

# 新型コロナウイルス感染症と診断された方へ

令和5年5月8日から新型コロナウイルス感染症の感染症法上の分類が5類になったため、患者や濃厚接触者に対して、法律に基づく外出自粛は求められず、療養等は個人の判断に委ねられます。また、保健所からの連絡はありません。以下の情報を参考に、ご自宅で療養してください。

## 療養期間について

○発症後5日間は特に他人に感染させるリスクが高いため、発症日(無症状の場合は検体採取日)を0日目として**5日間経過し、かつ、熱が下がり、痰やのどの痛みなどの症状が軽快して24時間が経過するまでは、外出を控えることが推奨されます。**

○10日間経過するまでは、ウイルス排出の可能性があるため、不織布マスクを着用する、高齢者等のハイリスク者と接触は控える等、周りの方へうつさないよう配慮をお願いします。

0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	～10日目
発症日 (無症状の場合は検体採取日)	【外出を控えることが推奨される期間】 5日間経過かつ症状軽快後24時間経過					【周りの方への配慮】 不織布マスクの着用 ハイリスク者との接触を控える等
	※やむを得ず外出する場合は、症状がないことを確認し、マスク着用等を徹底してください。					

療養中、症状が悪化した場合は、かかりつけ医や診断を受けた医療機関にご相談ください。

## 同居の方について

○新型コロナウイルス感染症に感染した方と同居している方は、可能であれば部屋を分け、感染した方のお世話はできるだけ限られた方が行うようにしましょう。

○その上で、外出する場合は、感染した方の発症日を0日目として、特に5日間は、ご自身の体調に注意してください。

○7日目までは発症する可能性があります。この間は、手洗いや換気等の基本的感染対策のほか、不織布マスクの着用や高齢者等のハイリスク者と接触を控えるなどの配慮をお願いします。

## 濃厚接触者の取扱いについて

- 保健所が「濃厚接触者」を特定することはありません。
- また、「濃厚接触者」として法律に基づく外出自粛は求められません。

### 群馬県ホームページ

「新型コロナウイルス感染症  
まとめページ」



療養中に症状が悪化した場合で、かかりつけ医や診断を受けた医療機関に相談できない時の受診相談、体調急変時の相談窓口

・平日8:30～17:15 各地域の保健福祉事務所・保健所

渋川保健福祉事務所	0279-22-4166	利根沼田保健福祉事務所	0278-23-2185
伊勢崎保健福祉事務所	0270-25-5066	太田保健福祉事務所	0276-31-8243
安中保健福祉事務所	027-381-0345	桐生保健福祉事務所	0277-53-4131
藤岡保健福祉事務所	0274-22-1420	館林保健福祉事務所	0276-72-3230
富岡保健福祉事務所	0274-62-1541	前橋市保健所	027-220-1151
吾妻保健福祉事務所	0279-75-3303	高崎市保健所	027-381-6112

・上記以外の時間帯 「群馬県新型コロナウイルス感染症受診相談センター」(一般相談は除く) **0570-070-567**