

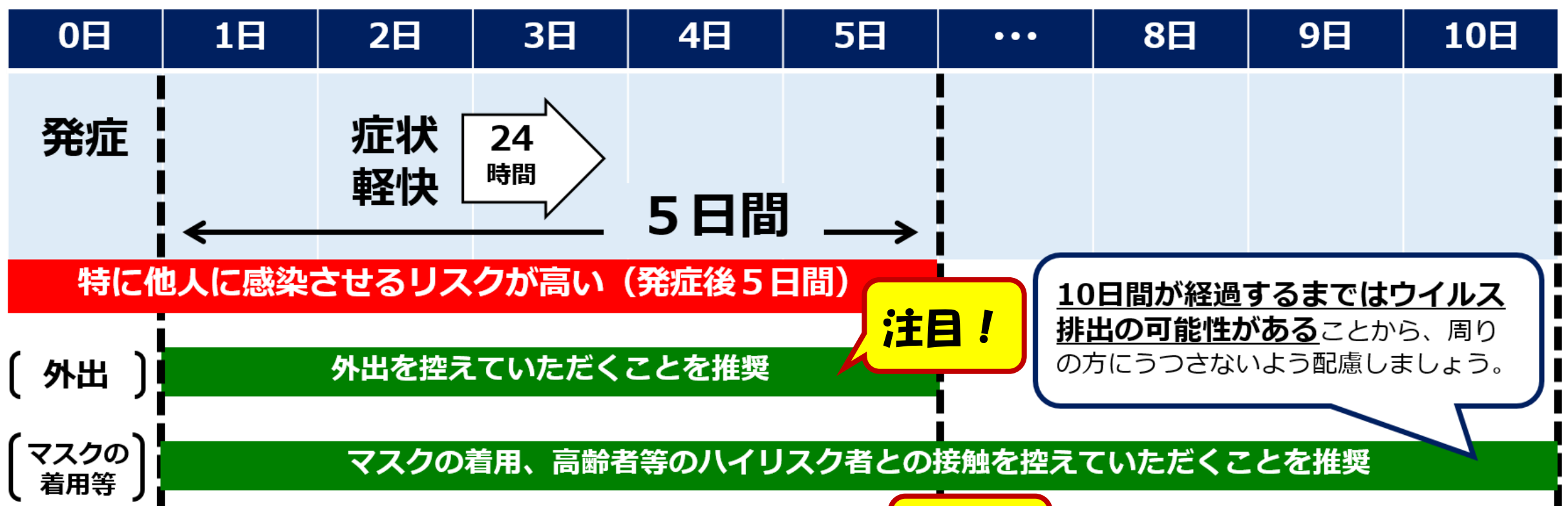
療養の目安

陽性者や濃厚接触者に対する外出自粛要請はなくなり、外出を控えるかどうかは、個人の判断に委ねられます。

注目!

- 個人の判断にあたっては、〈療養の目安〉を参考にしてください。
- 出勤や登校については、勤務先や学校にご相談ください。

〈療養の目安〉 発症後5日間経過かつ症状軽快後24時間経過



10日間が経過するまではウイルス排出の可能性があることから、周りの方につさないよう配慮しましょう。

注目!

同居の家族等が新型コロナにかかったら

注目!

- 患者の濃厚接触者として特定されることはなく、感染症法に基づき外出自粛を要請することはありません。
- 外出する場合は、新型コロナにかかった方の発症後5日間にご自身の体調に注意しましょう。
- 7日目までは発症する可能性があります。この間は、手洗い等の手指衛生や換気等の基本的な感染対策のほか、不織布マスクの着用や高齢者等のハイリスク者との接触を控える等の配慮をしましょう。

発熱時などの受診相談等

発熱時などの受診相談や陽性判明後の体調急変時の相談などは、引き続き、健康相談コールセンターで受け付けます。（令和5年9月末まで）罹患後症状（いわゆる後遺症）の相談先医療機関のご案内も可能です。

健康相談コールセンター

※お住まいの管轄保健所へおかけください。

松江保健所 ☎0852-33-7638
 雲南保健所 ☎0854-47-7777
 出雲保健所 ☎0853-24-7017

県央保健所 ☎0854-84-9810
 浜田保健所 ☎0855-29-5967
 益田保健所 ☎0856-25-7011
 隠岐保健所 ☎08512-2-9900

受付時間 8:30~21:00（土・日・祝日も対応します）

※症状悪化など緊急の場合は時間外も受け付けます。