

自宅療養を終了されるみなさまへ

療養解除後の生活について

雲南保健所

長らくの療養にご協力ありがとうございました。

厚生労働省の定める基準を満たすと療養解除となりますが、4週間程度は以下の点に留意した生活ををお願いします。

☆一般的な衛生対策を徹底してください。

- 石けんを用いた手洗いや、アルコール消毒液での手指消毒をこまめにしましょう。
- 日常的にマスクを着用しましょう
- 咳エチケット（咳やくしゃみをする時は、ハンカチや服の袖、肘の内側などを使って、口や鼻をおさえる）を守りましょう
- 3つの密（密閉・密集・密接）は避けましょう

☆健康状態を毎日確認してください。

- 毎日体温測定を行い、発熱（37.5度以上）やその他の症状の有無を確認しましょう

<咳や発熱などの症状が出た場合>

症状が出現するなど、体調が悪化した場合には、かかりつけ医等へ電話で事前に相談した上で受診してください

※その際、新型コロナウイルス感染症で療養されていたことを伝えてください

解除後の生活について

- 退院や療養解除後にPCR検査を受けられると「陽性」になることがありますが、感染性が極めて低いため、活動の制限はありません。
- 国の基準を満たした解除ですので、職場や学校等に陰性証明を提出する必要はありません。

その他お困りのことがあれば…

『健康相談コールセンター』
0854-47-7777

へお電話ください



※ パルスオキシメーターをお貸ししている場合は返却をお願いします。