

# 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・・・】

65歳以上の方、悪性腫瘍、慢性呼吸器疾患（COPD等）、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。なお、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。

## 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がありますので、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%以下の場合にはご相談ください。

#### 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き息があがる
- ・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場合は、**看護師等が対応する専用の相談窓口（24時間）**

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7日経過、かつ、症状軽快※してから24時間(1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	
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							症状軽快 24時間経過	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 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								通常の生活 (出勤・登校可能)

10日間が経過するまでは、感染リスクが残存するため、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

・抗原定性検査キットを使用し、5日目で陰性を確認した場合は6日目から待機解除が可能です。

※抗原定性検査キットは、国が承認した【体外診断用医薬品】（または【第1類医薬品】と表示）を使用してください。

詳しくは薬局等の薬剤師にご相談ください。

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こと、マスク着用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。

#### 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

- ・令和4年9月26日以降、発生届の対象が「①65歳以上」「②入院を要する方」「③重症化リスクがあり、かつ新型コロナ治療薬または酸素治療が必要な方」「④妊婦」となります。療養証明書の発行は発生届対象の方のみとなります。
- ・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

### 自宅待機期間の基準について

#### ○家族等、同居者は濃厚接触者です。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。
- ・濃厚接触者の方の自宅待機期間の基準は下記の通りです。自宅待機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、手指消毒の実施、物資等の共有を避ける、消毒等の実施など

※同居の方の健康観察期間（待機期間）の基準です。

	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目～
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	同居している方が発症もしくは検査を行った日	自宅待機期間					待機解除 通常の生活 (出勤・登校可能)
		自宅待機期間中に症状が出現すれば、 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					
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	家庭内で隔離、マスクの装着等感染対策を開始した日	自宅待機期間					待機解除 通常の生活 (出勤・登校可能)
		自宅待機期間中に症状が出現すれば、 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					

※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。

- ・抗原定性検査キットを使用し、2日目及び3日目で陰性を確認した場合は3日目から待機解除が可能です。（この場合における待機解除に関する保健所への確認は不要です）。

※抗原定性検査キットは、国が承認した【体外診断用医薬品】（または【第1類医薬品】と表示）を使用してください。

詳しくは薬局等の薬剤師にご相談ください。

- ・なお、健康観察は7日間お願いします。また、高齢や基礎疾患のある人（ハイリスク者）との接触や不特定多数の者が集まる飲食等も7日間控えてください。

#### ○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。

	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目～
陽性者と最後に接触した日	自宅待機期間						待機解除 通常の生活 (出勤・登校可能)
	自宅待機期間中に症状がでなければ、自宅待機解除 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						

- ・抗原定性検査キットを使用し、2日目及び3日目で陰性を確認した場合は3日目から待機解除が可能です。

（この場合における待機解除に関する保健所への確認は不要です）。

※抗原定性検査キットは、国が承認した【体外診断用医薬品】（または【第1類医薬品】と表示）を使用してください。

詳しくは薬局等の薬剤師にご相談ください。

- ・なお、健康観察は7日間お願いします。また、高齢や基礎疾患のある人（ハイリスク者）との接触や不特定多数の者が集まる飲食等も7日間控えてください。

#### ○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。

★2022/09/22 時点の情報です。最新情報は県ホームページをご確認ください★

令和4年3月16日付国通知（7月30日最終改正）を踏まえ、奈良県の濃厚接触者の特定・行動制限についての考え方は、下記のとおりとします。症状がでたら医療機関を受診しましょう。

## （1）家族等同居者で陽性者が発生した場合

○発生届出のあった感染者に対しパルスオキシメーターを送付する際に、家族等の感染者と同居している者は濃厚接触者となることや、待機期間等の説明を周知することで濃厚接触者の特定及び行動制限を求めます。

### ○待機期間

- ・濃厚接触者の待機期間は原則5日間（6日目解除）ですが、2日目および3日目の抗原定性検査キット（自費検査）を用いた検査でどちらも陰性確認後、3日目から解除することは可能です。
- ・7日間は、検温など自身による健康状態を確認。
- ・解除の判断を保健所に確認する必要はありません。

## （2）事業所等で陽性者が発生した場合

（3）以外の全ての事業所、団体等が対象

○濃厚接触者は特定せず、行動制限も求めません。

- ・事業者等は、感染者と接触があったことのみを理由として、出勤や外出を制限する必要はありません。ただし、事業所等で陽性者と接触のあった者のうち、会話の際にマスクを着用していないなど感染対策を行わずに飲食を共にした者等は、一定期間（例えば、5日間の待機に加えて自主的に検査など）の外出自粛を含めた感染防止対策をとること。
- ・事業所等で陽性者と接触があった者は、接触のあった最後の日から一定期間（目安として7日間）高齢者等との接触や感染リスクの高い行動（不特定多数の飲食、大規模イベント参加等）を控えてください。
- ・事業者等は、感染状況に応じて、検温など自身による健康状態の確認等の感染対策に努めてください。

・なお、以下の対象については、施設が接触状況（※1）を確認の上、濃厚接触者の特定及び行動制限が必要かどうかも含めて判断してください。

対象：保育所（地域型保育事業所及び認可外保育施設を含む）、幼稚園、認定こども園、小学校、義務教育学校、特別支援学校及び放課後児童クラブ、中学校、高等学校、中等教育学校

※1 マスクを着用していないことをもって一律に判断するのではなく、「濃厚接触者」の定義を参考に、接触状況を確認の上、判断してください。

「濃厚接触者」とは、陽性者の感染可能期間（発症日の2日前）において当該患者が入院、宿泊療養又は自宅療養を開始するまでに接触した者のうち、次の範囲に該当する者である。

- （1）陽性者と長時間の接触（車内等を含む）があった人
- （2）手で触れることのできる距離（目安として1メートル）で、必要な感染予防策（マスクなど）なしで15分以上話した人
- （3）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人
- （4）陽性者の気道分泌もしくは体液等の汚染物質に直接接触した可能性が高い人（新型コロナウイルス感染症患者に対する積極的疫学調査実施要領より）

## （3）入院医療機関、高齢者・障害児者施設で陽性者が発生した場合

高齢者・障害児者の通所・訪問系事業所含む

○保健所と県所管課、関係機関で濃厚接触者を特定、検査を実施します。

### ○待機期間

- ・2日目および3日目の抗原定性検査キットを用いた検査でどちらも陰性確認後、3日目から解除することは可能です。

- ・7日間は、検温などに自身による健康状態を確認

【従事者】待機期間中においても、一定の条件の下（※2）、毎日の検査による陰性確認によって、業務従事を可能とする。

### ※2 一定の条件

- ・他の従事者による代替困難である
- ・新型コロナウイルスワクチンの追加接種の実施済みで、追加接種後14日間経過した後（ただし、2回目接種から6ヶ月以上経過していない場合には、2回目接種済みで、2回目の接種後14日間経過した後でも可）に、新型コロナウイルス感染者と濃厚接触があり、濃厚接触者と認定された者
- ・無症状であり、毎日業務前に核酸検出検査または抗原定量検査（やむを得ない場合は、抗原定性検査キット）により検査を行い陰性確認がされていること
- ・濃厚接触者である当該職員の業務を、所属の管理者が了解していること