

新型コロナウイルス感染症

【自宅療養の注意事項】

- 療養期間中は外出をしないでください。
- こまめに手洗いをしてください。
- 定期的に部屋の換気をおこなってください。
- 鼻をかんだティッシュ等は密閉して捨ててください。
- 健康状態の正確な把握が困難となる恐れがあることや症状の悪化の恐れがあることから、療養中の飲酒・喫煙は厳禁です。
- 症状の有無にかかわらず、自宅療養中は家庭への訪問者はできるだけ断るようしましょう。やむを得ず訪問を受け入れる場合は、対面は避け可能な限りインターホン越しのやり取りに限定してください。
- 就業制限の解除は、保健所による健康状態の確認を経て行われます。解除された後に職場等で勤務を開始するに当たり、職場等に証明を提出する必要はありません。

療養中の健康観察について

- 1日2回の体温測定、体調確認を行ってください。

ゴミ出しについて

- 自宅療養期間中のゴミは、厳重に密閉して一般ゴミとして廃棄してください。
- 廃棄の際には、マスク、手袋、廃棄後の手洗い等により感染防止対策を行ってください。

食料・日用品について

- 食料や日用品は原則として、ご自身で調達・確保をお願いします。

- イオンネットスーパーおうちでイオン
(<https://shop.aeon.com/netsuper/>)
- イトーヨーカドーアイワイネット
(<https://www.iy-net.jp/nssp/index.do>)
- セブンミール
(<https://7-11net.omni7.jp/top>)

Q1.自宅療養中に体調不良になった場合はどうしたらよいですか？

A.発熱（37.5℃以上）または呼吸器症状（咳、咽頭痛など）の体調の変化が生じた場合には「札幌市保健所（9：00～17：00）」もしくは「#7119（24時間）」までご連絡ください。その際は必ず「新型コロナウイルス陽性者」であることをお伝えください。

Q2.自宅療養中の健康観察で特に留意すべき症状はどのようなものでしょうか。

A. 緊急性の高い症状として、「顔色が悪い」「息苦しい」「意識がもうろうとする」などがあります。

Q3.自宅療養期間が終了したことにに関して、医療機関や保健所等に各種証明等の発行は依頼できますか？

A. 国内での感染者数が増えていること、また療養終了後に勤務等を再開するにあたって職場等に陰性証明を提出する必要はないため、保健所等や陰性確認検査を実施した医療機関等へ、各種証明を請求することはお控えいただくようお願いいたします。