

冈山县
新型冠状病毒感染症
致各位县民与经营者
期 间 2023年5月8日（周一）～
2023年5月8日改定

自2023年5月8日起新冠在传染病法律上的定位发生了变化

- 自2023年5月8日起，新冠在传染病法律上的定位将改为第五类传染病即与季节性流行感冒一样。
- 因此，至今为止所贯彻落实的基本感染防止对策，不再要求统一对应，而是交由各位县民与经营者自行判断。
- 冈山县政府将努力为县民与经营者的自行判断提供易懂且有用的信息。

致各位县民：请注意以下几点

基本的感染防止对策（自行判断进而实施）

➤ 佩戴口罩

为了防止高龄者等重症化高风险人的感染，在佩戴口罩有效的场合，推荐佩戴口罩※请参照日本政府新冠病毒感染对策总部出台的“关于佩戴口罩等新指针”的决定（2023年2月10日）

➤ 通过勤洗手等方式保持手部卫生、适时实施换气

这些基于新冠病毒感染特征的基本感染防止对策将继续有效

➤ 「三密」的回避、确保人与人之间的距离

新冠流行期间，高龄者等重症化高风险的人不要去换气不好的场所以及不特定的人多拥挤的地方、不近距离聊天等，这些都是有效的感染防止对策。

保持健康的日常生活

➤ 适当运动、营养平衡的饮食

选择适合自己健康状况的运动与饮食等，努力养成良好的生活习惯是非常重要的。

预先准备

➤ 新冠疫苗的接种

对于重症化高风险的65岁以上高龄者以及抱有基础疾患者等，2023年5月8日之后，推荐「2023年春季开始接种」的疫苗。

➤ 应对身体不适时的准备工作

请提前购买抗原检查测试条以及在家疗养所需要的解热止痛药等。

感觉身体有异常情况发生时

有「也许感染了新冠病毒？」的感觉时

- 去医疗机构之前，不要慌张，首先确认症状与常备药
用国家承认的抗原检查测试条来确认是否感染了新冠病毒
 - 如果是阳性
症状比较轻时，就在自宅等开始疗养吧
 - 如果是阴性
请继续采取有症状时佩戴口罩、勤洗手等基本的感染防止对策。
- 重症化高风险者（高龄者、抱有基础疾患者、孕妇等）以及症状严重者等，如果希望就诊，请事先与医疗机构联系。

就诊时

- 首先事先请与医疗机构联系
- 减少不必要的就诊，尽可能地在诊所工作时间内去常去的诊所就诊
- 去医疗机构、药局以及高龄者设施等地方时、要采取感染防止措施
- 为了保护高龄者以及抱有基础疾患者，请佩戴口罩

感染了新冠病毒时

- 5月8日以后，新冠患者，法律上不再要求外出时要自我约束。是否减少外出等，则全部交由个人自行判断。出现这种情况时，请参考下面一项的信息。
- 希望周围的人以及经营者要注意做到尊重个人的主体判断。
- 在医疗机构和高龄者设施等时，请参考以下信息，考虑感染新冠病毒工作者的就业限制。另外，高龄者设施等要考虑生活在这里的多是重症化高风险的高龄者这一情况。
- 另外，感染扩大时，有时会暂时对大家提出更强烈的要求。

推荐减少外出的时期

- 特别是出现感染症状之后的5天以内传染给他人的风险很高。自出现症状的第2天算起，5天内不要外出。（这期间不得已外出时，请一定要采取先确认症状是否完全消失，然后再佩戴口罩等对策。
- 并且，
- 第5天症状仍未消失的情况下，请您在退烧、痰、喉咙痛等**症状好转未经过24小时之前，不要外出，并注意观察症状变化。** 症状严重时，请咨询医生。

要考虑到周围的人

- 自症状出现第2天算起，**之后的10天内有病毒排出的可能，因而注意一定要佩戴不织布口罩、尽量不要与重症化高风险的高龄者接触等，以防止传染给周围的人。**
- 即使超过了10天，仍然有咳嗽、打喷嚏等症状时，请一定注意佩戴口罩及咳嗽时的礼仪等。

致各位经营者：请注意以下几点

自主性措施

- 各行业的防疫指导方针因新冠在传染病法上的定位变化而废止，日常的感染防止基本对策不再要求统一对应，基本上全部交由经营者自行判断。
- 考虑持续有效的洗手等手指卫生和换气等的效果，并基于实施这些对策所需的时间和成本等费用与效果、以及与其他感染防止对策的重复、代替的可能性等等，所以关于上述对策今后将全部交由经营者来自行判断是否实施。
- 在感染范围扩大时期以及医疗机构、高龄者设施等出现大量重症化高风险人的情况时，根据不同时期、不同情况，可以考虑参考以往采取的措施来强化感染防止对策。

参考

接收外来患者的医疗机构（发烧患者）

- 冈山县为了让有发烧等新冠病毒感染症状的县民能够就近前往医疗机构顺利地进行咨询、就诊与检查，特指定并公布了「接收外来患者医疗机构（发烧外来）」一览表。



预先准备

- 事先准备一些药房里出售的抗原检查测试条和解热止痛药，以备发烧等身体不适之需。关于出售抗原检查测试条的药房等以及解热止痛药的选择方法，已经在厚生劳动省主页上公布了。

出售抗原测试条的药房
(厚生劳动省主页)



解热止痛药的选择方法
(厚生劳动省主页)

