

陽性と診断された方

▼50歳以上の方、基礎疾患のある方、妊婦の方

保健所からの連絡

医療機関からの届け出に基づき、**ショートメール(SMS)を送付し、保健所から電話をします。**
お電話が入った際は、ご対応いただきますようお願いいたします。

療養方法(療養場所)について

保健所からの電話にて病状や持病などをお聞きし、病状や重症化リスクに応じて、入院等の療養方針をご相談します。入院以外の方については、自宅療養や宿泊療養を行っていただきます。

食料品・パルスオキシメータの配送を希望される場合

保健所とのお電話の中で、希望する旨をお伝えください。また、「うちさぼ東京」(電話 0120-670-440)または、[「受付専用サイト／東京都福祉保健局」](#)からのお申込みも可能です。

療養期間について

(1)症状のある方…下記の条件を全て満たすと療養終了となります。

- ①発症日を0日として、その翌日から10日を経過していること。
 - ②症状が軽快(※1)してから72時間(3日間)を経過していること。
- (※1)症状軽快とは解熱剤を使用せずに解熱し、症状が悪化していないこと。(症状がなくなることを必要とはしません。)

(2)症状が出ない方

検査日(検体採取日)を0日として、その翌日から7日を経過した時点で療養終了となります。10日間が経過するまでは、検温などの健康状態の確認を行ってください。ただし、途中で発熱等の症状が出た場合には(1)の療養期間となります。

自宅療養中の過ごし方について

■療養中に、体調が悪化した場合…速やかに連絡してください。

体調が急変することもあるため、症状(酸素飽和度の低下、発熱、咳、痰、倦怠感など)が悪化した場合、すぐにかかりつけ医等や保健所、自宅療養者フォローアップセンターに連絡してください。また、「救急車の要請が必要な症状の目安」に該当した場合は、速やかに119番に連絡してください。

▶[「救急車の要請やかかりつけ医等に連絡する目安／東京都福祉保健局 作成」](#)

▶療養中、ご自身で健康観察する際に、下記ページに記載している「健康チェックシートをご活用ください。

【参考】[「自宅療養中の注意事項・相談窓口など／東京都福祉保健局」](#)

■自宅療養される妊婦の方…「助産師による健康観察」(東京都委託事業)をご案内します。妊婦の方については、原則入院となりますが、ご家庭の事情等により自宅で療養される方に対して、助産師が健康観察等を行います。

詳しくは[「ご自宅で療養される妊産婦の方へ／東京都福祉保健局」](#)をご確認ください。

療養の証明に関する書類について

・加入されている保険によって、給付金が支給される場合があります。療養期間が厚生労働省の定める療養解除基準(有症状者は発症日を0日として、その翌日から10日、無症状者は検体採取日を0日として、その翌日から7日)に該当する場合、**保健所からお送りした「就業制限通知」**(感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律に基づく感染症患者等の届出及び就業制限について【第3号様式】)を用いて、手続きが行えます。

▶[\(見本\)就業制限通知](#)

▶[療養の証明に関するQ&A](#)

・検査をせず医師から陽性とみなされた方(みなし陽性)および療養期間が延長となった方は、区ホームページ[「新型コロナウイルス感染症に伴う療養の証明について／自宅療養証明書の発行について」](#)をご確認ください。

▶令和4年3月18日付の東京都通知をもって、令和4年4月1日以降、検査をせず医師が陽性とみなす診断(みなし陽性)は原則廃止となりました。