

新型コロナウイルス感染症の軽症者等にかかる自宅療養について

自宅療養の対象となる方

1. 以下 ①から⑨のいずれにも該当せず入院を必要とする基礎疾患がなく、感染管理対策が可能な者。
2. 同居家族に高齢者、免疫不全等要配慮者、医療・介護従事者のない者。

- ① 65歳以上の者
- ② 呼吸器疾患を有する者
- ③ 腎臓疾患、心臓疾患、血管疾患、糖尿病、高血圧症、肥満その他の事由により臓器等の機能が低下しているおそれがあると認められる者
- ④ 臓器移植、免疫抑制剤、抗がん剤等の使用その他の事由により免疫の機能が低下しているおそれがあると認められる者
- ⑤ 妊婦
- ⑥ 現に新型コロナウイルス感染症の症状を呈する者であって、当該症状が重度又は中等度である者
- ⑦ 新型コロナウイルス感染症の症状等を総合的に勘案して医師が入院させる必要があると認める者
- ⑧ 都道府県知事（保健所を設置する市にあたっては市長）が新型コロナウイルス感染症のまん延を防止するため入院させる必要があると認める者
- ⑨ ①から⑧以外の者であって当該感染症まん延を防止するため必要な事項として厚生労働省令で定める事項（※）を守ることにより同意しないもの

（※）指定された期間、内容、方法及び頻度で健康状態を報告すること。

指定された期間、場所から外出しないこと。

新型コロナウイルス感染症のまん延を防止するため必要があると認められる事項

実際に宿泊療養・自宅療養を行っていただくにあたっては、お住まいの地域を管轄する保健所が聞き取り等を踏まえ総合的に判断します。

自宅療養中の健康観察について

- ・毎日、1日3～4回（朝・昼・夜（夕・寝る前））ご自身の健康状態を確認していただき、その状況を1日2回、報告していただきます。
- ・お住まいの地域を管轄する保健所が、健康状態を確認します。
- ・健康状態の報告・確認は、スマートフォンアプリや電話等で行います。
- ・療養解除については、健康状態等を総合的に勘案して保健所長が判断します。
- ・体調が悪化した場合は保健所へ連絡ください。

療養中に利用できる支援について

- ・希望者に対し、配食サービスを実施しています。
- ・保健所よりパルスオキシメーターの貸し出しを行っています。療養解除後は保健所へ返却してください。
- ・オンライン診療による薬の処方希望される方のために、保健所より医療機関のリストをお渡ししています。
- ・体調が悪化した場合等、医師による往診を受けることもできます。詳しくは保健所にご相談ください。

本リーフレット及び宿泊療養・自宅療養のご案内は、大阪府のホームページでもご覧いただけます。

●大阪府ホームページ「新型コロナウイルス感染症について」

<http://www.pref.osaka.lg.jp/iryo/osakakansensho/corona.html>

※「安静・療養される皆様へ」の項目をご覧ください。



新型コロナウイルス感染が疑われる場合 家庭内でご注意いただきたいこと

部屋を分けましょう

- ☐ 個室にしましょう。
- ☐ ご本人は極力部屋から出ないようにしましょう。

換気をしましょう

- ☐ 定期的に換気をしてください。

こまめに手を洗いましょう

- ☐ こまめに石鹸で手を洗いましょう。
- ☐ アルコール消毒をしましょう。

感染者のお世話はできるだけ限られた方で

- ☐ 心臓、肺、腎臓に持病のある方、糖尿病の方、免疫の低下した方、妊婦の方などが感染者のお世話をするのは避けてください。

汚れたりネン、衣服を洗濯しましょう

- ☐ 体液で汚れた衣服、リネンを取り扱う際は、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し完全に乾かしてください。

手で触れる共有部分を消毒しましょう

- ☐ 共用部分（ドアの取っ手、ノブ、ベッド柵など）は、薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭きしましょう。
- ☐ トイレや洗面所は、通常の家用品用洗剤ですすぎ、家庭用消毒剤でこまめに消毒しましょう。
- ☐ 洗浄前のものを共用しないようにしてください。

ゴミは密閉して捨てましょう

- ☐ 鼻をかんだティッシュ、マスク等のゴミはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。

マスクをつけましょう

- ◆ 使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。
- ◆ マスクの表面には触れないようにしてください。
- ◆ マスクを外した後は必ず石鹸で手を洗いましょう。

宅配等は非対面で受け取りましょう

- ◆ インターフォン等が鳴ったら、宅配ドライバーに非対面での受け取り希望を伝え、玄関先等に荷物を置くよう宅配ドライバーへ依頼し、扉の前などに配達事業者など人がいないことを確認し受領する。
- ◆ 療養者以外の方が受け取る場合も、上記の対応を。

- ☐ ご本人は外出を避けてください。
- ☐ ご家族、同居されている方も熱を測るなど、健康観察をし、不要不急の外出は避け、特に咳や発熱などの症状があるときには、職場などに行かないでください。

参考

消毒液（次亜塩素酸ナトリウムの希釈液）の作り方

※市販の次亜塩素酸ナトリウム製剤は濃度が濃いので、
使用時には0.05%～0.1%程度に薄めて使用してください。

市販の次亜塩素酸ナトリウム製剤

使用頻度	原液濃度	方法	使用目的
0.05%	6%	3Lの水に対して原液25ml	ドアノブ、照明のスイッチ、机、椅子、電話機、コピー機のボタン、エレベーターのボタン等の清掃
0.1%	6%	3Lの水に対して原液50ml	トイレ、洗面台の清掃 おう吐物、ふん便の処理

濃度	商品名
1%	ミルトン等
5%	ハイター、ブリーチ等
6%	ピューラックス、アサヒラック等

- ・使用時は、マスクや手袋をしてください。
- ・ペーパータオル等に十分に薬液を含ませて拭いた後、水拭きしてください。
- ・希釈した次亜塩素酸ナトリウム溶液は、その都度使い切ってください。