HP用

**宿泊療養されるみなさまへ**

**（東急ステイ大阪本町）**

**令和４年11月８日**

**大阪府**

**１、はじめに**

皆様におかれましては、当面の間、宿泊施設で療養されることになります。

ご宿泊される皆様に、安心・安全にお過ごしいただくため、本紙記載の内容についてご理解・ご協力いただきますよう、お願いいたします。

生活上のお困りごとや健康面の心配ごとがございましたら、お気軽に事務局までご連絡ください。スタッフへのご連絡は、二次感染防止の観点から、携帯電話または各室に設置されている内線電話にてお願いいたします。

・**立入禁止区域**には**絶対に立ち入らないでください。**

・建物外へ出ることはできません。**外出した場合は警察に連絡します。**

ただし、**火災等が発生した場合は避難を優先してください。**

・居室の外に出る場合は、**必ずマスクの着用**をお願いします。

・防護服等の準備が必要なため、**職員に直接話しかける必要があるときは、**

**事前に電話連絡**をお願いします。

**＜厳守＞　※感染防止の観点から、特に厳守願います。**

**２、連絡先**

|  |
| --- |
| ＜咳や発熱など健康面に関するご相談（看護職）＞  **TEL：**  　※２４時間いつでもご連絡ください。こちらは保健医療関係専用の相談窓口のため、  容態が急変された方からの緊急の連絡もこちらで受付けておりますので、  健康状態と関係ないご相談についてはご遠慮ください。 |
| ＜生活上のお困りごとに関するご相談（ホテル従業員）＞  **TEL：**  ※２４時間いつでもご連絡ください。 |

**３、ご宿泊中に必要なもの（例）**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 品目 | 備考 | チェック |
| 現金 | 退所時の交通費。 | □ |
| キャッシュカード、クレジットカード | 必要であればお持ちください。 | □ |
| 健康保険証 | 健康相談時等に必要。 | □ |
| 携帯電話  スマートフォン | 毎日の体温・体調等をご入力いただくため、必ずお持ちください。 | □ |
| 携帯・スマートフォン用充電器 |  | □ |
| ヘアードライヤー |  | □ |
| 着替え | ホテルに有りません。 | □ |
| 下着 | ホテルに有りません。 | □ |
| 靴下 | ホテルに有りません。 | □ |
| パジャマ | ホテルに有りません。 | □ |
| バスタオル | ホテルに有りません。 | □ |
| ハンドタオル | ホテルに有りません。 | □ |
| 洗濯洗剤 |  | □ |
| 洗濯用ネット |  | □ |
| 体温計 |  | □ |
| 生理用品 |  | □ |
| 薬、お薬手帳 | 常備薬、頓服薬。 | □ |
| 衛生用品 | 歯ブラシ、歯磨き粉、髭剃り、 洗顔石鹸、ブラシ、爪切り等。 | □ |
| マスク（１０枚程度） |  | □ |
| 眼鏡、コンタクト、コンタクト液 |  | □ |
| 嗜好品 | コーヒー、紅茶、お茶等。 | □ |
| コップ類 |  | □ |
| ウエットティッシュ |  | □ |
| 消毒用アルコール等 |  | □ |
| 雨具 |  | □ |
| 気分転換にご使用されるもの | ゲーム機、パソコン、雑誌、 漫画等。 | □ |
| シャンプー |  | □ |
| リンス |  | □ |
| ボディーソープ |  | □ |

※上記の表は準備物の参考例です。

個人で必要と思われるものは追加でご準備ください。

**【参考：宿泊施設（東急ステイ大阪本町）にある備品リスト】**

|  |
| --- |
| テレビ、冷蔵庫（空）、電気ポット |
| トイレットペーパー、ティッシュ |
| スリッパ、ゴミ箱、ハンガー |

※上記以外は自分で用意いただく必要があります。

※館内にコンビニ等の販売店はありません。

＜あると便利なものリスト＞

○延長コード

　コンセントの位置が遠い場合があるため。

○ポケットWI-FI

　テレワークやオンラインゲームをする方はぜひお持ちください。

ホテルのWI-FIは途切れたり、通信速度が遅くなることがあるため。

○エコバック等

施設内でお弁当や飲料は所定の位置で配布しています。このような荷物を部屋まで持ち帰るさいにあると便利です。

**３、ご宿泊中の注意事項**

**（１）健康状況の報告（毎日の報告、緊急時）**

○毎日、（別紙１）の内容を参考に、1日3～4回（朝・昼・夕・寝る前等）を

目安にセルフチェックを行ってください。

■発生届対象の方

８時頃、１６時頃に２回検温を行い、ご自身のスマートフォンやパソコンから、

健康観察データに体温や酸素飽和度（SpO2）、体調等を入力してください。

（入力方法については、ご入室される際にご案内します。）

体調変化のある方から、看護職が各居室に電話し、体調についてお伺いします。

■発生届対象外の方（陽性者登録センターに登録された方）

８時頃、１６時頃に２回検温を行ってください。看護師から架電があります

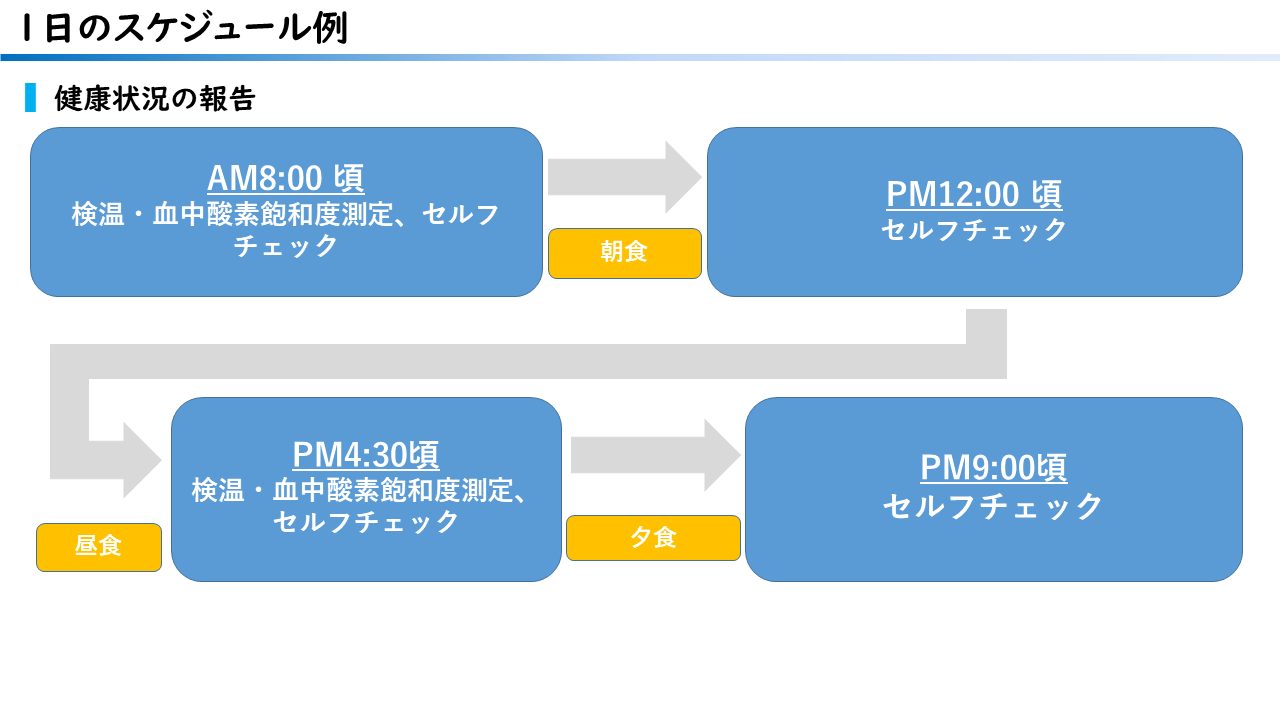
ので、体温、酸素飽和度(SpO2)等、症状をお知らせください。

　宿泊療養中に健康観察用のHER-SYS IDが発行されます。大阪府保健所からのSMSを確認しましたら、HER-SYSガイドを参考に登録してください。

　登録後は、ご自身のスマートフォンやパソコンから、健康観察データに体温や酸素飽和度（SpO2）、体調等を入力してください。

〇必要に応じてオンラインによる健康相談・診療を行います。

○体調に変化がある場合（特に発熱の場合）は、夜間でも、速やかに看護職までお電話ください。なお、各自で救急車を呼ばずに、必ず施設内の看護職へ連絡をしてください



**PM4:00頃**

**【オンライン健康相談・診断のご案内】**

内容：医師によるオンライン健康相談・診察・薬の処方（新型コロナ感染症に関する薬）

対象：病状の悪化の可能性、体調に変化がある宿泊療養者

方法：本人の希望や、看護師による健康観察等により、必要に応じ

オンライン健康相談・診療を調整

※健康保険証が必要です。必ずご持参ください。

※常用薬（持病の薬）は１０日程度、頓服薬等は、できる限り持参してください。

**【その他相談の窓口】**

○ストレス等による心の不調についての相談

・こころのホットライン　**０６－６６９７－０８７７**

　　　　　　　　　　　　　午前9時30分から午後5時《土日祝日は除く》

○新型コロナウイルスに感染した妊産婦へ、母子の健康や育児に関する相談

・居住地の保健所

保健所の連絡先がわからない場合は

お問い合わせ総合ダイヤル　**０６－７１６６－９９８８**

　　　　　　　　　　　午前9時から午後6時《土日祝日は除く》

・大阪府助産師会　**０６－６７７５－８８９４**

　　　　　午前9時から午後5時《土日祝日は除く》

**（２）ご宿泊に当たっての生活基本事項**

**〇生活全般**

原則として、各自の居室内に留まっていただくようお願いします。

また、居室のドアを開閉する際には、必ず、手指消毒して頂くとともに、

マスクを着用して頂きますよう、お願いします。

**〇風呂・手洗い**

各居室内に設置されています。浴室の使用時間帯の制限はございませんが、

深夜・早朝の使用の場合には、周囲へのご配慮をお願いいたします。

**〇清掃・洗濯**

居室内の清掃及び衣類等の洗濯は、ご自身で行ってください。

洗濯は、洗濯機・乾燥機を無料でご利用頂けます。

**〇食事**

毎食、以下の時間帯に、放送等でお知らせしますので、

マスク着用のうえ指定場所にてお受け取りください。

入所時に療養中の夕食を２種類より選択して頂きます。※朝と昼は１種

選択したお弁当（AコースまたはBコース）を確認頂き、

お取り間違いの無いようにお願いいたします。

（※入所当日の夕食は発注の都合上Aコースになります。）

なお、お弁当を全部お召し上がりになる必要はありません、

体調に応じ、ご飯の量を減らすなどして、健康管理にご留意ください。

また、食中毒防止のため、お早めにお召し上がりいただくとともに

食べ残しは廃棄いただきますようお願いします。

※食事をお配りする時間帯の目安

朝食：AM７時から、昼食：PM0時から、夕食：PM６時から

**〇ごみ**

各居室のビニール袋にペットボトルや缶をつぶしたり、

弁当の蓋や容器を重ねたりするなど、できるだけ小さくコンパクトにした上で、

可燃ごみ、ビン、缶、ペットボトルは、袋に入れて１階指定場所にお出しください。

**〇Wi-Fi**

館内でご自由にご利用いただけます。

※ご利用が集中した場合、一時的に通信スピードが低下したり

ログインができない状態になったりすることがあります。

※安定したデータ通信を行いたい方は、ポケットWi-Fi等をご持参ください。

**○差し入れ**

差し入れの中に酒類・たばこ、危険物等が入っていないか、差し入れ者もしくは本人立会いの下、中身を確認させていただきますのでご承知おきください。

差入れは最小限でお願いします。

飲食の差し入れによる体調不良等は自己責任となります。

**（３）その他の注意事項**

・宿泊している居室のフロアや共用スペース、洗濯室以外のフロアには

立ち入らないでください。

・電話に応答されないなど、安否確認等が必要である場合、

居室へ立ち入ることがあります。

・飲酒・喫煙は厳禁です。

※持ち込みが判明した場合、退所されるまでの間、ホテルでお預かりさせてい

ただきます。

・室内を出るときは転倒しないためできるだけかかとのある靴を使用してください。

　　・宿泊療養中はご家族やご友人等との面会はできません。電話の取次ぎもできません。

・職員が宿泊者に代わって、物品の購入等をお受けすることは致しません。

・部屋備え付けの電話から外線をかけることは出来ませんのでご注意下さい。

・宿泊しているホテル名はSNS等で公開しないようにお願いいたします。

・他の宿泊される方のご迷惑とならないように、お静かにお過ごしくださいませ。

また、マンションに密接している為お静かにお過ごしくださいませ。

・居室の外に出る際は、必ず部屋のカギをお持ちください。

カギをお忘れになるとオートロックが掛かりお部屋に入れなくなります。

誤って、カギをお忘れになった場合は、館内の内線電話にてご連絡ください。

**（４）療養解除に関する考え方**

　・国の退院に関する基準と同様です。

・【症状がある患者】発症日から7日間経過し、かつ、症状軽快後24時間を経過した場合には8日目から療養解除となります。

・【症状がない患者】検体採取日から7日間を経過した場合には8日目に療養解除となります。5日目に検査キットによる検査で陰性を確認した場合は、6日目に療養期間の短縮が可能となります。宿泊療養施設では検査体制が整っておりませんので、原則対応できません。ご了承ください

・最終的な判断は保健所長が行いますので、毎日の健康観察を必ず報告してください。



**（５）同意書について**

　　・本書をご確認いただいたうえで、別添の「同意書」に、日付、氏名、住所、携帯電話番号を記入してください。

また、療養中の夕食をAコース、Bコースの２種類から選択してください。

記入されましたら、内線９９番に連絡してください。

連絡後、１階受付に行っていただき、遠隔診察用のモニターに同意書をかざしてください。モニターを通して、同意書を撮影させていただきます。

・撮影が終了した同意書は、ご自身で宿泊療養期間終了まで、保管してください。

・未成年の場合は、入所前に保健所より保護者の方へ同意書内容を説明し承諾をいただいております。その際、本人の連絡先とは別に、保護者の連絡先も確認します。

※お手数をおかけして、申し訳ありませんが、ご協力をよろしくお願いいたします。

**（６）療養における医療費の公費負担について**

　　療養中の新型コロナウイルス感染症に係る医療費については全額公費負担の対象となります。

**（７）宿泊療養の各種証明書について**

**〇PCR検査の結果が陰性であることの証明書(陰性証明)について**

保健所では陰性証明の発行はしていません。（宿泊療養終了後に勤務等を再開するにあったって、職場等に陰性証明を提出する必要はありません。この取り扱いは、厚生労働省から各都道府県労働局にも周知しています。）

**〇宿泊療養又は自宅療養を証明する書類（保険会社の医療保険等の入院給付金の請求のための証明書）について**

保険会社の医療保険等の対象となるかは、保険会社にご確認ください。

発生届対象者の方は療養を証明する書類（療養証明書）の発行が可能です。

ご自宅のパソコンや、お持ちのスマートフォンを使いMy HER-SYSで療養を証明する書類（療養証明書）を交付できます。パソコン、スマートフォンをお持ちでなくMy HER-SYSをご利用できない方に関しては、管轄の保健所で交付できますのでご相談ください。

発生届対象外の方は（陽性者登録センターに登録された方）、療養証明書の発行はできません。

**～宿泊療養生活について確認しましょう～**

（１）感染防止のために注意すること

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 注意する項目 | 本人 |
| １ | 宿泊施設から外出しない  外部からの訪問者を宿泊施設に入れない。 | □ |
| ２ | マスクを着用する | □ |
| ３ | 小まめにうがい・石鹸で手洗いをする | □ |
| ４ | シーツは、宿泊者が交換し、袋に入れて密閉する | □ |
| ５ | タオルや衣類は、通常の洗濯洗剤で洗濯し、しっかり乾かす | □ |
| ６ | 食事は、指定場所へ取りに行く | □ |
| 7 | ゴミは密閉して捨てる | □ |

　（２）日常生活について

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | 本人 |
| １ | 食事について  ※宿泊療養期間中は禁酒・禁煙 | □ |
| 2 | 掃除について | □ |
| ３ | 入浴について | □ |
| ４ | 服薬について | □ |
| ５ | 日中、生活する際の不便はありますか | □ |

**宿泊施設で療養される方へ**

（別紙１）

～新型コロナウイルス感染症の軽症者等の療養時における留意点～

宿泊で療養をするにあたり、ご不安なことも多いことと思いますが、保健所と宿泊施設医療スタッフが

あなたの療養をサポートします。

毎日、宿泊施設医療スタッフより健康観察のためにご連絡しますので、そのときにあなたの体調についてお聞かせください。

また、１日に３～４回（朝・昼・夕・寝る前等）　以下の囲みのような症状の有無について、自己チェック（セルフチェック）をしていただき、**該当する項目がある場合には、直ちに宿泊施設医療スタッフに連絡してください。**

自己チェックのタイミングでなくても、症状がみられたときには、緊急の対応が必要となりますので、直ちに連絡してください。

●緊急性の高い症状

|  |  |
| --- | --- |
| 表情・外見 | ・顔色が明らかに悪い  ・唇が紫色になっている  ・いつもと違う、様子がおかしい |
| 息苦しさ等 | ・息が荒くなった（呼吸数が多くなった）  [過呼吸のイラスト](https://www.irasutoya.com/2016/12/blog-post_239.html)・急に息苦しくなった  ・生活をしていて少し動くと息苦しい  ・胸の痛みがある  ・横になれない。座らないと息ができない  ・肩で息をしている  ・突然（2時間以内を目安）ゼーゼーしはじめた |
| 意識障がい等 | ・ぼんやりしている（反応が弱い）  ・もうろうとしている  ・脈がとぶ、脈のリズムが乱れる感じがする |

令和2年4月27日　厚生労働省　事務連絡

「新型コロナウイルス感染症の軽症者等に係る宿泊療養・自宅療養における健康観察における

留意点について」より

（別　添）　　　　　　　　　同 意 書

大阪府知事　様

* 宿泊療養施設への入所にあたり、万一、新型コロナウイルス陽性者でなかった場合、新型コロナウイルスの感染リスクがある事について了承します。
* 「宿泊療養されるみなさまへ」の内容について十分に理解し、記載事項を遵守します。

※感染症法により、宿泊療養者には以下のことが求められています。

（法第４４条の３第２項及び３項）

・療養期間中はご自身の体温その他の健康状態について報告すること。

・宿泊施設から外出しないことその他の新型コロナウイルス感染症の感染の防止に必要な協力の求めに応じるよう努めること。

令和　　年　　月　　日

氏名：

住所：

携帯電話：

未成年の場合　保護者氏名：

　　　　　　　　　携帯電話：

○宿泊療養は、感染症法に基づくものであり、以下の点に注意すること。

・もし宿泊者が、宿泊施設から逃げ出した場合は、保健所長により入院の勧告が行われ、

この入院の勧告に従わない場合は、入院措置（即時入院）をとることができる。

・また、上記の勧告又は措置によって入院した場合の入院費用は保険適用分を除き自己負担となり得る。

・さらに上記の入院措置に反して逃げ出した場合や入院しなかった場合については

罰則（５０万円以下の過料）が設けられている。

※以上、感染症法第19条第1項、同法第26条第２項、同法第37条第3項、同法第80条

・オンライン診療を受診した時点で、コロナ患者と確認または診断されなければ、コロナに関する治療において、公費負担が受けられません。通常医療と同様、保険適用分を除き、自己負担となります。

◆夕食の選択（どちらかに〇）

**Aコース　　　　Bコース**

**（標準：魚や野菜、煮物が中心）　　　　（揚げ物や肉が中心）**

**※選んだコースは退所まで変更できませんのでご了承ください。**