後5日間は他人に感染させるリスクが高くなっています。また、10日間が経過するまでは、ウイルス排出の可能性があることから、マスクを着用したり、高齢者等のハイリスク者と接触は控えるなど、周りの方へうつさないよう配慮しましょう。
※症状が軽快とは、熱が下がり、咳やのどの痛みなどが軽減することです。
- 発熱、咳、のどの痛み、鼻水・鼻づまりなどの症状が続いている間はできるだけ外出しないでください。
発症後10日を過ぎても咳やくしゃみ等の症状が続いている場合には、マスクの着用など咳エチケットを心がけましょう。症状が重い場合は、医師に相談して下さい。

		発症当日 0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目
例1	発症後1日目に症状軽快	発熱等 	軽快 	軽快後1日目 	軽快後2日目 	軽快後3日目 	軽快後4日目 		
		出席停止	—————→						出席可
例2	発症後2日目に症状軽快	発熱等 	発熱等 	軽快 	軽快後1日目 	軽快後2日目 	軽快後3日目 		
		出席停止	—————→						出席可
例3	発症後3日目に症状軽快	発熱等 	発熱等 	発熱等 	軽快 	軽快後1日目 	軽快後2日目 		
		出席停止	—————→						出席可
例4	発症後4日目に症状軽快	発熱等 	発熱等 	発熱等 	発熱等 	軽快 	軽快後1日目 		
		出席停止	—————→						出席可
例5	発症後5日目に症状軽快	発熱等 	発熱等 	発熱等 	発熱等 	発熱等 	軽快 	軽快後1日目 	
		出席停止	—————→						出席可

※注意※

幼稚園児・保育園児・小中高等学校生・大学生等は学校保健安全法に基づいて上記の療養期間が定められています。
社会人の場合の出勤可能日については、勤務先のルールに従って下さい。

◎手をこまめに洗いましょう

- 咳、くしゃみをした後には手を洗うことを心がけましょう。
- 石けんと水道水で、15～20秒間は洗いましょう。
- アルコール手指消毒剤も効果的です。

◎濃厚接触者について

令和5年5月8日以降は、5類感染症に移行することから、一般に保健所から新型コロナ患者の「濃厚接触者」として特定されることはありません。また、「濃厚接触者」として法律に基づく外出自粛は求められません。

◎感染者のご家族・同居している方は、以下の点に注意しましょう

- 感染している方のご家族・同居している方とは可能であれば部屋を分けるとよいでしょう。
- 感染している方のお世話は、限られた人で行いましょう。
- ご家族・同居している方が外出する場合は、感染している方の発症日を0日として、5日間は体調に注意して下さい。7日目までは発症する可能性があります。
- ご家族・同居している方は、手洗い等の手指衛生や換気等の基本的感染対策のほか、マスクの着用や高齢者等のハイリスク者と接触を控えるなどの配慮をしましょう。
- ご家族・同居している方に症状が見られた場合は、外出を控え、簡易キットでの検査等を行いましょう。