

## 新型コロナウイルス感染症の陽性者・濃厚接触者になられた方へ ～ 自宅で療養・待機をされる皆さまへのお願い ～

新型コロナウイルス感染症の検査で陽性となられた方が自宅療養をされる場合、及び濃厚接触者となられた方が自宅待機される場合の注意事項や守っていただきたい事項をまとめましたので、よくお読みください。

一日も早く新型コロナウイルス感染症の収束を迎えるために、皆さまのご協力をお願いいたします。

### 1. 陽性者・濃厚接触者となられた方の自宅療養・待機について

新型コロナウイルス感染症の検査で陽性となられた方（以下「陽性者」といいます。）のうち、自宅療養の対象となる方は、「軽症」もしくは「無症状」と診断された方で、保健所において自宅療養が可能と判断された方です。

また、陽性者と濃厚接触があった方（以下「濃厚接触者」といいます。）には、自宅待機をしていただきます。

#### 【自宅療養・自宅待機期間について】

対 象		期 間（解除の基準）
陽 性 者	自宅療養	自宅療養開始後、保健所が療養解除の判断をするまでの期間。 ア 有症状の方 症状が出現した日を0日として10日間、かつ症状軽快後72時間経過している場合（11日目に解除）。 イ 無症状の方 陽性確定に係る検体採取日を0日として7日間（8日目に解除）。 ただし、療養期間中に症状が出現した場合は、症状が出現した日からアの基準が適応されます。
濃厚接触者	自宅待機	陽性者と接触した最後の日を0日として5日間（6日目に解除）。 ただし、待機期間の2日目と3日目に薬事承認された抗原定性検査キットを使用し、2回連続で陰性を確認した場合は、3日目から待機解除可能。 （保育園等の園児、小中学校の児童、生徒は原則5日間）。

### 2. 陽性者の自宅療養期間中の注意点

- (1) 自宅療養中は、感染拡大防止のため、外出しないでください。
- (2) 自宅内ではできるだけ専用の個室を用意し、家族との接触がないようにしてください。  
廊下やトイレなど共有スペースに出る場合は、不織布マスクを着用してください。食事は自室の前に置いてもらうなどし、家族と接触しないようにしてください。  
\*厚生労働省「家庭内でご注意いただきたいこと～8つのポイント～」を参考にしてください。  
また、お子さんが感染された場合は、厚生労働省「お子さまが新型コロナウイルスに感染した際の対応について」も参考にしてください。
- (3) 自宅療養中は、触れたものや排泄物にウイルスが含まれているため、ゴミ出しはしないでください。ゴミは、自宅療養期間の終了後、厳重に密閉して一般ゴミとして廃棄してください。  
鼻をかんだティッシュや使用したマスク等も密閉して捨ててください。  
\*ゴミの捨て方は、環境省「新型コロナウイルスなどの感染症対策としてのご家庭でのマスク等の捨て方」を参考にしてください。

(4) 自宅療養中は、健康状態の把握に支障を来したり、症状悪化の恐れがあるため、喫煙、飲酒は禁止です。

※ 濃厚接触者も、自宅待機期間中は陽性者に準じた行動をお願いいたします。

### 3. 陽性者の自宅療養中の健康観察について

- (1) 1日2回（朝・夕）の決まった時間に、体温測定、血中酸素飽和度（SpO<sub>2</sub>）（測定機器：パルスオキシメーターをお持ちの方）、体調の確認を行い、記録しておいてください。
  - ・血中酸素飽和度を測る機器（パルスオキシメーター）は、原則として陽性者となられた65歳以上の方にのみ保健所から貸出しとなります。ご自宅前に配達しましたらお電話させていただきますので、確認してください。療養期間が終了したら返却してください。詳しい使用方法は添付の説明書をご覧ください。
- (2) 陽性者には、自宅療養中、保健所で健康観察（健康状態の確認）を行います。
  - ・保健所職員より電話をしますので、健康状態について報告してください。順番に電話をかけることになるため、ご連絡の時間は一定ではありませんのでご了承ください。保健所からの健康観察の電話は、健康状態によって毎日または2日に1回となります。
  - ・症状が悪化した場合には、保健所からの健康観察の電話を待たずに、保健所（023-616-7274）に連絡してください。
  - ・夜間の発熱など、一晩様子が見れる場合は処方薬や市販薬を飲み、翌日の健康観察の時にお知らせください。
  - ・救急車を呼ぶような緊急性が高い場合には、保健所（023-616-7274）に電話してください。夜間は山形市役所に転送され、守衛につながりますので、「コロナ陽性で自宅療養中です。保健所の職員と連絡を取りたいです。」とお伝えください。保健所から折返しの電話をします。
- (3) 陽性者と同居されている方は、濃厚接触者にあたります。陽性者と同様に、健康観察をお願いします。濃厚接触者になられた方に症状が出現した場合には、保健所に報告してください。

### 4. 陽性者・濃厚接触者となられた方の災害時の対応について

- (1) 台風の襲来等、事前に災害発生の可能性が予測される場合は、健康観察時等に避難の必要性についてお聞きすることがあります。
- (2) 自宅療養中に災害の発生が予測される場合は、避難等の災害対応に必要な最小限の情報（自宅療養者の住所、氏名等）について、市の防災担当課に提供し、避難等の対応を協議することがあります。
- (3) 自宅療養中に避難行動が必要となる場合は、可能な限り、避難所以外（安全が確保できる自宅、親戚宅等）での生活をお願いします。ご自身で避難場所が確保できない場合は、市からの情報・指示に従っていただきます。

#### <参考>

- ・陽性者が自宅療養中に外出を行った場合は、保健所より入院の勧告が行われ、この入院勧告に従わない場合は、入院措置（即時入院）をとることになります。
- ・また、上記の勧告又は措置によって入院した場合の入院費用は保険適用分を除き自己負担となります。
- ・さらに上記の入院措置に反して逃げ出した場合や入院しなかった場合については、罰則（50万円以下の過料）が設けられています。

【担当】山形市保健所健康増進課 精神保健・感染症対策室  
感染症予防第一・第二係  
電話 023-616-7274