

新型コロナウイルス感染症陽性と診断された方へ

2022年
9月9日版QR

感染急拡大のため保健所から全例SMS(ショートメッセージ)のご案内となります。なお、**ハイリスクの方、その他症状により必要な方へ**保健所から個別に電話連絡いたします。
(SMSはdocomo,au,楽天モバイル:03-5744-1360ソフトバンク:0032-06-9000から送信されます)体温や症状についてはMy HER-SYSにて、朝9時までに登録ください。療養期間、濃厚接触者の考え方は裏面をご確認ください。



©大田区

自宅療養中のご連絡先について

- ◆食料配送・パルスオキシメータ希望のある方
- ◆体調に不安のある方、一般的な相談

東京都自宅療養サポートセンター(うちさぽ東京) (ネット申込)→
☎0120-670-440 (24時間対応、土日祝含む)



- ◆体調が悪化したとき

東京都自宅療養者フォローアップセンター
☎050-3352-2000 (24時間対応、土日祝含む)

- ◆ご自身の療養や同居者等に関する相談など

電話のかけ間違いに
ご注意ください。

大田区相談センター
☎03-5744-1360 (9時~17時、平日のみ)

感染拡大期では、電話が大変込み合います。お手数ですが時間をあけてご連絡ください。

健康管理サイト My HER-SYSについて

- ◆ My HER-SYS(マイ ハーシス)は厚生労働省が開発したスマホによる健康管理です。
- ◆ ショートメールにてご案内を送付しています。ご自身で、体温など入力ください。
- ◆ お問い合わせ窓口 厚生労働省コロナ対策本部
☎03-6885-7284 又は03-5877-4805 (9:30~18:15 平日のみ)

ホテル療養の申込

65歳未満、無症状や軽症でホテル希望の方は下記へ申込ください。(65歳以上は保健所へご相談ください。)
「東京都 コロナ ホテル」で検索できます。

☎03-5320-5997 (9時~16時、土日祝含む)

陽性判明後の療養について

- ◆ 症状の有無や持病の有無などにより、入院、ホテル療養または自宅療養となります。
- (療養期間) ※症状軽快日…解熱剤を使用せず37.5℃未満になった日(原則、体温を基準に判断します)
発症日を0日として7日間、かつ症状軽快後24時間経過した場合には8日目から解除
無症状で陽性の場合、検査日を0日として7日間が経過した場合には8日目から解除。(5日目の検査キットによる検査で陰性を確認した場合には6日目から解除)

発症日	0日	1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	
(例)	1/1	1/2	1/3	1/4	1/5	1/6	1/7	1/8	1/9	1/10	1/11	
	症状軽快後24時間経過した場合又は無症状者の場合は、以下を前提に食料品等の買い出しなど必要最低限の外出を行うことは差し支えない。 > 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。						軽快日		解除			
								軽快日		軽快から24時間経過後		
							症状が長引いた場合			解除		

<無症状で陽性の場合>5日目の検査キットによる検査で陰性を確認した場合には、6日目から解除可能

発症日
(熱、咳、のどの痛み、だるさ等が出始めた日)
※医療機関で申告した日をご自身で記入。

___月___日
例)1月1日からのどの痛み→1月1日



終了日 ___月___日
※上記の療養期間を参考にしながら
ご自身で記入。
ただし、発熱等の症状が長引いた場合、**症状
軽快後24時間経過**するまで延長。

例)1月1日から発熱等(37.5℃以上)
→1月8日時点で熱がなければ
さらに**24時間経過**した日まで→1月9日

濃厚接触者の方へ

- ◆ 発症日の2日前に陽性者と会食をした方や、目安として1m以内の距離でマスクなしで15分以上会話をした方は濃厚接触者です。
- ◆ 同居家族は原則、濃厚接触者となります。
- ◆ 最終接触日から5日間の外出自粛をお願いします。
同居家族においては感染対策を実施した翌日から5日間ですが、職業等に関わらず2日目、3日目の抗原定性検査キットにより陰性の場合3日目から待機解除が可能となります。最終接触日を0日とします。例えば、1月1日が最終接触日の場合、1月6日までとなります。



▲発熱外来
のある医療機関

濃厚接触者



5日間の健康観察

外出制限解除

2・3日目に
自費検査(抗原定性検査)
で陰性であれば3日目で
解除可能

同居者が陽性の場合



5日間の健康観察

外出制限解除

陽性者の発症日もしくは
感染対策(マスク着用、消毒など)を
はじめた日の翌日から

自宅療養の証明書類が必要な方

大田区では「療養通知書」として発行しています
電子申請サービスにて申込可能です
右記、大田区ホームページからご確認をお願いします。
担当:感染症対策担当 03-5744-1263(8時30分~17時)

