

## 変更点

1, コロナ陽性者の療養期間が短縮されました！

2, セルフチェックで陽性確定診断されるようになりました！（ただし行えない条件あり）

### 1, コロナ陽性者の療養期間が短縮されました！

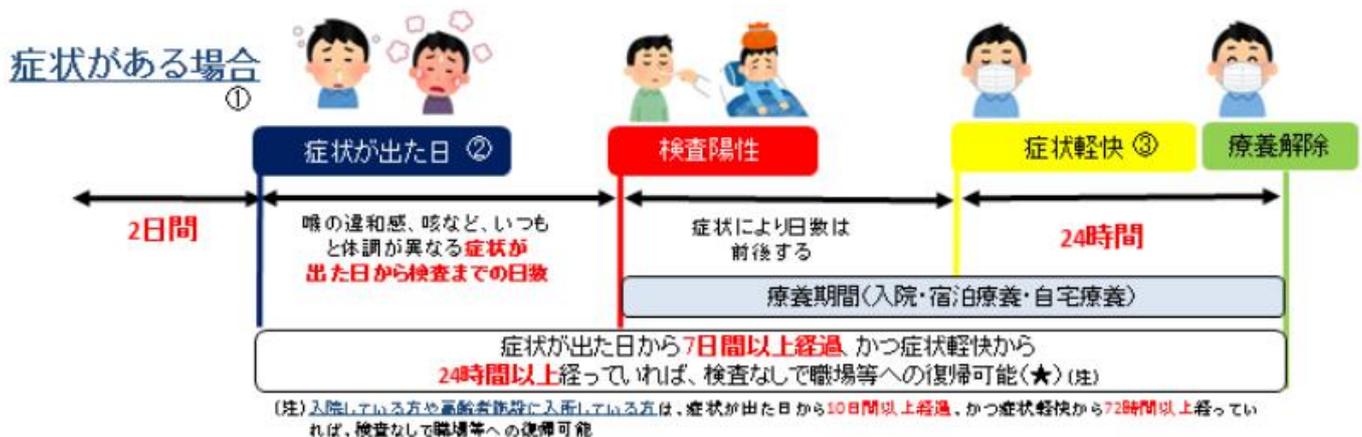
<症状がある方>

発症日から7日間経過し、かつ、症状軽快から24時間経過している場合は8日目から療養解除！

<無症状の方>

検体採取から7日間を経過した場合には8日目から療養解除！

もしくは、5日目の検査キットによる検査で陰性を確認した場合には、6日目から療養解除！



### 症状がない場合



※9/7 から適用開始であり、9/7 以前からの療養者も対象です。

※療養期間は短縮されましたが、排菌期間(周囲へ感染させる可能性のある期間)は7~10日間と変わりません。したがって、業種により入社基準の緩和をする場合は慎重に行ってください。(医療機関や介護施設への出入りがある場合など)

### 2, セルフチェックで陽性確定診断されるようになりました！（ただし行えない条件あり）

以前は発熱外来での検査が必須でしたが、ある条件を除き自宅でのセルフチェックで陽性確定診断が可能になりました！

① **薬事承認を受けた検査キット**を入手し、検査する。

(精度が異なるため研究用ではなく、**体外診断用医薬品と記載があるものを使用してください。**)

以前とは異なり、**自治体からの検査キット無料配布や、薬局やオンラインでも購入ができるようになりました。**)

② セルフチェックで陽性が判明した場合、自治体ごとの陽性者登録センターに入力をする。

③ 自宅療養開始する。

○セルフチェックでの確定診断が行えない条件○

① **65歳以上(自治体によって異なります。東京都は20~40歳のみ可能などあります。)**

②入院を要する者

③重症化リスクがあり治療薬投与等が必要な者(既往歴がある方が多いです。)

④妊娠している者

**変わらない点**

**感染予防対策に関して変更はありません！**

- ・ 3密(密閉・密集・密接)を避ける
- ・ 室内や会話をする際のマスク着用の徹底
- ・ 手洗いやうがいの徹底

**感染リスクが高まる「5つの場面」**

**場面① 飲酒を伴う懇親会等**

- 飲酒の影響で気分が高揚すると同時に注意力が低下する。また、聴覚が鈍麻し、大きな声になりやすい。
- 特に数居などで区切られている狭い空間に、長時間、大人数が滞在すると、感染リスクが高まる。
- また、回し飲みや箸などの共用が感染のリスクを高める。



**場面② 大人数や長時間におよぶ飲食**

- 長時間におよぶ飲食、接待を伴う飲食、深夜のはしご酒では、短時間の食事比べて、感染リスクが高まる。
- 大人数、例えば5人以上の飲食では、大声になり飛沫が飛びやすくなるため、感染リスクが高まる。



**場面③ マスクなしでの会話**

- マスクなしに近距離で会話をする事で、飛沫感染やマイクロ飛沫感染での感染リスクが高まる。
- マスクなしでの感染例としては、昼カラオケなどでの事例が確認されている。
- 車やバスで移動する際の車中でも注意が必要。



**場面④ 狭い空間での共同生活**

- 狭い空間での共同生活は、長時間にわたり閉鎖空間が共有されるため、感染リスクが高まる。
- 寮の部屋やトイレなどの共用部分での感染が疑われる事例が報告されている。



**場面⑤ 居場所の切り替わり**

- 仕事での休憩時間に入った時など、居場所が切り替わると、気の緩みや環境の変化により、感染リスクが高まることもある。
- 休憩室、喫煙所、更衣室での感染が疑われる事例が確認されている。



参考

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708\\_00001.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html)

<https://www.mhlw.go.jp/content/000927280.pdf>