

保護者様

大田区立馬込第二小学校  
校長 雨笠 常宣

**家庭数**

**新型コロナウイルスの陽性が判明した方の濃厚接触者である  
同居家族等の待機期間について**

陽性者の濃厚接触者である同居家族等の待機期間について、教育委員会からの連絡に基づき、以下のとおりとさせていただきます。なお、本取扱いについては大田区保健所の確認を取っております。

以下の内容をご確認ください。

1 新型コロナウイルス陽性者の濃厚接触者である同居家族等の待機期間について

厚労省事務連絡によると、陽性者と生活を共にする濃厚接触者の待機期間は、当該陽性者の発症日（当該陽性者が無症状の場合は検体採取日）又は当該陽性者の発症等により住居内で感染対策を講じた日のいずれか遅い方を0日目として、7日間（8日目解除）とされています。

このほか、以下についても定められています。

- ・同居家族等の中で別の家族が発症した場合は、改めてその発症日（無症状の場合は検体採取日）を0日目として起算する。
- ・陽性者が当初無症状で、その後発症した場合はその発症日を0日目として起算する。
- ・ここで言う感染対策は、日常生活を送る上で可能な範囲での、マスク着用、手洗い、手指消毒、物資等の共用を避ける、消毒等の実施などを想定しています。

（右図、新型コロナウイルス感染症 自宅療養中のチェックリスト

「家族で守ろう10の約束」をご活用ください。）

QRコードからも閲覧できます。→



↓URLからも検索できます。

[https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/kansen/corona\\_portal/shien/zitakuryouyouhandbook.html](https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/iryo/kansen/corona_portal/shien/zitakuryouyouhandbook.html)

・同居家族等の待機期間終了後も、当該陽性者の療養が終了するまでは、当該濃厚接触者においても検温などの健康状態の確認をお願いします。

大田区保健所感染症対策課より、

「新型コロナウイルス感染症と診断された方へ

2月3日版」裏面もご参照ください。

**家族で守ろう 10の約束**  
自宅でコロナ感染をひろげない！

療養期間中、毎日チェックしましょう。

|   |  |                    |
|---|--|--------------------|
| <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> | ✓コロナにかかった人と部屋（スペース）を分けていますか？<br><small>食事は別々に、時間差で。お風呂は感染した方が最後になるように。</small> | ✓よごれたタオルや服は洗濯しましょう |
| ✓タオルや食器など身の回りのものを一緒に使っていませんか？   | ✓ゴミはよくしばって捨てましょう   | ゴミの捨て方             |
| ✓看病する人は、感染を防ぐためできるだけ1人に決めましょう   | ✓こまめに手を洗いましょう  | 手洗いの仕方             |
| ✓家族で正しくマスクをつけましょう<br><small>できるだけ不織布のマスクを顔にぴったりつけて</small>  | ✓こまめに換気をしましょう<br>レンジフードも効果的  | 換気の仕方              |
| ✓手でよくさわる場所は掃除・消毒しましょう<br><small>ドアノブ、照明のスイッチ、リモコン、洗面台、トイレのレバーなど</small>   | 家のマイルール  |                    |

**困ったときの連絡先**

- ホテルでの療養の申込をしたい → 03-5320-5997
- お住まいの保健所 →
- かかりつけ医 →

**家族だからわかる変化を見逃さないで！**

- 自宅療養中の健康チェックのポイントや緊急時の対応はこちら →

令和4年1月20日  
東京都福祉保健局

# 新型コロナウイルス感染症陽性と診断された方へ

2022年  
2月3日版

感染急拡大のため保健所から全例SMS(ショートメッセージ)のご案内となります。なお、**マイズクの方、その他症状により必要な方へ**保健所から個別に電話連絡いたします。  
体温や症状についてはMy HER-SYSにて、朝9時までにご登録をお願いします。  
療養期間、濃厚接触者の考え方は裏面をご確認ください。  
ホテル療養希望、食料の配送希望がある方は下記までご連絡ください。



◎大田区

## ご連絡先について

自宅療養者サポートセンター「うちさば東京」1月31日より開始

**☎0120-670-440** (24時間対応、土日祝含む)

- ◆体調に不安のある方、一般的な相談は上記へ連絡ください
- ◆食料配送希望のある方は「うちさば東京」または大田区相談センターへ  
なお、うちさば東京では、**ネットでも食料配送を受け付けております→**



自宅療養者 24時間 医療相談窓口(看護師が対応)

医療機関から配布しているリーフレットをご確認ください

体調悪化が  
あれば連絡を!!

大田区相談センター (食料配送希望があるときはこちらへ)

※ご連絡時点での残りの療養日数によってはご希望に添えないことがあります  
**☎03-5744-1360** (9時~17時、平日のみ)

感染拡大期では、電話が大変込み合います。お手数ですが時間をあけてご連絡ください。

## My HER-SYSについて

- ◆ My HER-SYS(マイ ハーシス)は厚生労働省が開発したスマホによる健康管理です。
- ◆ ショートメールにてご案内を送付しています。ご自身で、体温など入力ください。
- ◆ お問い合わせ窓口 厚生労働省コロナ対策本部  
☎03-6812-7818 (9:30~18:15、平日のみ)

## ホテル療養

東京都のホテル療養(宿泊療養)ページをご確認ください。  
東京都 コロナ ホテルJで検索できます。  
65歳未満、無症状や軽症でホテル希望の方は下記へ申込を。  
☎03-5320-5997 (9時~16時、土日祝含む)

## 陽性判明後の療養について

変更は下線部

- ◆ 症状の有無や持病の有無などにより、入院、ホテル療養または自宅療養となります。
- ◆ 感染性がなくなるまで療養が必要です。療養期間中は外出しないでください。
- (療養期間) ※症状軽快日…解熱剤を使用せず37.5℃未満になった日(原則、体温を基準に判断します)  
発症日の翌日から10日間、かつ症状軽快日から3日間が経過するまで  
**無症状で陽性の場合、検査日の翌日から7日間が経過するまで**



発症日 ※ご自身で判断・記入  
(熱、咳、のどの痛み、だるさ等がでてきた日)  
※医療機関等では判断しません。

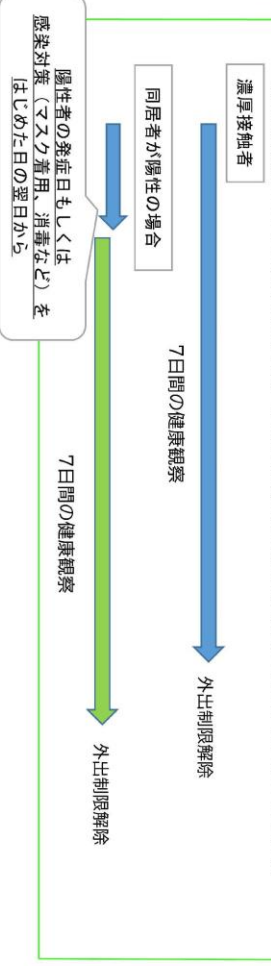
例) 1月11日からのどの痛み→1月11日

終了日 ※ご自身で記入

例) 1月11日からのどの痛み  
→1月8日時点で症状がなければ  
さらに3日経過した日まで  
→1月11日

## 濃厚接触者の方へ

- ◆ 発症日の2日前に陽性者と会食をした方や、目安として1m以内の距離でマスクなしで15分以上会話をした方は濃厚接触者です。
- ◆ 同居家族は原則、濃厚接触者となります。
- ◆ 最終接触日から**7日間**の外出自粛をお願いします。  
最終接触日を0日とします。例えば、1月1日が最終接触日の場合、1月8日までとなります。



令和4年1月28日改訂:濃厚接触者の健康観察期間は**7日間**  
令和4年2月2日改訂:同居家族の場合の**起算日変更**

お問い合わせ先  
大田区保健所感染症対策課  
☎03-5744-1729