

## 新型コロナウイルス感染症と診断された方へ

R4.9 山口県新型コロナウイルス感染症対策室

### 1 自宅療養者フォローアップセンターへの登録

発生届の届出対象外となられた方には、保健所からの連絡はございませんが、山口県では、自宅療養中の体調急変時における健康相談や生活相談を円滑に行うため、「**自宅療養者フォローアップセンター**」を設置しておりますので、必ずご登録いただきますようお願いいたします。


なお、体調が変化した場合は、すみやかに「**自宅療養者フォローアップセンター**」にご連絡、ご相談ください。

### 2 職場・学校等への連絡

あなたが陽性になったことを、職場や学校など所属に対し、ご連絡をお願いいたします。

### 3 療養中の過ごし方

療養期間中は、感染拡大を防ぐため、外出の自粛をお願いいたします。

|   |        | 0日目   | 1日目                          | 2日目 | 3日目 | 4日目 | 5日目        | 6日目  | 7日目               | 8日目  | 9日目               | 10日目 | 11日目 |
|---|--------|-------|------------------------------|-----|-----|-----|------------|------|-------------------|------|-------------------|------|------|
| <br>自宅療養者<br>宿泊施設療養者 | 症状のある方 | 発症日   | 不要不急の外出自粛 (発症日を0日目として7日間) ※1 |     |     |     |            |      |                   | 療養解除 | 検温など自主的な感染予防行動の徹底 |      |      |
|   | 症状のない方 | 検体採取日 | 不要不急の外出自粛 (検体採取日を0日目として7日間)  |     |     |     |            |      |                   | 療養解除 | ※2                |      |      |
|   |        |       | 不要不急の外出自粛 ※3                 |     |     |     | 抗原検査キット 陰性 | 療養解除 | 検温など自主的な感染予防行動の徹底 |      | ※2                |      |      |

※1 症状の軽快が7日目以降となった場合、療養終了は、症状軽快日から24時間経過後となります。

※2 療養が解除になっても、症状がある方は10日間、症状がない方は7日間が経過するまでは、**感染リスクがあります**。

- ✓ 検温など自身による健康状態の確認
- ✓ 高齢者等ハイリスク者との接触、ハイリスク施設への不要不急の訪問、感染リスクの高い場所の利用や会食等を避けること
- ✓ マスクを着用すること等、自主的な感染予防行動の徹底をお願いいたします。

※3 抗原定性検査キットは、小学校4年生以上が用いることを想定しているため、それ以下の年齢の方については、7日間の療養となります。

#### <療養期間中の外出について>

有症状の場合で症状軽快から24時間経過後又は無症状の場合

⇒ 次のとおり自主的な感染予防行動を徹底することを前提に、食料品等の買い出しなど必要最小限の外出を行うことは差し支えありません。

- ・外出時や人と接する際は短時間とし、必ずマスクを着用すること
- ・移動時は公共交通機関を使わないこと 等

【裏面につづく】

診断された医療機関において、患者さんにお渡しくださいますようお願いいたします。

#### 4 療養証明書

保健所から療養証明書の発行は行いませんので、ご理解ください。

#### 5 感染の可能性がある方のチェック

あなたと接触し、感染の可能性がある方のチェックをお願いします。

※ あなたが陽性者になったことを、感染可能期間中に接触した方に対し、ご連絡をお願いします。

##### <感染の可能性がある方をチェック>

あなたと、感染可能期間中（※）に接触した方はいますか。

※ 感染可能期間とは、あなたの発症日（無症状の場合は、検体採取日）の2日前から現在までの期間。

期間中に接触した人がいる

接触した人がいない

あなたと接触した人は、手が触れる距離（1m程度）で、15分以上、マスクをせずに会話をしましたか。

例）「会話をしながら食事をした」  
「換気の悪い場所で長時間の会話をした」など

感染の可能性はありません。

した

していない

**感染の可能性があります。**

感染の可能性は低いと思われます。

- ・外出を制限する必要はなし。
- ・ただし、あなたと最終接触した日の翌日から7日間は、高齢者との接触や不特定多数の人が集まる場などへの参加を控えること。

#### 6 感染可能期間中に接触した方への案内

感染可能期間中に接触した方に対し、県ホームページに掲載している「新型コロナウイルス陽性者と接触のあった方へのお願いについて」（緑色リーフレット）をご案内ください。

#### 7 療養終了までの流れ

陽性と診断されてから療養終了までの流れは、県ホームページをご確認ください。

検索 山口県 コロナ 診断された方へ



山口県ホームページ

※ 下関市にお住まいの方は、下関市ホームページをご確認ください。

#### 8 「自宅療養者フォローアップセンター」の相談窓口

健康相談

療養期間中に症状が悪化した場合

083-920-5800（24時間対応）

生活相談

療養期間や食事等に関するご相談

電話（毎日9～20時）

又はWEB（24時間対応）

電話番号・URLは、登録後にお知らせします。