

岡山県
新型コロナウイルス感染症
県民・事業者の皆様へのお願い
期 間 2023年5月8日（月）～

2023年4月20日改定
2023年9月20日改定

令和5年5月8日から感染症法上の位置づけが変わりました

- 令和5年5月8日から新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが、季節性インフルエンザと同じ5類感染症に変更されました。
- このため、今まで県民・事業者の皆様へお願いしていた基本的な感染防止策について、一律に対応を求めることはなくなり、個人や事業者の皆様の自主的な判断により取り組んでいただくこととなります。
- 県は、県民・事業者の皆様の自主的な取組に資する情報など、わかりやすい情報提供に努めてまいります。

県民の皆様へ：下記の点について留意願います

基本的な感染防止策（自主的に判断して実施）

➤ マスクの着用

高齢者等重症化リスクの高い方への感染を防ぐため、マスク着用が効果的な場面では、マスクの着用※を推奨※ 国の新型コロナウイルス感染症対策本部決定「マスク着用の考え方の見直し等について」（令和5年2月10日）を参照

➤ 手洗い等の手指衛生、換気の実施

新型コロナウイルス感染症の特徴を踏まえた基本的な感染防止策として引き続き有効

➤ 「三つの密」の回避、人と人との距離の確保

流行期において、高齢者等重症化リスクの高い方は、換気の悪い場所や、不特定多数の人がいるような混雑した場所、近接した会話を避けることが感染防止策として有効

健康的な日常生活

➤ 適度な運動、バランスのとれた食事

健康状態に応じた運動や食事等、適切な生活習慣の取組が大切

あらかじめの備え

➤ 新型コロナワクチンの接種

高齢者等重症化リスクの高い方は、令和5年9月20日から「令和5年秋開始接種」のワクチン接種を推奨

➤ 体調不良時の備え

抗原定性検査キットや自宅療養に必要な解熱鎮痛薬等をあらかじめ購入

体調に異変を感じたときは

「新型コロナに感染したかも？」と思ったら

- 医療機関に行く前に あわてずに、症状や常備薬を確認しましょう
国が承認したキットを用いて確認しましょう
 - **陽性**だった場合
症状が軽い場合は、自宅等で療養を開始しましょう
 - **陰性**だった場合
症状がある場合のマスク着用や、手洗い等の基本的な感染防止策を継続しましょう
- 重症化リスクの高い方（高齢者、基礎疾患を有する方、妊婦など）や、症状が重い方などで、受診を希望される場合は、医療機関に事前に連絡しましょう

受診に当たって

- あらかじめ医療機関に連絡しましょう
- 不要不急の受診を控え、なるべく平日の日中にかかりつけ医等を受診しましょう
- 医療機関、薬局、高齢者施設等に行くときは、感染防止策を行いましょう
- 高齢者や基礎疾患を有する方を守るためにも、マスクを着用しましょう

新型コロナに感染したときは

- 5月8日以降、新型コロナ患者は、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、個人の判断に委ねられます。その際、次の情報を参考にしてください。
- 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、配慮をお願いします。
- 医療機関や高齢者施設等においては、次の情報を参考に、新型コロナウイルスに罹患した従事者の就業制限を考慮してください。なお、高齢者施設等については、重症化リスクを有する高齢者が多く生活することも考慮してください。
- また、感染が大きく拡大している場合には、一時的により強いお願いを行うことがあります。

外出を控えることが推奨される期間

- 特に発症後5日間が他人に感染させるリスクが高いことから、発症日を0日目として**5日間**は**外出を控えること**（この期間にやむを得ず外出する場合でも、症状がないことを確認し、マスク着用等を徹底してください）かつ、
- 5日目に症状が続いていた場合は、熱が下がり、痰や喉の痛みなどの**症状が軽快して24時間程度が経過するまでは、外出を控え様子を見ること**が推奨されます。症状が重い場合は、医師に相談してください

周りの方への配慮

- 発症日を0日目として**10日間が経過するまでは、ウイルス排出の可能性があることから、不織布マスクを着用したり、高齢者等重症化リスクの高い方と接触は控える等、周りの方へ感染させることがないよう配慮しましょう**
- 発症後10日を過ぎても咳やくしゃみ等の症状が続いている場合には、マスクの着用など咳エチケットを心がけましょう

事業者の皆様へ：下記の点について留意願います

自主的な取組

- 感染症法上の位置づけの変更により、業種別ガイドラインは廃止されるため、日常における基本的な感染防止策は、一律に対応を求めることはせず、事業者の自主的な判断に委ねることが基本となります
- 引き続き有効とされる手洗い等の手指衛生や換気等の効果、実施の手間・コスト等を踏まえた費用対効果、他の感染防止策との重複・代替可能性などを勘案し、事業者において実施の要否を判断することとなります
- 感染が拡大している時期や、医療機関・高齢者施設など重症化リスクの高い方が多い場面など、時期や場面によっては、これまでの取組を参考に感染防止策を強化していくことが考えられます

参考

外来対応医療機関（発熱外来）

- ▶ 岡山県では、新型コロナウイルス感染症など発熱等症状のある県民が、地域の身近な医療機関でスムーズに相談・診療・検査が受けられるよう、「外来対応医療機関（発熱外来）」を指定し、公表しています。



あらかじめの備え

- ▶ 発熱などの体調不良時にそなえて、市販の抗原検査キットや解熱鎮痛剤を準備しておきましょう。抗原検査キットを取り扱っている薬局等や解熱鎮痛薬の選び方について、厚生労働省のホームページに公表されています。

抗原検査キット取扱い薬局等
（厚生労働省HP）



解熱鎮痛薬の選び方
（厚生労働省HP）

