

新型コロナウイルス感染症と診断された方へ

療養先	<p>外出を控え、自宅療養をしてください。</p> <p>59 歳以下の方には新潟市からの調査連絡をしません(連絡差し上げる場合もあります)。県自宅療養グループからの連絡をお待ちください。60 歳以上の方には保健所から電話をします。</p> <p>※新型コロナの重症化が想定される場合入院、宿泊療養を調整します。</p>
療養期間中	<p>新潟県自宅療養グループより連絡があります。</p> <p>健康観察(アプリまたは電話等で相互連絡をし、必要に応じてオンライン診療が実施されます。)</p>
療養終了時	<p><u>保健所からの連絡はいたしません。</u></p> <p>下記の療養期間にてご確認いただき、期間が経過すれば療養は終了です。</p> <p>※陰性を証明するための PCR は不要です。</p> <p>※健康観察を行う中で、無症状だったが症状が出た場合や、症状が解除に近くなっても続く場合などは療養期間を延長し保健所から連絡をする場合があります。</p>

療養期間 ※有症状者は発症日の翌日から 10 日間、無症状者は検体採取の翌日から 7 日間です。

	発症日	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
例	7/1	7/2	7/3	7/4	7/5	7/6	7/7	7/8	7/9	7/10	7/11	7/12
【有症状】		療養期間 10 日間、発症日の翌日から 10 日経過かつ症状軽快後 72 時間経過で療養解除										外出可能
【無症状】	検体採取日	1 日目	2 日目	3 日目	4 日目	5 日目	6 日目	7 日目	8 日目			
		療養期間 7 日間※症状が出た場合は、症状が出た翌日から 10 日間							外出可能			

療養中の生活における注意点

- ・毎日検温などの健康観察をしてください。
- ・外出や周囲の方との接触は避けてください。
- ・感染拡大防止のため、陽性者ご本人は外出せず、自宅で過ごしてください。
- ・外部からの不要不急の訪問者は受け入れないようにしてください。
- ・家庭内では分離ができる方は別室で生活し、空間的な分離ができない方はマスク着用、手指消毒、手洗いをし、物の共用は避けて過ごしてください。
- ・県医療調整本部自宅療養グループの健康観察に回答してください。電話でのやりとりまたはアプリ等で相互連絡し、必要に応じてオンライン診療が実施されます。

※新潟県自宅療養グループから連絡が来るまでの間に体調に変化があった場合は新潟市保健所(025-212-8194)にご相談ください。

療養証明書の発行について (希望される方)

保険会社への提出などのため、療養を終了された方で療養証明書の発行を希望される方は、新潟市ホームページ「陽性者・濃厚接触者となったかたへ」よりお申し込みください。証明書の申請は療養終了後にお願いします。

濃厚接触者について

下記の方は、濃厚接触者になります。該当する方には、陽性者の方から連絡をして下さい。(職場・学校等を含む)

濃厚接触者の方は、原則5日間の自宅待機(不要不急の外出の自粛)をお願いします(下記待機期間参照)

- 同居家族
- 陽性者の発症日(無症状の場合は検体採取日)の 2 日前から1m以内の距離でマスクなどの必要な感染対策なしで15分以上接触した方

(参考)濃厚接触の可能性が高い場面の例

- ・ 近距離で、飲食しながら会話をした
- ・ 休憩室や更衣室等でマスクをせずに会話をした
- ・ 喫煙所で、一緒に喫煙した
- ・ 近い座席で長時間を過ごした
- ・ 換気悪い空間(社内等を含む)で長時間一緒に過ごした

【原則】

不要不急の外出自粛(自宅待機) ※症状が出てきた場合、速やかに医療機関に電話で相談の上、受診をしてください。

【待機期間】

陽性者の発症日(無症状の場合:検体採取日)または最終接触日(同居家族の場合:家庭内での感染対策【※】を開始した日)のいずれか遅い方を 0 日として、5日間。

【※】家庭内での可能な感染対策

- ・ マスク着用、手洗い、手指消毒
- ・ 住居内の消毒(トイレや洗面所のアルコール消毒など)
- ・ 物資(タオル等)の共有を避ける
- ・ 陽性者が最後に入浴し、入浴後のお風呂掃除など

- ・ 感染対策ができない方は、陽性者の療養解除日が最終接触日となります。
- ・ 同居家族の中で、別の家族が発症した場合は、改めてその発症日を 0 日目として換算してください。
- ・ なお、2・3日目に薬事承認されている抗原定性検査キットで陰性確認ができた場合、3日目から解除可能です(乳幼児は原則5日間の自宅待機)

濃厚接触者の注意点

- 登校・出勤は控えてください。
- 生活上必要な食糧の買い出しなど最小限とし、マスクを着用し混雑する時間帯を避け短時間としてください。
- 1日2回検温し、体調を注意深く観察してください。
- 発熱などの症状がみられたら濃厚接触者であることを伝えた上でかかりつけ医に受診をするか、新潟県新型コロナ受診・相談センター(025-256-8275、025-385-7541、025-385-7634)へ相談してください。

濃厚接触者の災害時避難所の利用について

濃厚接触者の方が、災害時に避難所を利用する際、「濃厚接触者避難カード」を持参して受付での提示をお願いしております

検索、ダウンロードはこちらから↓ または QR からお願いします→



http://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/bosai/oshirase_ichiran/bosai20210812100.html

※陽性者の方の避難所についてのお知らせは、県から送付される資料等に同封されます。

新潟市保健所 保健管理課 TEL:025-212-8194