

コロナに感染したら

自宅療養期間は、原則7日間かつ症状軽快後24時間経過するまで

→例えば、感染が確認されて7日たって回復した場合は、その後24時間後

Q. 自宅療養と言われたのですが、入院やホテル療養はできないのでしょうか？

A. 無症状や軽症で基礎疾患や重症化リスクのない人には、自宅療養をお願いしています。同居家族に重症化リスクの高い人がいて隔離が難しいなどの理由で自宅療養が難しい場合は、保健所に御相談ください。

Q. 自宅療養中の食料調達はどうしたらよいのでしょうか？

A. 有症状の場合で症状軽快後24時間経過後（又は無症状の場合）は、人と接する際には必ずマスクを着用するなど、自主的な感染対策を徹底していただくことで、食料品等の買い出しなど生活に必要な最小限の外出はかまいません

なお、自宅療養者のうち、家族や親族等から支援を受けられない等の理由で、物資の提供が必要な方には、静岡県から5日分の食料品等をお送りしていますので、保健所にお問い合わせください。また、市町によっては、独自に自宅療養者への食料品等の配布を行っている場合もあります。

Q. 自宅療養期間が従来の原則10日間から原則7日間かつ症状軽快後24時間経過した場合に短縮されましたが、注意することはありますか？

A. 発症した場合、10日間が経過するまでは、感染リスクがあることから、10日間を経過するまでは、①検温など健康状態の確認、②外出時はマスク着用、③高齢者など重症化リスクの高い方との接触等は避ける、④感染リスクの高い場所の利用や会食等は避ける、などの感染対策をお願いします。

Q. 感染がわかってから1度も発症していない場合（無症状病原体保有者）の療養期間は、原則7日間で、5日目に陰性が確認できれば6日目から療養解除されるのですが、検査はどのように受けたらいいですか？また、注意点はありますか？

A. 薬局で市販されている抗原定性検査キット（薬事承認されたもの）を使って、ご自身で検査を行って下さい。（費用は自己負担(会社で行う場合は会社負担)）

検査結果が陰性の際は、保健所への療養解除の確認は不要です。

7日間を経過するまでは、感染リスクがあることから検温や外出時のマスク着用などの感染対策をお願いします。

Q. 自宅療養期間が終了するときに、検査をしてもらえるのでしょうか？

A. 行政機関では、療養期間が終了する際に検査をすることはありません。

なお、職場等で勤務を再開する際に、職場等に証明を提出する必要がないことを厚生労働省が示しています。

その他、よくある質問は静岡県ホームページを御覧ください。

https://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-420a/c19faq/c19faq_top.html

静岡県 コロナ よくある質問



もしもあなたが濃厚接触者になったら

①保健所がコロナに感染された方から行動歴を聞き取り、濃厚接触者を特定します。（保健所が特定するのは、原則、同居家族のみ）

②陽性者などを介して濃厚接触者に連絡があります。

学校等で感染者が発生した場合、学校等が濃厚接触者を特定し連絡する場合があります。



周囲で陽性者が発生し、ご自身の体調が優れない場合は、保健所からの連絡を待たず、かかりつけ医等に御相談してください。

③定められた期間、自宅待機します。



陽性者と最後に接触した翌日から**原則5日間、自宅待機**をお願いします。なお、**2,3日目の2回、抗原定性検査で陰性を確認した場合は、3日目の陰性確認後から外出できます。**

☆濃厚接触者への検査の実施

濃厚接触者に対する検査は、保健所が必要と判断した場合のみ行います。検査で一度陰性が確認された場合でもその後陽性になる場合もあるため、陽性者と最後に接触した翌日から**原則5日間は不要不急の外出を控える**ようお願いします。

☆家庭内での過ごし方

- ・なるべく個室で、食事は別
- ・個室内以外の場面ではマスクを
- ・洗面・風呂は最後



仮に感染していても、家族への感染を防げるような対策を。

☆自宅待機中に具合が悪くなったら

- ・かかりつけ医等に御相談してください。
- ・発熱等診療医療機関※を受診する際は必ず事前に電話で、濃厚接触者であることと、現在の症状を伝えてください。



自宅待機期間終了

5日間が経過すれば(又は2,3日目に抗原定性検査で陰性を確認できれば)、自宅待機期間終了となります。職場復帰等にあたり、保健所等への連絡は不要です。

※発熱等診療医療機関は、県ホームページで確認するか、発熱等受診相談センターへお問い合わせください。

静岡市にお住まいの方：054-249-2221

浜松市にお住まいの方：0120-368-567

上記以外の市町にお住まいの方：050-5371-0561

