



新型コロナウイルス感染症対策啓発冊子を 9月6日より全戸配布します

新型コロナウイルス感染症の知識・感染症対策の意識向上を図るため、感染するとどうなるのか、周りへの影響や陽性判明から元の生活に戻るまでをまとめた感染症対策啓発冊子を市内全世帯に配布します。

●冊子作成の背景

市民より「自分は濃厚接触者に該当するか」「陽性が判明したらどうしたら良いのか」「同居家族が陽性になった時の感染対策は何をしたらよいか」などの問い合わせが多いことや、「ワクチン接種すれば感染しない」と思っている方がいる現状などから、新型コロナウイルス感染症の知識・感染症対策を周知したいと考えました。

●掲載内容

- ①ある架空人物の検査結果が陽性と判明する 2 日前からの行動より、どのように感染を広げるのか示し、その対策ポイントを解説
- ②同居家族が陽性になった時の家庭内感染を防ぐためのポイント
- ③陽性判明から元の生活に戻るための流れ

・冊子の内容については、松戸市感染症アドバイザー・和田耕治氏（国際医療福祉大学医学部教授・厚生労働省の感染症の専門家会議メンバー）の監修を受けています。

●配布期間

- ・令和3年9月6日（月）～13日（月）

●配布世帯数・配布方法

- ・210,000世帯
- ・委託業者によるポスティング

※9月6日（月）から松戸市ホームページでも冊子データをダウンロードすることができます

●冊子様式

- ・A3両面オールカラー、二つ折り

【本件に関する問い合わせ先】

〒271-8588 千葉県松戸市根本387-5

松戸市健康福祉部健康福祉政策課

☎047-704-0055 FAX047-704-0251

✉ mckenhuku@city.matsudo.chiba.jp



陽性判明から元の生活に戻るまで

1 検査を受けた医療機関等から結果の連絡

保健所からの連絡を待つ間、右記を参考にメモしておきましょう

陽性判明!

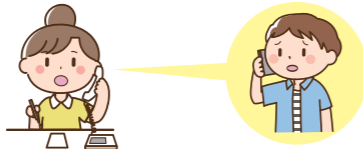
「陽性が判明した場合、濃厚接触者になった場合」はこちらから



松戸市
ホームページ

2 保健所から連絡

(聞き取り調査・療養場所の調整)



3 療養場所の決定・療養開始

一人ひとりの状況に応じ、療養場所が決まります

病院 **ホテル(療養施設)** **自宅**

「ご自宅で療養される方へ」はこちらから



千葉県
ホームページ

自宅療養者への
千葉県のサポート体制

- ・保健所より健康観察の連絡
- ・希望者に配食サービス
- ・パルスオキシメーターの貸出



機器を指に挟み、血液中の酸素飽和度(体に酸素が十分取り込めているかの目安)を調べ、体の状態を確認します。

4 退院・療養解除 基準は以下のとおりです

【症状のある方の場合】

“発症日から10日間経過している”
“症状軽快後72時間経過している”

2つとも満たしている場合、退院・療養解除が可能



パターン①

0日	1日	..	10日	..	X日	X+1日	X+2日	X+3日
発症		症状 軽快			退院

[24時間] [24時間] [24時間]

パターン②

0日	1日	2日	3日	4日	5日	..	10日
発症		症状 軽快				..	退院

[24時間] [24時間] [24時間]

【症状の出たことがない方の場合】

陽性確定に係る検体採取日から10日間経過した場合、退院・療養解除が可能

※この他に、療養中のPCR検査による退院基準や人工呼吸器等による治療を行った患者の退院基準もあります

(退院基準イメージ図:厚生労働省HPより引用)

5 仕事や学校など元の生活に戻る

Q. 療養解除後、職場に戻るために念のためPCR検査をした方がよいですか?

A. その必要はありません。発熱などの症状が出てから7~10日程度経つと、新型コロナウイルス感染者の感染性は急激に低下します。なお、感染力のないウイルスの破片をPCR検査で検出し陽性になる場合があります。



MEMO

・症状: _____

・症状が出た日: _____ 月 _____ 日

・発症1日前の行動(誰と何をしたか)

→濃厚接触者になりそうな人の名前

・発症2日前の行動(誰と何をしたか)

→濃厚接触者になりそうな人の名前

・家族構成(同居家族)

・勤務先/学校名

・電話番号

・所在地

・最終勤務(出席)日: _____ 月 _____ 日

・患者以外(保護者等)の連絡先

_____ など



松戸市からの大切なお知らせ

COVID-19 対策啓発冊子

新
型
コ
ロ
ナ

感染したときのこと
あなたはどのくらい
知っていますか?



感染しない、感染しても慌てない 新型コロナの基礎知識

感染は突然です。

なぜ自分が、いつ感染したのか、ちゃんと感染対策していたのに...

普段から感染対策を意識していた人ほど、

感染が分かった時の心の動揺は大きいかもしれません。

本冊子では、感染するとどうなるのか、

周りへの影響や陽性判明から元の生活に戻るまでをまとめています。

ワクチン接種していても、濃厚接触者になったり、

感染すれば療養が必要になります。

気を緩めることなく、ポイントを見直し、自分のこととして考えてみましょう。



食料等の備蓄をおすすめします

感染して自宅療養になると外出ができません。県の支援もありますが、これまでの備蓄品に加え、体調が悪い時でも食べやすい食料や日用品を備えておきましょう。

本冊子のデータは
こちらから
ダウンロード
できます



松戸市
ホームページ

令和3年9月発行: 松戸市健康福祉部健康福祉政策課
電話 047-704-0055
FAX 047-704-0251

監修: 松戸市感染症アドバイザー
和田耕治氏 (国際医療福祉大学医学部教授)
(※この冊子内容は、令和3年8月23日時点の情報により作成しています)

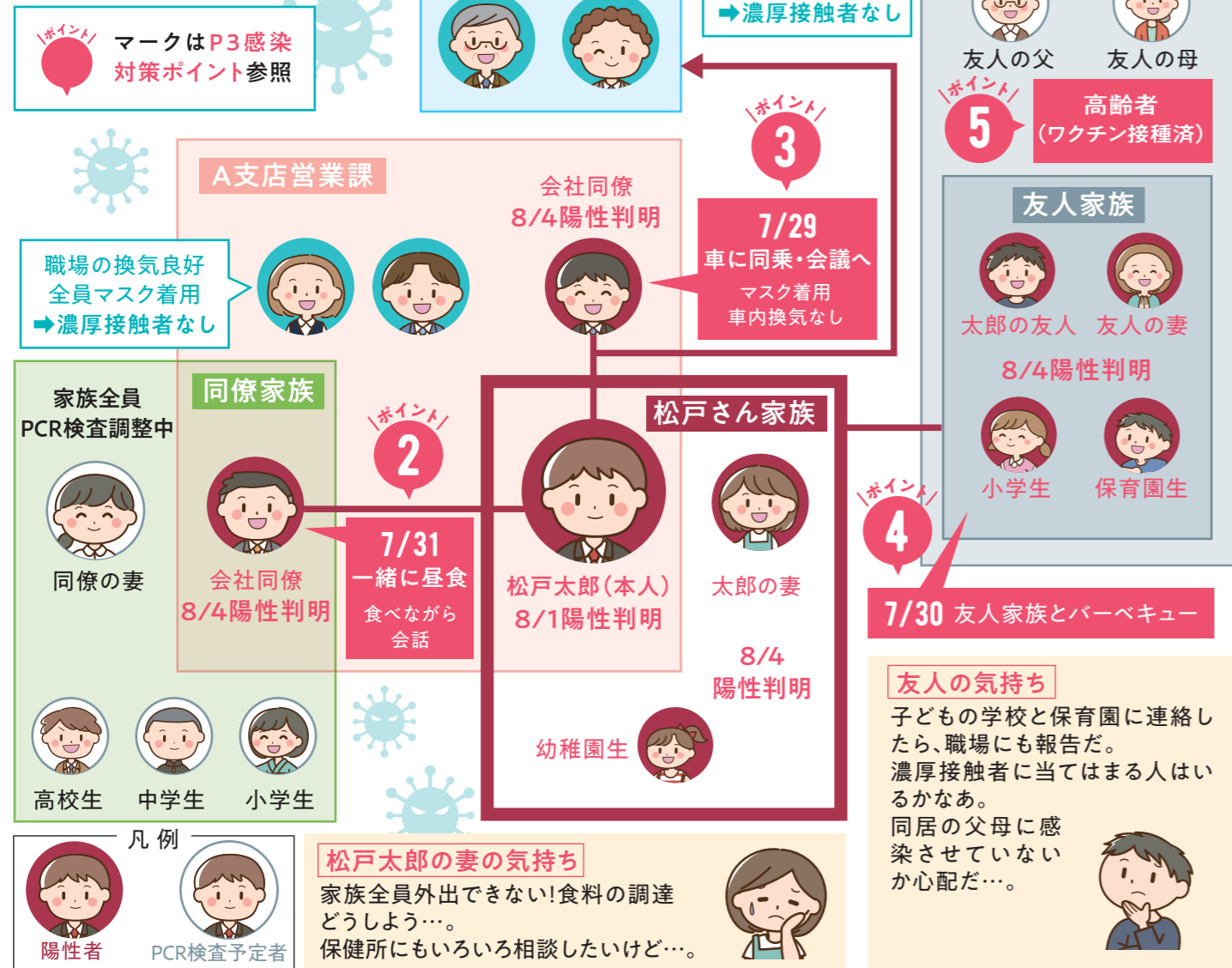


陽性判明！ こうして感染が広がります

A支店営業課に勤めている「松戸太郎さん」。
ある日突然、自分が感染していることを知りました。
発症2日前からの行動を振り返ってみます。



感染の広がり様子 (8月4日時点)



Q. 濃厚接触者とはどのような人ですか？

A. 陽性となった方の感染可能期間*1に以下のいずれかに該当する方
 ・患者と同居していた方
 ・必要な感染対策をせずに、近距離(1m程度以内)で接触あるいは長時間(15分以上)接触した方

*1 発症2日前(無症状の場合は陽性確定に係る検査の2日前)から療養解除までの期間

濃厚接触者は検査結果が陰性でも14日間の自宅待機をお願いします
(新型コロナウイルス感染症は最大14日間の潜伏期間があり、その間は発症する可能性があるため)



5つ 感染を広げないためのポイント

“松戸太郎さんの発症2日前からの行動より”

ポイント1 体調不良を感じたら仕事を休み受診

厚生労働省 職場における感染防止対策の実践例

発熱等の症状を感じたら… まずは身近な医療機関に電話相談。かかりつけ医など相談・受診できる医療機関がない場合は以下の相談へ。

松戸市新型コロナウイルス感染症相談専用ダイヤル ☎0120-415-111
(音声ガイダンスで1番を選択) 対応時間 平日午前8時30分～午後5時

千葉県発熱外来コールセンター ☎0570-200-139
対応時間 24時間(土日・祝日を含む)

ポイント2 黙食

食事中的会話は控え 飛沫感染のリスクを抑える。

ポイント3 車内の換気

風量は、最大風量の半分以上にして、外気導入モードに設定。車内でもマスクを着用し会話は控える。

ポイント4 屋外でも密接回避

外でも、近距離での会話を避け、食事の前後はマスクをつける。同居家族のみで楽しむと感染の広がりを抑えられる。

ポイント5 ワクチン接種後も感染対策を継続

ワクチンは、発症を予防する高い効果があるが感染しなくなるわけではない。基本的な感染対策を続けることが大切。

家庭内感染を防ぐためのポイント “療養が解除されるまで続けましょう”

外部との接触を避ける 感染者は外出しない

感染者はなるべく個室にし 極力部屋から出ない

感染者のお世話はできるだけ限られた人で

こまめに手洗い・消毒

個室の換気

個室で食事

ドアノブ、トイレなど手で触れる共用部分を消毒

感染者の入浴は最後に

体調が良くなっても部屋から出ない

家族全員マスク着用 しっかり換気

参考資料：千葉県「新型コロナウイルス感染症により自宅療養される皆様へ」 厚生労働省「自宅療養をされる皆様へ」