

# 新型コロナウイルス感染症の陽性と診断された方への大切なご案内

現在奈良県では新型コロナウイルス感染者数の急拡大により、**重症化リスクが高い方※**を最優先して対応させていただきます。また、保健所への電話も大変つながりにくい場合がありますことをお詫びいたします。お問い合わせの多い**療養期間の終了の判断**につきましては、**裏面を参考にしてください**。ご理解のほど、よろしくお願いいたします。

## ※【重症化リスクが高い方とは・・・】

70歳以上の方、悪性腫瘍、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、慢性腎臓病、高血圧、糖尿病、脂質異常症、妊娠、免疫不全、肥満（BMI30以上）等のある方です。

## 1. 外出自粛のお願いについて

感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律 第44条の3 第2項の規定により、新型コロナウイルス感染症のまん延を防止するため、外出の自粛をお願いいたします。

外出の自粛をお願いする期間は、新型コロナウイルス感染症陽性と診断された日から、療養期間が終了するまでの期間です。

## 2. 療養期間中の健康観察について

毎日の健康観察を行い、緊急性の高い症状があればご連絡ください

### ○奈良県は陽性となった方のご自宅に「パルスオキシメーター」を送付しています。

- ・パルスオキシメーターとは、血液中の酸素飽和度（肺が酸素を取り込むちからの目安）をはかるための機械です。
- ・毎朝定期的に使用して、健康状態を確認する際にお役立てください。
- ・入所・入院のご案内と並行して送付しているため、入所・入院された後に行き違いでご自宅に届く場合もあります。
- ・陽性と診断した病院からの届け出のタイミング等により、ご家族に複数台届く場合もあります。
- ・呼吸器症状がなくても、症状が急に悪化する場合もありますので、症状の有無にかかわらず毎日測定してください。

### ○以下の緊急性の高い症状にあてはまったり、パルスオキシメーターの測定値が93%以下の場合にご相談ください。

#### 表情・外見

- ・顔色が明らかに悪い※
- ・唇が紫色になっている
- ・いつもと違う、様子がおかしい※

#### 意識障害等

- ・ぼんやりしている（反応が弱い）※
- ・もうろうとしている（返事がない）※
- ・脈がとぶ、脈のリズムが乱れる感じがする

「※」はご家族等がご覧になって判断した場合は



#### 息苦しさ等

- ・息が荒くなった（呼吸数が多くなった）
- ・急に息苦しくなった
- ・日常生活の中で少し動くと息があがる
- ・胸の痛みがある
- ・横になれない・座らないと息ができない
- ・肩で息をしている
- ・ゼーゼーしている

このような症状がある場合、かかりつけ医か、**発熱外来認定医療機関(QRコード参照)**にご相談ください  
病院と連絡がつかない**夜間は、看護師が対応する専用の相談窓口（17:15～翌8:30）**

TEL : 0742-85-1933 FAX : 0742-33-3717 にご連絡ください



### 3. 陽性者の療養期間について

#### 療養期間（外出自粛と健康観察をお願いする期間）の基準について

陽性となった方は、他者へ感染させる可能性があるため、外出自粛をお願いする期間が定められています。陽性と分かってから、何らかの症状がある方と無症状の方とで、自宅待機の期間に違いがあります。

#### ○有症状（発熱や咳等がある）の場合

症状が出始めた日の翌日を1日目として10日経過、かつ、症状軽快※してから72時間(3日)が経過していれば、検査なしで出勤・登校等が可能

※症状軽快：薬を使用せず、24時間、37.5℃以上の発熱がなく、咳などの呼吸器症状が改善

#### ○無症状の場合

陽性が確定した検査日（検体採取日）の翌日から7日間経過していれば、検査なしで出勤登校等が可能

※陽性者の療養期間の基準です。判断に迷う場合は保健所にご相談ください。

陽性者が	2日前	1日前	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	12日目～
有症状	他者に感染させる可能性が始まった日	発症日（症状が出た日）	療養（健康観察）期間 ※最短の療養期間										通常の生活（出勤・登校可能）		
			療養（健康観察）期間 ※症状軽快が長引いた場合										通常の生活（出勤・登校可能）		
無症状	※3日より以前の接触者については濃厚接触者とはなりません	検査日	健康観察期間								通常の生活（出勤・登校可能）	10日間の経過するまでは、検温など健康状態を確認し、リスクの高い場所の利用や会食等はお控えください			
			健康観察の期間中に症状が出現した場合は、上記「有症状」者となり、発症日が起点となります												

### 新型コロナウイルス感染症 療養期間終了確認フォームのご案内

いつから出勤や登校したらいいのかわからないという方は、下記フォームに質問の答えを入力することで、現在療養期間が終了しているかどうかをご確認いただけます。

※奈良県トップページ（緊急版）の

陽性の方の療養期間終了確認フォーム

からアクセスいただけます。

<QRコード>



<URL>

[https://s-kantan.jp/pref-nara-u/offer/offerList\\_detail.action?tempString=kakunin](https://s-kantan.jp/pref-nara-u/offer/offerList_detail.action?tempString=kakunin)

### 生命保険会社等の手続きに必要な療養証明書を希望される方へ

- ・療養期間が終了し、療養証明書をご希望の方は、別添「生命保険会社等の手続きに必要な療養証明書の発行をご希望の方へ」をご覧ください。
- ・厚生労働省通知により、職場等の復帰のために証明書を提出する必要はないとされており、県においてもそのための証明書は発行いたしません。
- ・令和4年2月9日付け厚生労働省通知に基づき、現在、就業制限の通知及び、解除の通知は発行していません。

### 新型コロナウイルス感染症に関する各種ご案内<QRコード>



「陽性者と接触のあった方へ」



「入院・入所待機中、自宅療養中の方へ」



「発熱外来認定医療機関一覧」

## 4. 濃厚接触者の健康観察期間について

### 健康観察期間（外出自粛と健康観察をお願いする期間）の基準について

#### ○家族等、同居者は基本的に濃厚接触者に該当します。健康観察と外出の自粛をお願いします

- ・家庭内では可能な限り隔離をし、お互いにマスクを装着するなどの感染対策※を行ってください。
- ・濃厚接触者の方の健康観察期間の基準は下記の通りです。健康観察期間中に症状の出現がなければ、検査なしで、出勤や登校いただけます。

※ 感染対策：マスク着用、換気、手洗い、手指消毒、家族で過ごす場所と時間の分離、手が触れる共有部分の消毒、ゴミは密閉して捨てる、衣類は洗濯・食器は洗浄しその後の手洗い消毒の実施等。

※同居の方の健康観察期間（待機期間）の基準です。判断に迷う場合は保健所にご相談ください。

家庭内でもマスクを装着するなどの感染対策ができていた場合	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～
	健康観察期間								通常的生活（出勤・登校可能）		
	同居している方が発症もしくは検査を行った日										
	健康観察の期間中に <b>症状が出現すれば、陽性となった可能性があるため速やかに受診してください</b>										
	10日間が経過するまでは、検温など健康状態を確認し、リスクの高い場所の利用や会食等はお控えください										
家庭内でマスクを装着するなどの感染対策ができていなかった場合	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～
	健康観察期間								通常的生活（出勤・登校可能）		
	家庭内で隔離、マスクの装着等感染対策を開始した日										
	健康観察の期間中に <b>症状が出現すれば、陽性となった可能性があるため速やかに受診してください</b>										
	10日間が経過するまでは、検温など健康状態を確認し、リスクの高い場所の利用や会食等はお控えください										

※他の同居家族が発症した場合、無症状の陽性者が発症した場合は、新たにその発症日が起点となります。

#### ○陽性者と同居の家族等以外の濃厚接触者について

濃厚接触者かどうかの判断は、下記を参考にしてください。

濃厚接触者とは・・・陽性者と発症の2日前（無症状の方は検査日の2日前）から現在までに接触のあった方で、以下のいずれかに該当する方

- ・お互いに、マスク等の必要な感染予防策なしで、手の触れることのできる距離（目安は1m）で、15分以上の会話等の接触のあった方
- ・長時間の接触（車内等を含む）があった方
- ・適切な感染防護（マスク等）なしに陽性者を診察、看護もしくは介護していた方

- ・濃厚接触者の方の健康観察期間の基準は下記の通りです。健康観察期間中に症状の出現がなければ、検査なしで、出勤や登校いただけます。



※濃厚接触者の健康観察期間（待機期間）の基準です。判断に迷う場合は保健所にご相談ください。

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～	
陽性者と最後に接触した日	健康観察期間							通常的生活（出勤・登校可能）			
	健康観察期間の7日間に <b>症状がでなければ、自宅待機解除</b> <b>症状が出現すれば、陽性となった可能性があるため速やかに受診してください</b>										
10日間が経過するまでは、検温など健康状態を確認し、リスクの高い場所の利用や会食等はお控えください											

#### ○注意事項について

- ・職場や学校に所属しているかたは、職場や学校に濃厚接触者であることの報告をお願いいたします。
- ・すでに症状がある場合は、かかりつけ医または発熱外来認定医療機関に「濃厚接触者であり、症状がある」とご相談の上、速やかに受診してください。
- ・濃厚接触者と接触があった方については、濃厚接触者の方が陽性になった場合には、改めて該当するかどうかを判断することになりますが、それまでは特に行動に制限はありません。