

BE KOBE

新型コロナウイルス感染症

療養中の過ごし方ガイド

[第1版]



神戸市

2023年（令和5年）5月8日より、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。

位置づけの変更に伴い患者や濃厚接触者の行動制限や濃厚接触者の位置づけがなくなったり、患者の医療費に自己負担が発生したりといった取り扱いに変更されます。

本ガイドを参考に、療養期間をお過ごしください。

目次

1. 療養中の過ごし方	<u>3</u>
2. 入院・宿泊療養することになったら	<u>5</u>
① 入院について	
② 宿泊療養について	
3. 療養を終了された方へ	<u>7</u>

1. 療養中の過ごし方

療養中は以下の点に注意してお過ごしください。

療養中の注意点

療養についての注意点

- 発症日を0日として、5日間は療養しましょう。
- 5日目に症状が続いていた場合は、熱が下がり、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、様子を見ましょう。
- 発症日から10日間は周囲に感染させる可能性があるため、不織布マスクを付けましょう。

家庭内での注意点

- こまめに手洗いをし、部屋の換気をしましょう。
- タオル、寝具、食器は、同居者と分けましょう。

外出での注意点

- 生活必需品の買い物や通院等、外出する時は、周囲に感染させるリスクが高いことに注意し、人混みを避け、マスクを着用しましょう。

濃厚接触者について

新型コロナ患者と同居されている方等については、これまで濃厚接触者として、患者との最終接触日から5日間の行動制限がありました。5月8日以降は濃厚接触者の位置づけがなくなりますので、行動制限もなくなりました。



体調に関する相談

体調について気になることがある場合は、かかりつけ医またはコロナの診断を受けた医師にご相談ください。

かかりつけ医等に連絡がつかない場合は、下記へご相談ください。

●神戸市新型コロナウイルス専用健康相談窓口

- ・受付時間：毎日 9時～17時30分（土・日・祝 含む）
- ・電話：078-322-6250（外国語も対応可）
- ・FAX：078-391-5532

上記以外の時間は、兵庫県「新型コロナウイルス感染症健康総合相談窓口」へご相談ください。

- ・受付時間：毎日 17時30分～翌日9時（土・日・祝 含む）
- ・電話：078-362-9980
- ・FAX：078-362-9874

外来を受診する場合

- 新型コロナ患者の外来医療費は他の疾患と同様、新型コロナ治療薬*以外の医療費は一部自己負担となります。

*新型コロナ治療薬（ラゲブリオ、パキロビッド等）については、2023年（令和5年）9月末まで公費支援があります。



…救急車を呼ぶか迷ったときは…

救急安心センターこうべ 救急相談ダイヤル

電話：#7119（外国語も対応可） 毎日 24時間 または 078-331-7119
（ダイヤル回線、IP電話などでつながらない場合）

2. 入院・宿泊療養することになったら



1 入院について

入院の必要性については、医療機関が判断します。

体調の悪化により不安のある場合は、かかりつけ医またはコロナの診断を受けた医師にご相談ください。

入院費用

- 他の疾患と同様、医療費は保険診療による一部自己負担となります。
(食費やリネン代は実費)
- ただし、2023年(令和5年)9月末までは「ラゲブリオ」「パキロビッド」等の新型コロナ治療薬については公費支援があります。
- 医療保険制度における高額療養費制度の自己負担限度額から所得により最大2万円を減額した額が医療費の自己負担の上限額となります。なお、高額療養費制度の自己負担限度額が2万円に満たない場合にはその額が減額されます。ただし、高額療養費の自己負担限度額に医療費比例部分が含まれる場合は、1万円+医療費比例額が減額されます(2023年(令和5年)9月末まで)。

準備するもの

※ 医療機関によって持ち物などが異なりますので、詳しくは入院先の医療機関にご確認ください。

- 現在服用中の薬(5日間分程度)、お薬手帳
- マイナンバーカードまたは健康保険証、印鑑、現金
- 洗面用具(洗面器、石けん、歯ブラシ、歯磨き粉、ドライヤー等)
- 箸、スプーン、コップ
- タオル、バスタオル、ティッシュペーパー
- 寝衣(パジャマ)、下着
- 履き物(スリッパは医療機関により使用できない場合があります)
- 生理用品・髭剃り(必要な方)

2 宿泊療養について

宿泊療養施設の入所については、医療機関と相談の上、保健所が判断します。体調の悪化により不安のある場合は、かかりつけ医またはコロナの診断を受けた医師にご相談ください。

入所対象者

- 宿泊療養施設の入所は、要介護高齢者のみとなります。
- 病状や介護状況により、入所が可能な状態かどうかを判断します。
(隔離を目的とした入所はできませんのでご了承ください)

入所期間

- 宿泊療養施設での入所期間は、発症日翌日から5日間程度です。
- 入所期間中の外出はできません。

自己負担など

- 宿泊療養所施設利用にあたっては、一部自己負担（食費等）があります。
退所時に現金でお支払いください（1日2,500円程度、利用日数分）
- 入退所時の移動手段は各自で調整をお願いします。

準備するもの

- 現在服用中の薬（5日間分程度）、お薬手帳
- マイナンバーカードまたは健康保険証、現金
- 洗面用具（洗面器、歯ブラシ、歯磨き粉等）
- 箸、スプーン、コップ
- タオル、バスタオル、ティッシュペーパー
- 寝衣（パジャマ）、下着
- 髭剃り（必要な方）
- 補聴器、義歯など（必要な方）



3. 療養を終了された方へ

周りの方への配慮

発症後10日間

不織布マスクを着用したり、高齢者等ハイリスク者と接触は控える等、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、不織布マスクの着用など咳エチケットを心がけましょう。

後遺症相談ダイヤル

～後遺症の不安・悩みをサポート～

新型コロナウイルス感染症の治療・療養後にも、倦怠感や息苦しさなどの一部の症状がみられる場合があります。

後遺症の不安・悩み等は、専門の後遺症相談ダイヤルにご相談ください。

- 受付時間：10時～17時 月～金・日曜日（土・祝日除く）
- 電話番号：078-322-6037（外国語も対応可）
- FAX番号：078-391-5532
- 受付内容：看護師による後遺症に関する相談、医療機関等の案内

発行：神戸市保健所

2023年（令和5年）5月2日 第1版