

# 自主的な感染対策により、新たな日常生活の創造を！

5月8日からの5類感染症への位置づけにより、新型コロナ対策は大きな転換点を迎えます。これまでの3年超にわたる感染拡大防止へのご協力について、改めて感謝申し上げます。

位置づけの変更に伴い、基本的な感染対策は、**個人や事業者の判断に委ねられる**こととなります。これまでの取組を生かし、基本的な感染対策に取り組みつつ、新たな生活を築いていきましょう。

## 1 これまでの取組を生かした自主的な感染対策を

- ・手洗いや手指消毒、効果的な換気、マスクの適切な着用などは、新型コロナの特徴を踏まえた**基本的な感染対策**として、引き続き**有効**です。
- ・発熱やのどの痛みなどの症状がある方や、新型コロナの検査で**陽性となった方**は、周囲の方に感染を広げないため、**外出を控えて**ください。通院等でやむを得ず外出する時は、**人混みは避けてマスクを着用**（陽性となった方は発症翌日から10日間）するようお願いします。
- ・医療機関、薬局、高齢者施設等に行く時には、高齢者や基礎疾患を有する方などを守るためにも、**マスクを着用するなどの感染対策**をお願いします。

## 2 重症化リスクの高い方や症状が強いなど受診を希望される方は、事前に相談・連絡したうえで受診を

- ・重症化リスクの高い方や症状が強いなど**受診を希望される方**は、**事前にかかりつけ医や24時間対応の健康相談コールセンター等に相談**するか、県ホームページで公表しているリストを参考に**対応医療機関に連絡したうえで受診**するようお願いします（5月8日以降は、一部を除き医療費等に自己負担が生じます）。
- ・体調不良時に備えて**自己検査キットや常備薬等を準備**してください。重症化リスクが低く、かつ症状が軽い場合は**セルフメディケーション**に取り組みましょう。
- ・**重症化リスクの高い方**は、県接種会場（6月設置予定）等での**積極的なワクチン接種**をご検討ください。
- ・5月8日以降の**療養期間**は自主判断に委ねられますが、**発症翌日から5日間を目安**としてください。

[新型コロナウイルス感染症  
に関する相談窓口一覧]



[発熱等の症状が重い方へ  
(医療機関受診方法の案内)]



兵庫県