

家族や子供がコロナに感染してしまったら

オミクロン株については感染拡大の速度が非常に速く、現在、全国的に感染が拡大しています。**ワクチンを接種していても感染してしまうブレークスルー感染**によって、誰かに感染させてしまうケースも発生しており、**高齢者や基礎疾患のある方が感染すれば重症化リスクも高まってきます**。今や誰もがいつ、どこで感染するかわかりません。体調不良時は外出を控え、基本的な感染対策を今一度徹底するようにしましょう。1人ひとりの行動が、大切な人と私たちの日常を守ることに繋がります。また、万が一感染してしまった時のために、**自宅療養期間の目安**もおぼえてきましょう。

家族が新型コロナウイルスに感染したときの注意点



1. 部屋を分けましょう

個室に分かれてなるべく接触しないようにします。部屋を分けられない場合は、**2m以上の距離を保つようにし、仕切りやカーテンの設置などをおすすめ**です！

2. 換気をしましょう

家中を定期的に換気するようにします。共有スペースや廊下、他の部屋も窓を開けばなしにするなど、こまめな換気が効果的です！



3. マスクを着用しましょう

基本中の基本ですが家の中でも着用をおすすめします。外すときは表面に触れないように紐部分を持ち、外した後はしっかり手洗いを！



4. こまめな手洗い・

手指消毒をしましょう

こまめにせっけんで手を洗い、アルコール消毒をしましょう。ドアの取っ手、ベッド柵、トイレ、洗面台など共用部分も忘れずに消毒を！



5. 汚れたリネン・

洋服を洗濯しましょう

汚れた衣服やリネンは、手袋とマスクを着用し、一般的な家庭用洗剤を使用して、完全に乾くまで洗濯するようにしましょう！



6. ゴミは密閉して捨てましょう

鼻をかんだティッシュ等は、すぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。手洗いも忘れずに！

●新型コロナウイルス感染症、万が一感染してしまったら…(自宅療養期間の目安)

症状がある場合	症状がない場合
症状が出た日から 7日間以上経過 、かつ症状の軽快から 72時間以上経 ていれば、検査なしで療養解除が可能	陽性反応が出た日から 7日間経 ていれば、検査なしで療養解除が可能

○お世話は出来る限り、**限られた方**で対応しましょう。基礎疾患のある方や妊婦の方は避けてください。

○**療養者は外出を避けてください**。療養期間中は感染を広めてしまう可能性があります。

作成：関東信越税理士国民健康保険組合
さいたま市大宮区桜木町 4-376-1
TEL:048-631-2211 FAX:048-644-3030



こちらのQRコードをスマートフォンで読み込むと組合HPへアクセスできます。

参考：厚生労働省