

令和 5 年 4 月 1 日

# 県民の皆様へのお願い

## ●安全な生活・安全な外出を

- マスクの適切な着脱、手洗い・手指消毒、換気など、基本的な感染予防対策を徹底
- 「3つの密（密集・密接・密閉）」を回避し、感染リスクの高い行動は注意する
- 自身や家族に発熱等の症状があれば、出勤・登校を控える
- ワクチンの積極的な接種検討を

## ●事業者等の皆様へ

- イベントや催物を行う場合はガイドラインを遵守
- 在宅勤務（テレワーク）の積極的な活用を
- 各事業所で感染拡大予防ガイドラインを遵守

## ●発熱等の症状がある皆様、陽性が判明した皆様へ

- 発熱等の症状が出た場合に備えて、近隣の発熱外来の情報を把握し、薬や食料品等の常備を

### ～発熱等の症状がある方へ～

- 医療機関受診は診療体制の整った平日昼間に
- 高齢者・小児・基礎疾患がある方、または症状の強い方は医療機関を受診
- 軽微でも症状がある方は、積極的に抗原キットによる自主検査を  
以下すべての条件に該当する方は、自己検査・登録制度（無料）を活用

条 件	<ul style="list-style-type: none"><li>・ 15 歳以上 65 歳未満の方</li><li>・ 重症化リスクとなる基礎疾患（糖尿病、高血圧、心血管疾患、慢性腎臓病等）がない方 ※基礎疾患があっても、通院をしていない方で、重症化リスクが低いと判断する方を含む</li><li>・ 妊娠している可能性がない方</li><li>・ 結果連絡や問い合わせ等について、メールでの連絡が可能な方</li></ul>
--------	---

※それ以外の方や、上記に該当する方でも息苦しさがあるなど症状が強いと感じている方は、直ちにクリニックを受診

### ～陽性が判明した方へ～

- 自ら検査キットを購入するなどして陽性が判明した方、医療機関受診により発生届の対象外となられた方は、「陽性者登録センター」への登録を
- 「陽性者登録センター」へ登録した方などで、管轄保健所から SMS（ショートメッセージ）を受信した方は、MyHER-SYS（マイハーシス）を活用した健康観察を
- 療養期間を終わっても、10 日間（症状がなかった場合は 7 日間）は感染させるリスクが残るため、自主的な感染予防行動の徹底を  
特に、重症化リスクのある方と接する医療機関・高齢者施設等に従事する方は、10 日間（症状がなかった場合は 7 日間）を経過してから勤務を

## マスクの着用について

### マスクの着用は個人の判断が基本となります

**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。** 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・基礎疾患を有する方・妊婦等、重症化リスクが高い方が感染拡大時に混雑した場所に行く時

**症状がある方、新型コロナ検査で陽性の方、同居家族に陽性者がいる方で通院等やむを得ず外出をする時には、人混みは避け、マスクを着用してください。**



<保育所・認定こども園・幼稚園等の就学前児について>

- ・2歳未満の子どもでは推奨されません。
- ・2歳以上児についても、マスクの着用は求めません。あわせて、基礎疾患がある等の様々な事情により、感染不安を抱き、引き続きマスクの着用を希望する子供や保護者に対しては、適切に配慮してください。

## イベントについて

- ・イベントや催物を行う場合は、基本的な感染防止策の徹底等を行ってください。
- ・感染防止安全計画を策定し、県による確認を受けた場合、上限人数は収容定員までかつ収容率の上限を100%とします。
- ・それ以外の場合は、上限人数は5,000人又は収容定員50%のいずれか大きい方、かつ収容率の上限を100%とします。この場合、県が定める感染防止策等チェックリストを作成・公表してください。

## マスクの適切な着脱、手洗い・手指消毒、換気など、基本的な感染予防対策を徹底

- ・引き続き、マスクの適切な着脱、手洗い・手指消毒、換気など、基本的な感染予防対策を徹底してください。特に換気は重要です。換気が不十分な室内や混雑した室内に長時間滞在すると、感染するリスクが高まります。窓開けによる換気、窓開けとサーキュレーターの併用や24時間換気システムを活用するなど、効果的な換気を行いましょ。

## 「3つの密（密集・密接・密閉）」を回避し、感染リスクの高い行動は注意する

- ・「3つの密（換気の悪い密閉空間・大人数が集まる密集場所・間近で会話や発声をする密接場所）」がそろった場所は、感染リスクが高い上にクラスターが発生する場合がありますので注意をして行動してください。

## ワクチンの積極的な接種検討を

- ・新型コロナワクチンは、発症や重症化の予防効果が認められています。ワクチンの積極的な接種をお願いします。

## イベントや催物を行う場合はガイドラインを遵守

- ・イベントや催物を行う場合は、各業界が出している業種別ガイドラインを遵守してください。

業種別ガイドラインはこちら

<https://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/011900/d00204243.html>



## 各事業所で感染拡大予防ガイドラインを遵守

- ・各事業所においては、県や各業界が出している感染拡大予防ガイドラインを遵守してください。併せて感染拡大予防ポスターの掲示もお願いします。

## 発熱等の症状が出た場合に備えて、近隣の発熱外来の情報を把握し、薬や食料品等の常備を

- ・かかりつけ医や近隣の発熱外来の情報をあらかじめ調べてください。
- ・もしもに備えて、薬（解熱鎮痛剤、整腸剤等）、食料品等の常備（できれば抗原キットも）をお願いします。

## 医療機関受診は診療体制の整った平日昼間に

- ・時間外（休日や夜間）受診は、限られた医療機関しか対応できないため、緊急を要さない場合は、平日昼間に受診してください。

## 高齢者・小児・基礎疾患がある方、または症状の強い方は医療機関を受診

- ・特に、通院中の基礎疾患がある方は、軽い症状でも早期受診をお願いします。
- ・高齢者、小児、重症化リスクの高い方以外の方でも、息苦しさ（呼吸困難感）、胸痛、顔色不良、ゼーゼーする（喘鳴）、水分が摂れない、強い全身倦怠感、ウトウトする、けいれんなどの強い症状があれば、早期受診をお願いします。

## 軽微でも症状がある方は、積極的に抗原キットによる自主検査を

- ・「研究用」として市販されている抗原キットは、国が承認した「体外診断用医薬品」ではなく、性能等が確認されたものではないため、注意してください。医薬品と承認されたものの使用をお願いします。

## 陽性が判明した方へ

- ・自分で検査キットを購入等し陽性が判明した方、医療機関の受診により医師から発生届の対象外と判断された陽性の方は、健康観察等を行うため「陽性者登録センター」へ登録をお願いします。
- ・「陽性者登録センター」への登録や医療機関を受診した方などで、お住まいの市町村の管轄保健所から、SMS（ショートメッセージ）を受信された方は、ご自身の HER-SYS ID を確認し、SMS に記載されている URL から MyHER-SYS（マイハーシス）での健康観察（自宅・宿泊療養）を開始してください。
- ・療養期間を終わっても、症状があった場合は発症から 10 日間（症状がなかった場合は 7 日間）が経過するまでは、他人に感染させるリスクが残るため、検温など自身による健康状態の確認や、高齢者等重症化リスクの高い人との接触、高齢者施設等への不要不急の訪問、感染リスクの高い場所や会食等を避けるなど、自主的な感染予防行動の徹底をお願いします。特に、医療機関・高齢者施設・障害児（者）施設・保育所・認定子ども園で勤務する方は、10 日間（症状がなかった場合は 7 日間）を経過してから勤務するようお願いいたします。  
※療養期間の短縮など詳しくは、和歌山県ホームページをご確認ください。
- ・自宅療養中、下記のような緊急性の高い症状が現れた際には、必ず、保健所または下記専用窓口にご相談ください。  
【ウトウトして呼びかけに応じない、けいれんを起こしている、息苦しさがある、唇が紫色になっている等】

（新型コロナウイルス感染症専用相談窓口）

和歌山県コールセンター 073-441-2170（24 時間対応）

- ・同居者は「濃厚接触者」になりますので、家庭内の感染対策に努め、同居者の方には、自宅待機するようお願いいたします。

和歌山県新型コロナウイルス感染症診療・検査・療養等の情報サイトはこちら

<https://wakayama-covid19.jp/>

