

自宅待機期間の考え方について

～ 新型コロナウイルス感染症の陽性になった方へ～



自宅待機期間の考え方（令和4年9月7日から適用）

		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
 自宅療養者 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）							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			
			不要不急の外出自粛				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				

療養中の過ごし方

- ✓原則、外出は自粛してください。
- ✓症状軽快から24時間経過後又は無症状の場合には、生活必需品の買い出しなど必要最低限の外出は可能です。ただし、自主的な感染予防対策を徹底してください。

救急相談先

- ✓救急車を呼んだほうが良いかどうか迷った場合
 - ・一般向け救急電話相談：「#7899」
 - ・子どもさんの急な病気などへの対応：「#8000」

療養解除後の注意点

- 療養が解除になっても、症状がある方は**10日間**、症状がない場合は**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急不要の訪問、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します。