

新型コロナウイルス感染症陽性者の方へ

自宅療養のしおり



- ★新型コロナウイルス陽性と診断された方で、入院不要と医師が判断した方は、自宅療養になります。
- ★同居の方とは生活空間を分け、マスク着用、こまめな手洗い、部屋の換気等感染対策を行ってください。療養中の飲酒、喫煙は厳禁です。
- ★こども園、小中学校、企業など所属する学校や団体のルールに従って、ご自身で陽性判定を受けた旨の報告を行ってください。

<問合せ先>

豊田市新型コロナ相談センター

午前9時から午後5時 電話：0565-34-6070

午後5時から午前9時（緊急の場合のみ） 電話：050-3665-8019

【聴覚障がいの方】 FAX：0565-34-6929 email：hokansen@city.toyota.aichi.jp

1 発生届の対象について

発生届の対象の方 (医師から保健所に発生届の提出有)	発生届の対象外の方 (医師から保健所に発生届の提出無)
<ul style="list-style-type: none"> ①65歳以上の方 ②入院を要する方 ③重症化リスクがあり、新型コロナ治療薬の投与が必要又は新型コロナ罹患により新たに酸素投与が必要な方 ④妊娠している方 	左記①～④のいずれにも該当しない方

- ・医療機関でコロナ陽性と診断された方について、全数届出の見直しにより、令和4年9月26日以降は発生届の対象の方のみ保健所に発生届が提出されます。
- ・発生届の対象外の方であっても、療養期間に違いはありません。療養サービスの申込みも可能です。
- ・医療機関で陽性診断をうけた場合、発生届の対象者か否かを問わず、リーフレット「新型コロナウイルス感染症の陽性診断を受けた方へ」が配布されます。別の医療機関への受診時や療養サービスの申込時に必要になるため、なくさないように保管してください。

2 自宅療養期間

①有症状の方

- ・発症日から7日間経過し、かつ、症状軽快後24時間経過した場合に療養終了となります。
(例) 9月7日が発症日の場合、9月14日までが療養期間、9月15日から外出可能
- ・6日目以降に発熱等がある場合は、療養期間延長となります。
- ・10日間が経過するまでは、感染リスクが残存するため、自主的な感染予防行動を徹底してください。

②無症状の方

- ・検体採取日から7日間経過した場合に療養終了となります。
- ・5日目に検査キットにより陰性を確認した場合、5日間経過後（6日目）に療養解除が可能です。ただし、7日間が経過するまでは、感染リスクが残存するため、自主的な感染予防行動を徹底してください。
- ・療養期間内に発熱等の症状が現れた場合は、上記の「有症状の方」のとおり、症状が出現した日を0日目として7日目までが療養期間となります。

③療養期間中の外出について

- ・はじめから無症状の方、または、症状が軽快してから24時間以上経過した方は食料品等の買い出しなど必要最小限の外出は差し支えありません。
- ・ただし、外出時や人と接する際は短時間とし、移動の際は公共交通機関を使わないでください。また、必ずマスクを着用するなどの感染予防行動をとってください。

	有症状の方	無症状の方
療養期間	発症日を0日目として 7日間	検体採取日を0日目として 7日間
療養期間の短縮	不可	5日目に陰性が確認できれば、6日目から解除可能
必要最小限の外出	症状軽快後24時間経過した場合に可能	はじめから可能

3 健康観察

- ・療養期間中は、毎日、体温測定などご自身の健康状態を確認してください。発生届の対象の方は健康管理システム「My HER-SYS（マイハーシス）」をご活用ください。
- ・体調が悪化した場合は、かかりつけ医にご相談ください。かかりつけ医への相談が難しい場合は、**豊田市新型コロナ相談センター**までご連絡ください。

ただし、命にかかわると思われる場合は、ためらわず救急要請をしてください（要請時に「新型コロナウイルス感染症の陽性者」であることを必ず伝えてください）。

【緊急性の高い症状】 ※は同居される方がご覧になって判断した場合です。

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※
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
意識障害等	ぼんやりしている（反応が鈍い）※ 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

<問合せ先>

豊田市新型コロナ相談センター

午前9時から午後5時 電話：0565-34-6070

午後5時から午前9時（緊急の場合のみ） 電話：050-3665-8019

【聴覚障がいの方】 FAX：0565-34-6929 email：hokansen@city.toyota.aichi.jp

4 療養証明書について

- ・療養証明書発行可能の方は、My HER-SYS（マイハーシス）に登録することで、ログイン後のトップページから、療養証明書を表示することができます。
- ・My HER-SYS（マイハーシス）の登録が難しい場合は、紙の療養証明書の発行を豊田市新型コロナ相談センターに申請してください。
- ・豊田市が発行する「療養証明書」は、診断年月日のみが記載されています。

療養証明書発行可能の方	療養証明書発行不可能の方
<ul style="list-style-type: none">・発生届の対象の方・令和4年9月25日までに医療機関で新型コロナウイルス感染症の陽性と診断された方	<ul style="list-style-type: none">・発生届の対象外の方・自主検査キットにて陽性が出た方

<問合せ先>

豊田市新型コロナ相談センター

午前9時から午後5時 電話：0565-34-6070

午後5時から午前9時（緊急の場合のみ） 電話：050-3665-8019

【聴覚障がいの方】 FAX：0565-34-6929 email：iryou-ekigaku@city.toyota.aichi.jp

5 療養サービスについて

<配食サービス>

- ・食料は、原則、家族や知人等の協力や民間の配送サービス等を利用し、ご自身で用意してください。
- ・療養中の食料の調達が難しい場合、下記QRコード（申込フォーム）よりお申込みください。

<宿泊療養施設>

- ・愛知県の宿泊療養施設の利用を希望する場合は、下記QRコード（申込フォーム）よりお申込みください。

※療養サービスを申し込むには、医療機関から配布されたリーフレット「新型コロナウイルス感染症の陽性診断を受けた方へ」に記載の「ユーザー名」「パスワード」が必要です。

※配食サービスと宿泊療養施設はどちらか一方しか申込みできません。

※申込フォームからの申込みが難しい場合は、下記連絡先まで電話でお申込みください。



申込フォーム

<療養サービスの申込先・問合せ先>

豊田市自宅療養者サービス窓口 午前9時から午後5時 電話：052-977-3385

6 同居する方（濃厚接触者）の注意事項

- ・食料の調達など必要な外出については、マスクをして短時間で済ませてください。
- ・自宅待機期間は、「陽性者の発症日」または「住居内で感染対策を講じた日」のいずれか遅い方を0日目として5日間で、6日目から解除になります。ここでいう感染対策は、厳格な隔離まで求めません。

陽性者	発症日	療養期間（7日間）	解除
同居家族		5日間	解除

※5日目までに発症しなければ、待機が解除されます。

※待機期間中に、同居家族の中で別の陽性者が発生した場合は、自宅待機期間がリセットされ、新たな陽性者が発生した日を0日目と改めます。

※自宅待機2日目及び3日目に抗原定性検査キット（薬事法の承認があるもの）で陰性確認した場合、3日目から待機解除可能となります。

※自宅待機が終わっても、陽性者の発症日または感染対策を講じた日のいずれか遅い方から7日間が経過するまでは、自身の健康状態を確認し、感染リスクの高い場所の利用や会食等を避け、一般的な感染対策を講じてください。

※発熱・咳・倦怠感などの体調不良が発生した場合は、かかりつけ医または豊田市新型コロナ相談センターへご相談ください。

<問合せ先>

豊田市新型コロナ相談センター

午前9時から午後5時 電話：0565-34-6070

午後5時から午前9時（緊急の場合のみ） 電話：050-3665-8019

【聴覚障がいの方】 FAX：0565-34-6929 email：hokansen@city.toyota.aichi.jp

7 その他

- ・緊急時や災害発生時の対応を円滑に行うため、豊田市の消防部局、防災部局と陽性者情報を共有する場合があります。
- ・災害発生時に避難所への避難を希望する場合は、豊田市感染症予防課にご連絡ください。避難所の場所は別途ご案内します。それまでは自宅待機してください。ただし、緊急時は、直ちに安全な場所に避難してください。
- ・「緊急メールとよた」にご登録いただくと、避難に関する緊急情報等の配信を受けることができます。詳細は「緊急メールとよた」で検索してください。

<問合せ先>

豊田市感染症予防課

午前8時30分から午後5時15分 電話：0565-34-6180

上記以外の時間帯（緊急の場合のみ） 電話：0565-31-1212

【聴覚障がいの方】 FAX：0565-34-6929 email：hokansen@city.toyota.aichi.jp

8 療養終了後

療養終了した方について、行動制限等はありません。ただし、職場への復帰、園への登園、学校への登校については、それぞれ事業所、園及び学校の指示に従ってください。