

新型コロナウイルス感染症と診断されたかたへ

～まずはこちらをお読みください～

1 保健所からの連絡について

現在、非常に多くのかたが新型コロナウイルス感染症と診断されており、陽性者のかたへの連絡にお時間を要している状態です。これまで青森市保健所では、全ての陽性者のかたに電話連絡（聞き取り調査）をしておりましたが、1日も早くご安心いただくため、郵送でのご案内をもって、連絡させていただきました。

8月15日以降に診断されたかた（陽性が判明したかた）から、当面の間、以下のように対応して参ります。

■ 64歳以下で重症化リスクの低いかた

- ・保健所からの直接電話連絡（聞き取り調査）ではなく、ご案内文書を郵送します。
- ・原則として自宅療養をお願いしておりますので、同封の「自宅療養をされるかたへ」をご覧ください、自宅療養等の対応を開始してください。
- ・ご自身の療養期間や、濃厚接触者の待機期間については、裏面をご参照ください。



※ご案内が郵送されてきたかたで、**難治性糖尿病、難病、がん治療中、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、人工透析などの重篤な基礎疾患のあるかたや、妊婦のかたは、下記の感染症対策課へ連絡し、申し出てください。**

※**医療機関や高齢者・障がい（児）者施設等に勤務されているかたは、下記の感染症対策課へ連絡し、申し出てください。**

■ 65歳以上のかた ■ 重症化リスクの高いかた（重篤な基礎疾患など） 妊婦のかた

- ・保健所から電話連絡（聞き取り調査）をします。
- ・症状や状態に応じて、療養先（自宅・宿泊・入院）を決定します。

陽性判明から療養解除までの流れ

- ①検査や受診をした医療機関から陽性判明の連絡
- ②保健所からの連絡・調査（郵送ご案内 又は 電話）
- ③療養（入院・宿泊療養・自宅療養）
- ④療養の終了



2 宿泊療養について

現在、宿泊療養は、「同居のご家族に、がん治療中の人、人工透析、免疫抑制剤使用中の人など、重症化リスクの高いかたがいる者」を対象としています。希望される場合は、感染症対策課へご相談ください。

3 市販薬の服用について

陽性者のかたのお薬については、飲みなれた市販の解熱剤等を服用して問題ありません。用法・用量をよく確認して使用してください。ただし、基礎疾患のあるかたは、主治医や薬剤師に相談をしてください。

4 配食サービスについて

原則として、自宅療養者のうち、単身者や同居家族全員が陽性のかたで、身近に食料を届けてもらえるかたがない場合や、インターネットで購入ができない場合など、どうしても食品セットが必要なかたとさせていただきますので、ご協力をお願いします。必要なかたは感染症対策課へご相談ください。（現在、利用が増大し、療養期間中にお届けできない場合があります）

問い合わせ先：青森市保健所 感染症対策課

青森市佃2丁目19-13 TEL 017-765-5282 FAX 017-765-5202



※※保健所からの連絡が来ないことや保健所への連絡がとれないことを理由に、療養期間中に保健所へ直接来所されることのないようお願いいたします。※※

5 療養期間について

陽性者の療養期間 ※最短で解除となる場合の例

	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	
症状が有る方	発症日	発症日を0日目として10日目、かつ、症状が軽快した後72時間経過した時点で、療養終了									解除	
症状が無い方	検査日	検査日(検体採取日)を0日目として7日間経過した場合、8日目に療養解除						解除	解除後3日間検温など自身で健康状態を確認			

発症日とは、喉の違和感、咳など、いつもと体調が異なる症状が出た日のことです。

(例) 8/15にのどがイガイガしていて、8/17にはじめて熱が上がった場合は、8/15が発症日になります。



解除の日から、出勤や登校など外出可能となります。

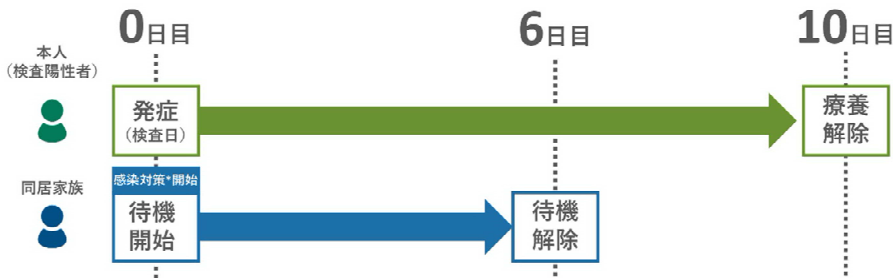
6 濃厚接触者の待機期間について

保健所等による聞き取りがなくても、同一世帯内のすべての同居者は濃厚接触者となります。

自主的な感染対策を速やかに行うことが大切です。

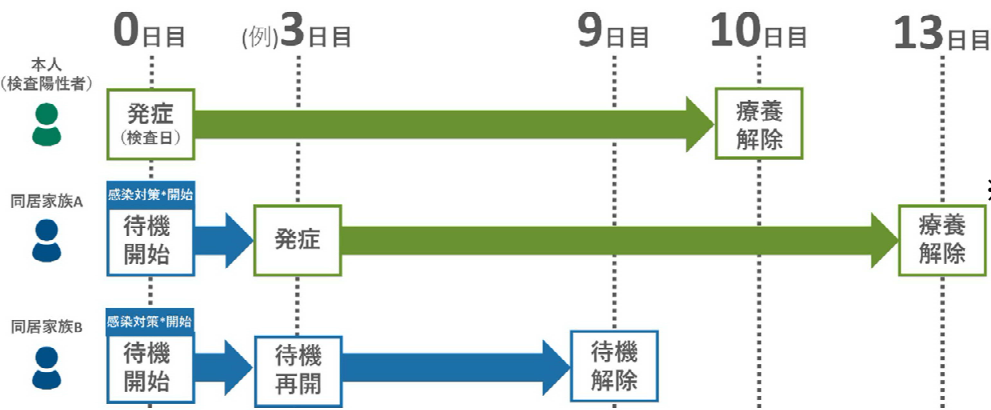
陽性者と生活を共にする同居家族等の待機期間は、5日間（6日目解除）です。

陽性者が発症（検査日）と同時に感染対策を開始した場合



※「療養解除日」、「待機解除日」から、出勤や登校など外出可能となります。

陽性者が発症（検査日）後、3日目に同居家族が発症した場合



※「療養解除日」、「待機解除日」から、出勤や登校など外出可能となります。

*感染対策とは...
日常生活を送るうえで可能な範囲でのマスク着用、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