

3. 家庭内に感染者が発生したとき

- 家庭内での感染対策をしましょう
(家庭内で部屋を分けましょう。また部屋を分けることが難しい場合は極力距離を置き、可能な限り近づかないようにしましょう)
- 自室以外はマスクを着用しましょう
- 毎日健康観察をしましょう



感染者

- 仕事や学校は休みましょう

感染者以外の家族

- 学校や職場に濃厚接触者となった旨を連絡しましょう
- ハイリスク者（高齢者や基礎疾患がある者等）との接触を控えましょう
- 症状がある場合はかかりつけ医か健康相談センター（☎0120-501-507）に相談しましょう

家庭内でできる9つの対策！

部屋を分ける



マスクの着用



手の触れる部分の消毒



こまめに手洗い



窓を開けて換気



食事は距離をとる (感染者は別室で)



洗濯物

感染者以外の家族は、使い捨て手袋を使うなど、直接手が触れないように扱う（普通に洗います）

ゴミ

感染者以外の家族が使い捨て手袋を使うなど、直接手に触れないようにする。袋をしっかりと縛り3日程度放置してから処分



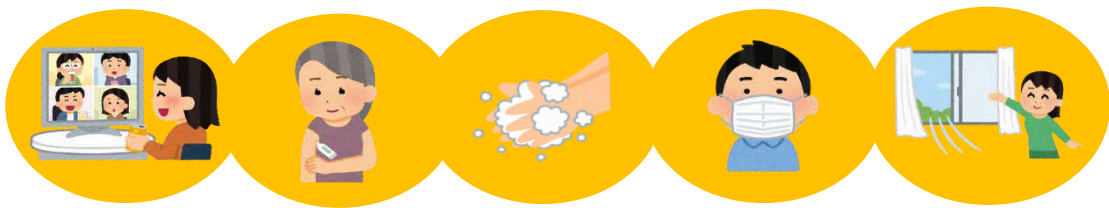
日常からの常備食



新型コロナウイルス感染症～職場でできる自主的な対策～

新型コロナウイルス感染症については、いつ、だれが、どこで感染してもおかしくない状況です。従業員の方が感染したとしても、職場全体への感染を防ぐために、日ごろから感染対策を心がけましょう。

ご自身や大切な方の健康を守るために、ご理解ご協力をお願いいたします。



日常的な対策

感染していても、無症状のため自分では気づかない場合もあります。特に、感染拡大時には、自分や周囲が既に感染しているかもしれないことを想定し、「うつさない」＝「うつらない」行動を！

出勤前に健康チェック



自分や周囲の人が体調不良になった時は、職場と相談



職場内ではマスクをつける



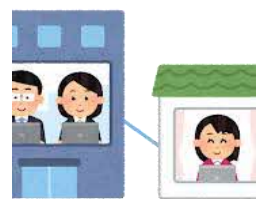
こまめに換気



手指消毒アルコール設置



リモートワークや時差出勤の促進



**日常から感染予防策
(こまめな手洗い・手を触れる部分の消毒など)**



発生を想定した時のことを職場で共有



「職場で陽性者(疑い)が発生！」～職場でできる自主的な対策

【体調不良となった時】



現在流行しているオミクロン株は、感染力が強く、潜伏期間が短いといった特性があり、感染が広がるスピードが極めて速いことから、症状がある方や感染の可能性のある方がいる場合、陽性であった場合を想定して、感染予防対策をすることが効果的です。

- 体調不良時は、速やかに職場に連絡し、念のため休む
 - ※職場では、体調不良者が無理に出勤しないよう日頃から周知を行う
- 体調不良者は検査を受けることになったとき、検査の結果がわかったときは、速やかに職場に連絡する
- 職場は、職場内の共用部分（ドアノブ、蛇口、スイッチ、共用機器・物品）などを念のため消毒する

【感染者が発生した時（感染者と接触があった場合）



マスクをせずに飲食や会話等を手が触れる距離(1m程度)で15分以上、共にしましたか？

↓ はい

行動の自粛を検討しましょう

- ・接触から一定期間(目安として7日間)の外出の自粛
- ・自身での健康観察と感染対策の実施

↓ いいえ

行動範囲に気をつけましょう

- ・接触から目安として7日間以下の行動を控えるなどの配慮を！
 - ▶ハイリスク者(高齢者や基礎疾患のある者等)との接触
 - ▶ハイリスク施設(医療機関や高齢者施設等)への立ち入り
 - ▶不特定多数との飲食
 - ▶大規模イベントへの参加
- ・自身での健康観察と感染対策の実施

1人1人のご協力が大切です！

症状がある場合は……

※健康観察期間中に症状が出た場合も同様です

①かかりつけ医にご相談ください

受診する際には、事前に電話し、「陽性者と接触があった」ことを伝えてください。受診にかかる費用は医療機関にご確認ください

②かかりつけ医がない場合は、次のいずれかに電話相談ください

- ・北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター
☎0120-501-507(24時間)
- ・最寄りの診療・検査医療機関



診療・検査医療機関
北海道ホームページ

用語説明と全体の流れ

用語説明



「感染者」

新型コロナウイルス感染症の診断を受けて療養中の方

「接触者」

感染者の調査対象期間(下記参照)中に、感染者と何らかの接触があった方

「感染の可能性がある方」

適切な感染防止策を取らないまま(感染者がマスクを着用していない等)1m程度の距離で15分以上、感染者と飲食や会話等の接触があった方

「健康観察(期間)」

「感染の可能性がある方」になった際は、体調変化に留意していただくとともに一定の期間、次の対応を行っていただくようお願いいたします

感染者と最後に接触した日の翌日から7日間(8日目解除)の自宅待機(外出自粛)と検温など自身による健康状態の確認

「調査対象期間」について

①感染者が有症状の場合

感染者の**発症日**2日前から最終接触日までの期間

<有症状>

	日	月	火	水	木	金	土	日
調査対象外				発症日		最終接触日	陽性確定	

発症日2日前から最終接触日まで

②感染者が無症状の場合

感染者の**検体採取日**2日前から最終接触日までの期間

<無症状>

	日	月	火	水	木	金	土	日
調査対象外				検体採取日		最終接触日	陽性確定	

検体採取日の2日前から最終接触日まで

全体の流れ

① 感染者本人から学校等へ連絡

② 調査対象期間を確認



事前準備

1. 感染者等からの聞き取りで発症日(無症状の場合は検体採取日)を確認
2. 調査対象期間(発症日2日前～最終登校日)を確認。
その間の登校日等を確認

③ リストアップ&判定(別のリストアップ表を参考)

④ 接触者への対応

リストアップされた方は、「**感染の可能性がある方**」です。

対象者には次の事項をお願いしてください

- 感染者と最後に接触した日の翌日から7日間(8日目解除)の外出自粛※の検討。検温など自身による健康状態の確認
- 上記以外の方も、感染者と接触した翌日から7日間は健康に気をつけてください

※1 保育所、幼稚園、小学校等の職員、障害者支援施設等の従事者は、①他の職員による代替が困難、②ワクチンの追加接種後(2回目接種から6ヶ月経過していない場合は2回目接種から)14日間経過、③無症状であり、毎日業務前に核酸検出検査又は抗原定量検査(困難な場合は抗原定性検査キットも可)により陰性を確認、④濃厚接触者である当該職員の業務を所属の管理者が了解している場合は、業務に従事することが可能

※2 ※1以外の従事者であっても、4、5日目の抗原定性検査キットを用いた自費(事業者)検査により陰性確認できた場合は5日目に待機解除が可能

(※1、2ともに、7日間を経過するまでは、検温等の経過観察をお願いします)

※健康観察期間中に症状が出た場合も同様です

症状がある場合は…

①かかりつけ医にご相談ください

受診する際には、事前に電話し、「感染者と接触があった」ことを伝えてください。受診にかかる費用は医療機関にご確認ください

②かかりつけ医がない場合は、次のいずれかに電話相談ください

・北海道新型コロナウイルス感染症健康相談センター

☎0120-501-507(24時間)

・最寄りの診療・検査医療機関



診療・検査医療機関
北海道ホームページ



○抗原検査キットを使うときは？

薬局等で「医療用」として販売されているものを使いましょう。「陽性・高リスク」と判定された場合、①・②の対応をお願いします。なお、無症状者の使用は推奨されていません