

# これからの感染対策

令和5年5月8日



# 基本的な感染対策

5月8日以降の感染対策のあり方は、県民の皆様の自主的な取組をベースとしたものとなります。

ご自身や大切な方を感染症から守るためには、引き続き以下の感染対策が有効です。

○推奨される場面でのマスク着用 (※6ページ参照)

○手洗い等の手指衛生

○換気

○「密集・密接・密閉 (三つの密) の回避」



# 発熱等に備え、事前に準備しましょう

## ご家庭で準備するもの



市販の解熱鎮痛薬の選び方  
(厚生労働省)



県内の抗原検査キット  
販売薬局一覧  
(沖縄県薬剤師会)



- ・ 体温計、日持ちする食料、解熱鎮痛薬
- ・ 新型コロナウイルスの医療用（一般用）抗原検査キット

※ 国が承認した抗原検査キットには、「体外診断用医薬品」又は「第一類医薬品」と表示されています。「研究用」は国が承認したものではありません。

## 相談先の確認



- ・ 発熱コールセンター

受付時間：24時間365日（☎ 098-866-2129）

- ・ こども医療電話相談

受付時間：平日夜間（午後8時～午前7時）、土日祝日24時間  
（☎ #8000）

# 体調不良のときは

発熱、のどの痛み、咳、鼻水などの症状がある場合には、無理せず自宅で療養するか、または事前に医療機関に連絡したうえで受診するようお願いいたします。



特に、高齢者、基礎疾患を有する方、妊婦など重症化リスクの高い方や、症状が重いなど受診を希望される方は、かかりつけ医に相談するか医療機関に連絡しましょう。



※ ためらわずに救急車を呼ぶべき症状等について、救急車利用マニュアルで、あらかじめ確認しておく心安です。

救急車利用  
マニュアル



※ 医療機関では感染対策の必要があることから、国や県もマスク着用を推奨しており、受診の際にはご配慮願います。



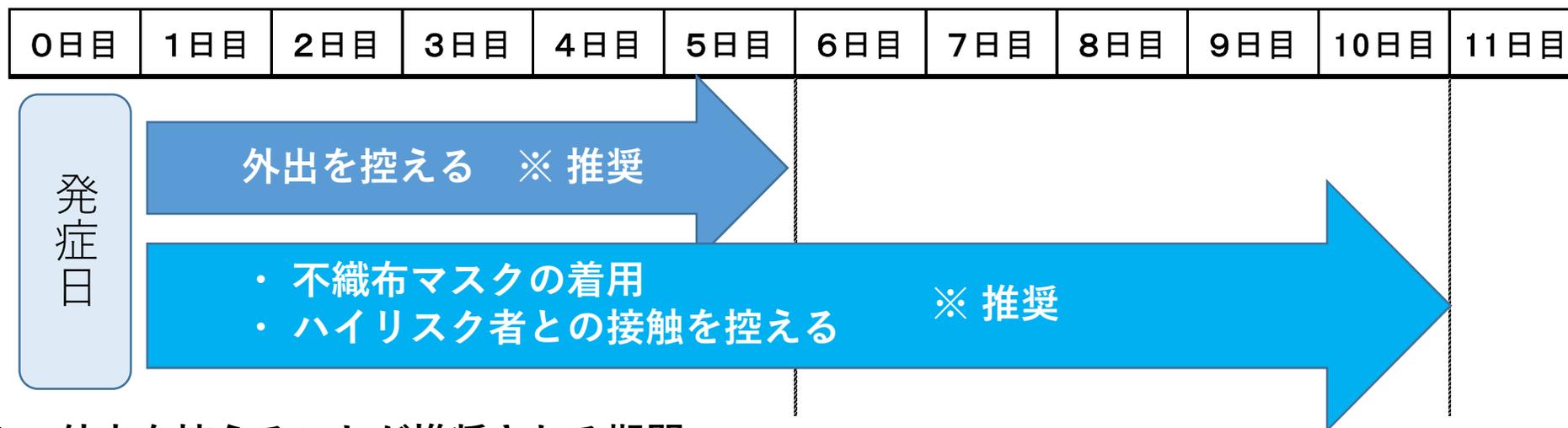
# 療養期間の考え方について

5月8日以降は、コロナ陽性者に対して、法律に基づく外出自粛は求められません。

外出を控えるかどうかは個人の判断となりますが、他人に感染させるリスクを考慮して、以下の情報を参考に、ご判断ください。

※ 周囲の方や事業者におかれても、個人の主体的な判断が尊重されるようご配慮願います。

※ 各医療機関や高齢者施設等においては以下の情報を参考に、新型コロナに罹患した従事者の就業制限を考慮してください。



## 1. 外出を控えることが推奨される期間

特に、発症後5日間は他人に感染させるリスクが高いため、5日間経過かつ症状が軽快して24時間経過するまでの間は、外出を控えることを推奨します。

## 2. 周りの方への配慮

発症後10日間経過するまでの間は、ウイルス排出の可能性があることから、不織布マスクの着用及び高齢者等ハイリスク者との接触を控えるなど、周りの方へ配慮をお願いします。

これまで屋外では原則不要、屋内では原則着用としていましたが  
**令和5年3月13日から**

# マスク着用は**個人の判断**が基本となります

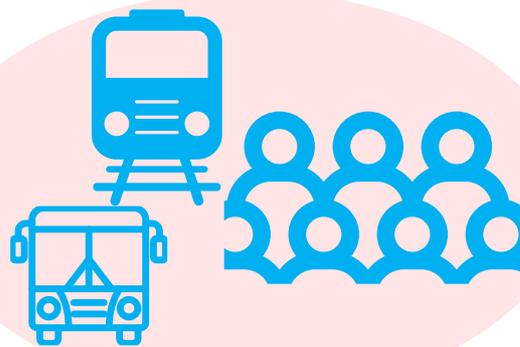
ただし、以下のような場合には注意しましょう

周囲の方に、感染を広げないために

マスクを着用しましょう



受診時や医療機関・  
高齢者施設などを訪問する時



通勤ラッシュ時など混雑した  
電車・バスに乗車する時

ご自身を感染から守るために

マスク着用が効果的です



高齢者



慢性肝臓病  
がん  
心血管疾患 など

基礎疾患を有する方



妊婦

重症化リスクの高い方が感染拡大時に混雑した場所に行く時

本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう、  
個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします

※事業者の判断でマスク着用を求められる場合や従業員がマスクを着用している場合があります