

# 自宅療養者の療養期間

症状	これまで	9/7から
あり	症状軽快後72時間経過 <b>10日間</b>	症状軽快後24時間経過 <b>7日間</b>
なし	<b>7日間</b>	5日目検査で陰性確認 <b>5日間</b> 検査しない場合は7日間

▶有症状者は**10日間**、無症状者は**7日間**が経過するまでは、**検温**、**高齢者等との接触**や**会食**を避ける、**マスクの着用**など、**感染予防行動**を徹底

※現に入院している場合と高齢者施設等の入所者は、変更無し(発症日から10日間、かつ症状軽快後72時間経過)

## 濃厚接触者の待機期間

### ① 同居世帯での対応

**症状がないことが前提**

感染者の発症日(無症状の場合は、検体採取日)

または

住居内で感染対策を講じた日  
のいずれか遅い日の翌日から

**5日間**

※ ただし、2日目・3日目の検査により陰性確認ができれば、3日目で待機解除することも可

※7日間が経過するまでは、検温など自身による健康状態の確認やハイリスク者との接触やハイリスク施設への不要不急の訪問、感染リスクの高い場所の利用や会食等避け、マスクを着用する等の感染対策をお願いします。

## ② 事業所での対応

症状がないことが前提

感染対策を講じていなかった場合

同居者以外で、必要な感染予防策(マスク着用等)をせずに、手で触れることのできる距離(1m程度以内)で、感染者と15分以上の接触があった場合に「感染の可能性が高い」と考えられます。

感染者との最終接触日の翌日から  
**一定期間の外出自粛**  
(目安として、5日間)

※ただし、2日目・3日目の検査により陰性確認ができれば、3日目まで待機解除することも可

感染対策を講じていた場合

**外出制限なし**

※7日間が経過するまでは、検温など自身による健康状態の確認やハイリスク者との接触やハイリスク施設への不要不急の訪問、感染リスクの高い場所の利用や会食等避け、マスクを着用する等の感染対策をお願いします。

## ③ 医療機関等・保育所等での対応

・医療機関等…医療機関、高齢者及び障害者施設 ・保育所等…保育所、幼稚園及び学校

症状がないことが前提

感染者との最終接触日の翌日から

**5日間**

※ ただし、2日目・3日目の検査により陰性確認ができれば、3日目まで待機解除することも可  
また、一定の条件の下、毎日の検査により陰性確認ができれば、業務従事可能

※7日間が経過するまでは、検温など自身による健康状態の確認やハイリスク者との接触やハイリスク施設への不要不急の訪問、感染リスクの高い場所の利用や会食等避け、マスクを着用する等の感染対策をお願いします。

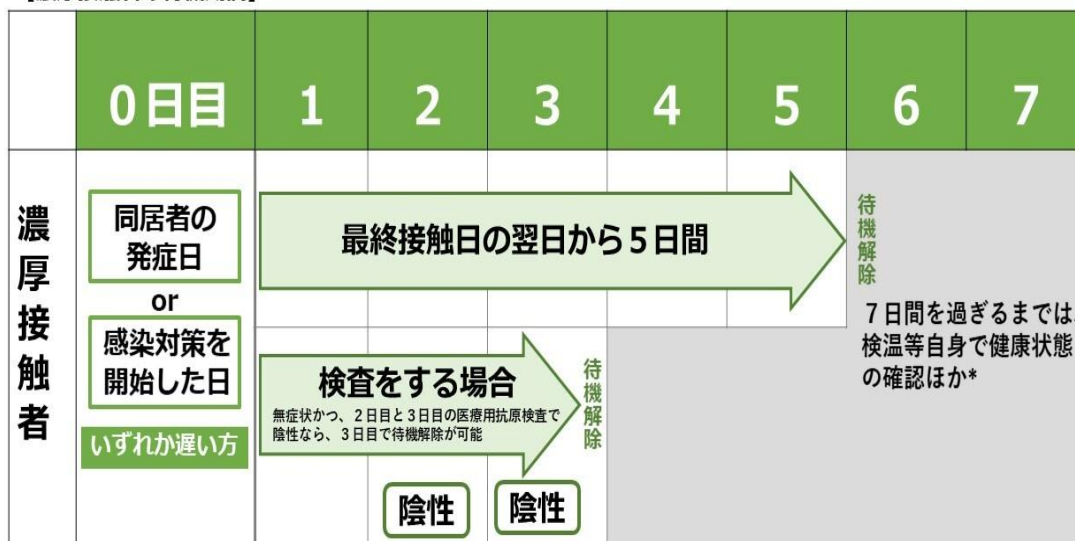
北海道では、**陽性となった方の同居者**を原則 **濃厚接触者**としています。

待機期間は自宅待機とご自身で健康観察をお願いいたします。

**【感染の可能性がある方】**

同居者以外で、必要な感染予防策(マスク着用等)をせずに手で触れることのできる距離(1m程度以内)で、感染者と15分以上の接触があった場合に「感染の可能性がある」と考えられます。

【濃厚接触者の待機期間】



(検査は原則、**自費検査**です。検査キットは医療用抗原検査キットを必ず用いてください。)

\*そのほか、ハイリスク者との接触やハイリスク施設への不要不急の訪問、感染リスクの高い場所や会食等を選び、マスクを着用すること等の感染対策をしてください。

# 感染者への支援の流れが変わります

ご高齢や重症化しやすい方々に適切な医療の提供を行うため

症状が軽い方は、ご自身の健康管理による自宅療養を基本とし、体調が悪化した場合は、「**陽性者健康サポートセンター**」へご相談願います。

・陽性となった方  
・検査を受けたい方 をご案内します。  
詳細は、北海道コロナチャットボットへ！



## 感染を疑う症状がある・・・

65歳未満で症状が軽く、自己検査を希望される方など

診察の希望がある方、又は65歳以上の方、基礎疾患のある方、妊娠している方など

### 抗原検査キットによる自己検査

#### 無料キットのお申し込み

陽性者登録センターへご連絡ください（web申請可能です）

後志・胆振・日高・渡島・檜山地域の方 0120-607-601

上記以外の地域の方 0120-025-451

又は **自費購入** ※キットは、体外診断用医薬品（国承認）

陽性（疑い）

### 陽性者登録センター

電子申請  
陽性判定

### 発熱外来で受診・検査

- ① かかりつけ医に電話
  - ② かかりつけ医がない方は、健康相談センター（24時間）0120-501-507 に電話
- 受診・検査

### 陽性判定

届出対象外  
右記以外の方

届出対象  
① 65歳以上の方  
② 入院を要する方  
③ 重症化リスクがあり、かつ、治療を要する方  
④ 妊娠している方

ご自身による健康管理

保健所等による健康観察

体調悪化時の健康相談

北海道陽性者健康サポートセンター

0120-303-111 24時間

札幌市、函館市、旭川市、小樽市にお住まいの方は対応が異なります。各市ホームページをご覧ください。