

PCR 検査等の無料検査で陽性となった方へ

長野県上田保健所

オミクロン株は、従来の株と比べ感染力が強く、発症までの日数が短いことから感染拡大につながっています。

ご家族等への感染が広がらないように、以下の点に注意していただくようご協力をお願いします。

★必ず自宅で待機をお願いします。

★ご家庭での過ごし方

- 家庭内でも、ご本人とご家族ともにマスクを着用してください。
- 家族とは別室でお過ごしください。食事も別にとってください。
- 向かい合っただの会話を避けてください。
- 時々、窓を開け、換気を行ってください。
- タオルの共用はしないでください。
- 洗面、歯磨きはご家族と別に行い飛沫などがご家族にかからないようにしましょう。

★同居の家族の方へ

- 同居のご家族も自宅待機をお願いします。家庭内でもマスクの着用をお願いします。
(同居のご家族は濃厚接触者になります。)

特に以下の場合には早急に対応をお願いします

- 職業が、医療従事者、福祉施設職員、教員、接客業の方
 - 園児、児童、生徒、学生の方
 - 介護サービスを受けている方
- 食事は陽性者の方とは別に。黙食あるいは、個別に摂取する。
- ★その他接触のあった方への対応
- 検査の2日前から現在までに、飲食などマスクを外して接触した人は、濃厚接触者となる可能性があることから、自宅待機の依頼をお願いします。

発熱やだるさ、咳や息苦しさなどが出現した場合は、「かかりつけ医」等の身近な医療機関に、電話でご相談ください。

かかりつけ医を持たない方は、[受診・相談センター](#)にご相談ください

[受診・相談センター](#)（民間コールセンター） 0268-25-7178（24時間対応）

