

身近な人から新型コロナ感染症陽性になったといわれた
(自分が“濃厚接触者”なのかは分からない場合)

【確認事項】

感染者が有症状の場合 症状が出現した日の2日前は 令和 年 月 日

感染者が無症状の場合 検体を採取した日の2日前は 令和 年 月 日

感染者と最後に会った日は 令和 年 月 日

感染者が同居家族の場合、住居内で感染対策を講じた日は 令和 年 月 日

いいえ

はい

新型コロナウイルスの感染者や
保健所から“濃厚接触者”になった
といわれた

感染可能期間中(感染者が発病した2日前(無症状の場合は検体採取した
2日前)から入院や自宅等待機開始までの期間)に濃厚接触があった

【確認事項】

- ・感染者の同居者である
- ・お互いにマスクをしていない、または、感染者がマスクを着用しない状態で、「対面で」「1メートル以内」「15分以上」会話をした。
例) 会話しながら食事をした、換気の悪い室内で長時間の会議を行った、マスクを正しく着用できておらず(鼻マスクや顎マスク)、会話をした
- ・感染者の唾やくしゃみ、それらが付着した物等に直接触れた可能性がある
(直接触れた後にアルコールで手指消毒をしていない)

はい

はい

いいえ

濃厚接触者として、ご自身の体調管理と、
健康観察期間中の外出自粛をお願いいたします

【健康観察期間の考え方】

- 感染者がデルタ株もしくはL452R 陽性変異だった場合
→健康観察期間は感染者と最後に会ってから14日間
- 感染者がオミクロン株もしくは何の株に感染したか不明の場合
→健康観察期間は感染者と最後に会ってから※原則7日間
同居家族の場合は、感染者の発症日(無症状なら検体採取日)又は住居内で感染対策を講じた日、いずれか遅い方を0日目として7日間

※厚生労働省ホームページ「新型コロナウイルス感染症の感染急拡大が確認された場合の対応について」

※3

(<https://www.mhlw.go.jp/content/000892312.pdf>)

【健康観察期間の過ごし方】

- ✓ 1日2回、体温を測り健康状態を確認
- ✓ 仕事を含めた不要不急の外出は控える
- ✓ 他の人との接触をしないようにする

通常通り、毎日の健康に注意して生活を続けてください。

●検査を受けたい場合

→PCR等検査無料化事業

※1 (<https://tokyo-kensasuishin.jp/>)

症状がある場合

検査で陽性が判明
した場合

受診の相談をしてください

●かかりつけ医がいる場合

→かかりつけ医にご相談ください

●かかりつけ医がおらず、どこに受診したら良いか分からない場合

→下記サイトの診療・検査医療機関にご相談ください。

診療・検査医療機関の一覧

※2

(https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryoku/kansen/corona_portal/soudan/hatsunetsugairai.html)