

新型コロナウイルス感染症で高リスク(発生届あり)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。医療機関で診断を受けた方で高リスク(発生届あり)と診断された方には、保健所または新潟県自宅療養グループから電話をします。</p> <p>●高リスクとは・・・</p> <p>①65歳以上の方 ②入院を要する方 ③重症化リスクがあり、コロナ治療薬の投与又は酸素投与の必要な方 ④妊婦</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が健康観察をします。</p> <p>(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>保健所からの連絡はいたしません。下記の「療養期間」が経過すれば療養終了です。</p> <p>※陰性を証明するためのPCRは不要です。</p> <p>※療養終了予定日の時点で37.5℃以上の発熱がつづいている場合など、療養期間の延長について検討が必要な場合は、新潟市保健所から連絡をします。</p>

療養期間

- ①有症状者 → 発症日の翌日から7日間。ただし10日間が経過するまでは感染予防行動を徹底。
- ②無症状者 → 検体採取の翌日から7日間。療養途中で症状が出た場合は、有症状者の考え方にに基づきます。

例	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
	1/1	1/2	1/3	1/4	1/5	1/6	1/7	1/8	1/9	1/10	1/11
有症状	<p>発症日の翌日から7日経過かつ症状軽快後24時間経過で解除</p>								<p>外出可能</p>	<p>感染予防行動の徹底が必要</p>	
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		
	<p>検体採取の翌日から7日経過後に解除 ※</p>								<p>外出可能</p>		

※5日目に検査キットによる検査で陰性確認できた場合、6日目に解除可能だが7日目までは感染予防行動を徹底する。

- ③入院中・高齢者施設に入所している方(※人工呼吸器などによる治療を行った場合を除く)
- 発症日から10日間経過し、かつ、症状軽快72時間経過後に解除。

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、陽性者ご本人は外出せず自宅で過ごし、周囲の方との接触は避けてください。
- ・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。

※療養期間中の外出自粛について、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には、外出時や人と接する際は短時間とし、移動時は公共交通機関を使わない、外出時や人と接する際に必ずマスクを着用するなど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。

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「発生届の届け出対象に該当する方へ」よりお申し込みください。証明書の申請は療養終了後をお願いします。

- My HER-SYS による療養証明(MyHER-SYS IDについて)
- 郵送による療養証明書の発行

※R4.9.26 以降の陽性判明の方で、療養証明を発行するのは高リスクの方(発生届あり)の方のみです。

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
 - ・ 換気の悪い空間(車内等を含む)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するか、新潟県新型コロナ受診・相談センター(025-385-7634、025-256-8275、025-385-7541)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」を持参し受付での提示をお願いしております。

カードのダウンロードは下記URLまたはQRコードからお願いします→

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。

