
新型コロナウイルス感染症の患者に対する 療養期間等の見直しについて

(令和4年9月7日付け厚労省事務連絡)

医療危機対策本部室

2022.9.8

1 厚生労働省事務連絡(2022.9.7)

2022年9月7日厚生労働省事務連絡
新型コロナウイルス感染症の患者に対する療養期間等の見直しについて

療養期間等の短縮について

【有症状患者】

- ・発症日から7日間経過し、かつ、症状軽快後24時間経過した場合には**8日目から解除**を可能とする

【無症状患者】

- ・検体採取日から7日間経過した場合には**8日目に療養解除**を可能とする（従来から変更なし）
- ・5日目の**検査キットによる検査で陰性を確認**した場合には**5日間経過後（6日目）に解除**を可能とする

令和4年9月7日から適用

※現療養者も適用



周知

- ・ホームページ
- ・各団体への通知
- ・記者発表等

事務連絡
令和4年9月7日

各 〔都道府県
保健所設置市
特別区〕 衛生主管部（局） 御中

厚生労働省新型コロナウイルス感染症対策推進本部

新型コロナウイルス感染症の患者に対する療養期間等の見直しについて

平素より、新型コロナウイルス感染症対策に御尽力、御協力を賜り、誠にありがとうございます。

新型コロナウイルス感染症の患者に対する療養解除基準については、「感染症の予防及び感染症の患者に対する医療に関する法律における新型コロナウイルス感染症患者の退院及び就業制限の取扱いについて（一部改正）」（令和3年2月25日付け健康発 0225 第1号厚生労働省健康局結核感染症課長通知、以下「令和3年2月25日付け課長通知」という。）及び「新型コロナウイルス感染症の感染急拡大が確認された場合の対応について」（令和4年1月5日付け（令和4年2月2日最終改正）厚生労働省新型コロナウイルス感染症対策推進本部事務連絡）に基づき対応をお願いしており、その療養期間については、

- ・有症状患者については、発症日から10日間経過し、かつ、症状軽快後72時間経過した場合には11日目から解除を可能
- ・無症状患者（無症状病原体保有者）については、検体採取日から7日間を経過した場合に8日目に療養解除を可能（ただし、10日間が経過するまでは、検温など自身による健康状態の確認や、リスクの高い場所の利用や会食等を避けること、マスクを着用すること等の感染対策を求めること）を基本としています。

今般、オミクロン株の特性を踏まえた療養期間等については、本日の第98回新型コロナウイルス感染症対策アドバイザリーボードにおける議論を踏まえ、With コロナの新たな段階への移行を見据え、以下のとおり見直すこととしましたので、内容について御了知の上、関係各所へ周知の程、お願い申し上げます。

なお、本見直しについては、本日（令和4年9月7日）より適用となり、同日時点で患者である者にも適用いたします。

2 陽性者の療養期間

陽性者の分類		0 日目	1 日目	2 日目	3 日目	4 日目	5 日目	6 日目	7 日目	8 日目	9 日目	10 日目	11 日目
自宅・自主療養者 宿泊施設療養者 	有症状	発症	不要不急の外出自粛							*1 解除	自主的な健康観察、感染対策		
	*4 無症状	検体採取日	不要不急の外出自粛					抗原検査キット*2 陰性	解除	自主的な健康観察 感染対策			
高齢者施設入所中の 陽性者 	有症状	発症	不要不急の外出自粛									*3 解除	
	*4 無症状	検体採取日	不要不急の外出自粛						抗原検査キット*2 陰性	解除	自主的な健康観察 感染対策		
入院患者*5 (療養期間中の退院例) 	有症状	発症	入院中				退院 (7日目前)	不要不急の外出自粛		*1 解除	自主的な健康観察、感染対策		
			入院中							*1 解除	退院 (7日目後)	不要不急の外出自粛	*3 解除

*1 発症日から7日間経過し、かつ症状軽快後24時間経過

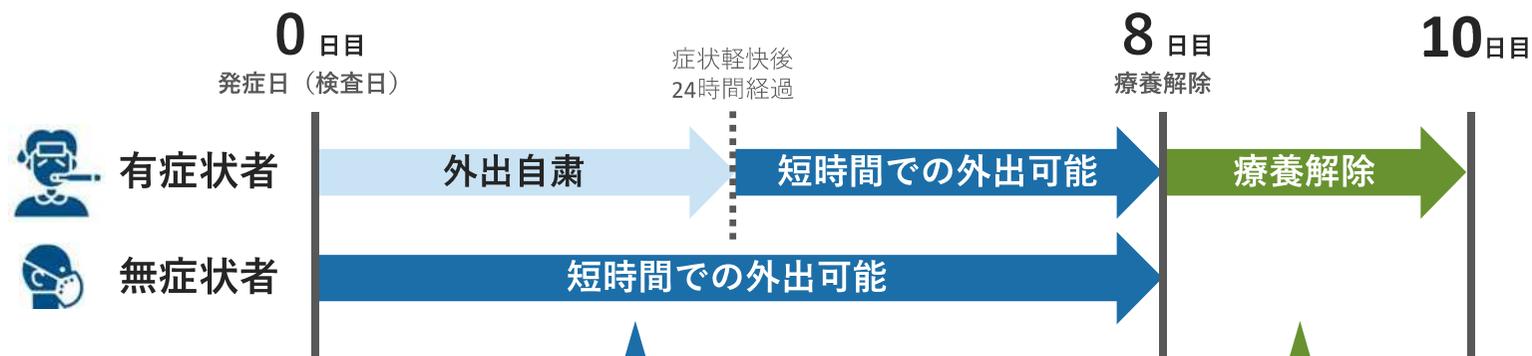
*2 抗原検査キットは自費検査とし薬事承認されたものを必ず用いること

*3 発症日から10日間経過し、かつ症状軽快後72時間経過

*4 無症状者が途中で発症した場合は、発症日を0日として有症状者の療養期間となる。

*5 入院患者については退院に関する基準を参照（令和3年2月25日健感発0225第1号厚労省通知）

3 療養期間中の外出自粛の考え方



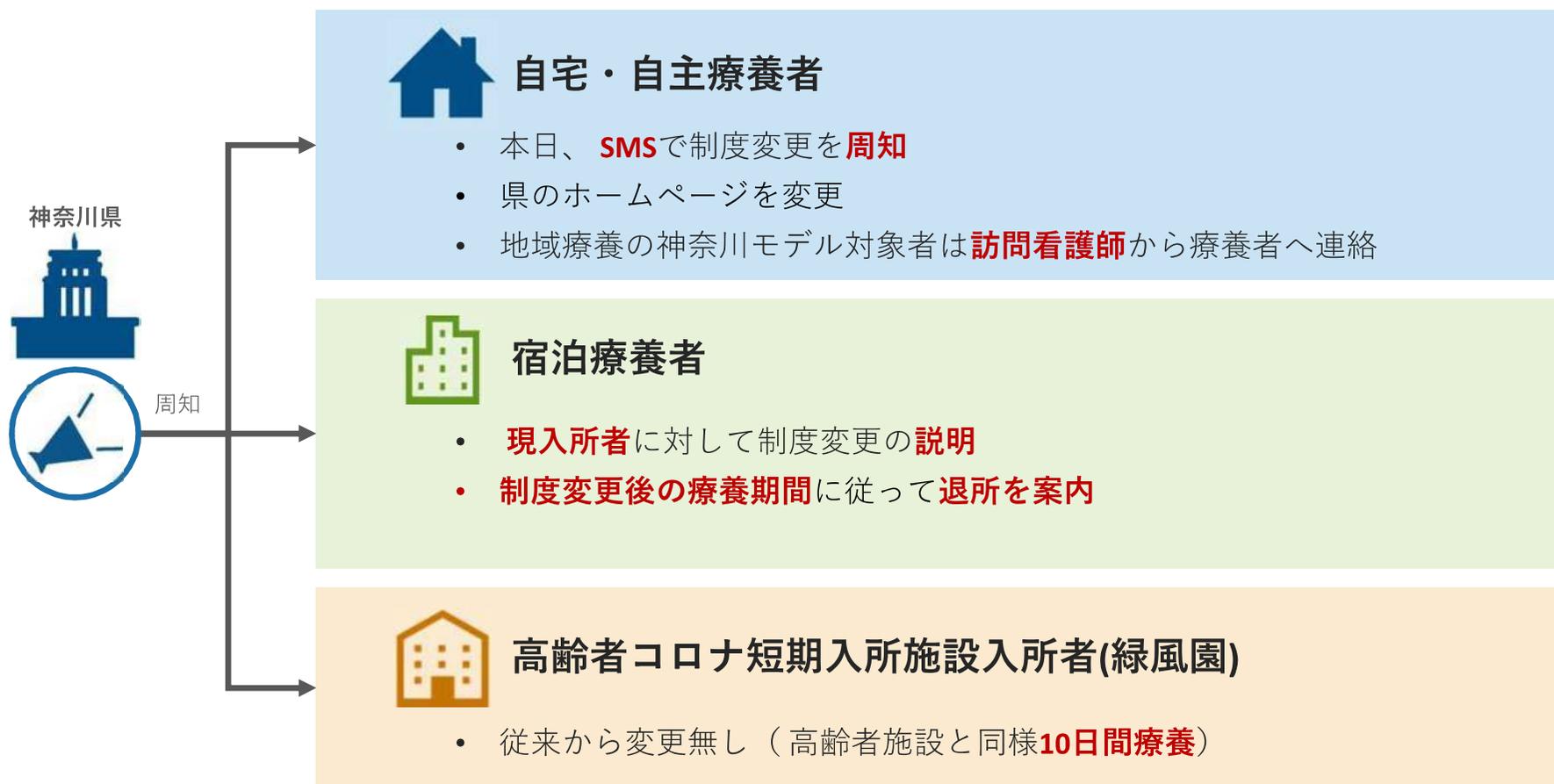
療養期間中の外出における留意点

- 短時間での外出とすること
(食料品等の買い出し等必要最小限の外出)
- 公共交通機関の利用は不可
- 感染対策を徹底すること
(マスクの着用等の感染予防行動)

療養解除後の留意点

- 自身による健康状態の確認
(検温等)
- 公共交通機関の利用は可能
- 高齢者等ハイリスク者との接触は避ける
(ハイリスク施設への不要不急の訪問を含む)
- 感染リスクの高い場所の利用を避ける
(食事等を含む)

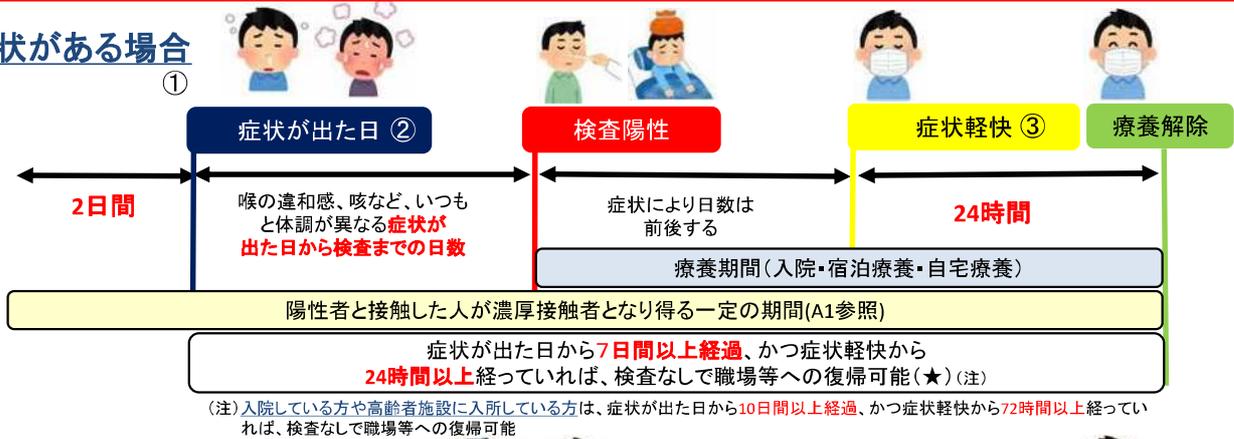
4 現在療養中の方への周知及び対応



新型コロナウイルス感染症 陽性だった場合の療養解除について

(★) 症状がある場合は10日間、症状がない場合は7日間が経過するまでは、**感染リスクがあります**。
 検温など自身による健康状態の確認や、高齢者等ハイリスク者との接触、ハイリスク施設への不要不急の訪問、感染リスクの高い場所の利用や会食等を避けること、マスクを着用すること等、**自主的な感染予防行動の徹底をお願いします**。

症状がある場合



症状がない場合



- ① 人工呼吸器等による治療を行わなかった場合。
- ② 症状が出始めた日とし、発症日が明らかでない場合には、陽性が確定した検体の採取日とする。
- ③ 解熱剤を使用せずに解熱しており、呼吸器症状が改善傾向である場合。
- ④ 陽性が確定した検体の採取日とする。

Q&A よくある質問

【濃厚接触者について】

Q1. 濃厚接触者の定義を教えてください。

- A1.** 濃厚接触者とは、陽性者と一定の期間に接触があった人をいいます。
 一定の期間とは、症状のある陽性者では「発症日の2日前から療養が終了するまでの期間」に、
 症状のない陽性者では「検体を採取した日の2日前から療養が終了するまでの期間」となります。
 この期間に、以下の条件のいずれかに当てはまる方が該当します。
- 陽性者と同居している人
 - 陽性者と長時間の接触があった人
 (車内、航空機内等での同乗の場合(航空機内は陽性者の同行家族が原則)を含む。)
 - 適切な感染防護なしに陽性者を診察、看護又は介護していた人
 - 陽性者の気道分泌液や体液などの汚染物質に直接接触した可能性が高い人
 - マスクなしで陽性者と1m以内で15分以上接触があった場合
- ただし、これらはあくまで原則であり、感染状況や各地域の実情に応じて判断されます。

Q2. 濃厚接触者の接触者はどう対応すればよいのでしょうか。

- A2.** 濃厚接触者が陽性となった場合に、改めて濃厚接触者に該当するか判断されるので、それまでは特に行動等について制限されることはありません。ただし、濃厚接触者については、感染している可能性もあるため、接触した場合には、十分に感染対策をして過ごしていただくことが重要です。

Q&A よくある質問

【自宅療養に関すること】

Q3. 自宅療養中に体調悪化した場合等の問い合わせ先を教えてください。

A3. 各自治体で設置しているコールセンターや相談窓口にお問い合わせください。

Q4. 自宅療養時に用意しておいた方がよいものがあれば教えてください。

A4. 自宅療養中は外出することができません。ただし、症状軽快から24時間以上経過、または症状がない場合には、外出時や人と接する際は短時間とし、移動時は公共交通機関を使わないこと、外出時や人と接する際に必ずマスクを着用するなど自主的な感染予防行動を徹底することを前提に、食料品等の買い出しなど必要最小限の外出を行うことは差し支えありません。

食料の配送を行っている自治体もありますが、療養開始後すぐに届かない可能性もあるため、災害対策と同様に事前に用意しておく安心です。

以下の食品を参考に5～7日間分準備しておきましょう。

- うどんやシリアル等の主食
- レトルト食品(米含む)やインスタント食品
- 缶詰(果物等)
- 菓子類
- 経口補水液
- スポーツ飲料 等

ネットスーパーや宅配(置き配)などを利用する方法もあります。

また、体温計は平時より電池残量も含め、確認しておきましょう。

Q5. 市販の解熱剤(アセトアミノフェン、イブプロフェン、ロキソプロフェン等の成分を含む薬剤)は服用しても問題ないでしょうか。

A5. 問題ありません。用法・用量等をよく確認の上、ご使用ください。

なお、下記のような場合には主治医や薬剤師にご相談ください。

- 他のお薬を内服している場合や、妊娠中、授乳中、ご高齢、胃・十二指腸潰瘍や腎機能低下など病気療養中の場合(飲める薬が限られていることがあります。)
- 薬などによりアレルギー症状やぜんそくを起こしたことがある場合
- 激しい痛みや高熱など、症状が重い場合や、症状が長く続いている場合

Q6. 薬が足りなくなった時はどのように対応すれば良いですか。

A6. 自治体ごとに対応が異なります。オンライン診療で薬を配送している自治体もあります。受け取り方法は同居者がいる場合は同居者、いなければ置き配という方法もあります。



新型コロナウイルス感染症特設サイト
健康や医療相談の情報

<https://www.mhlw.go.jp/stf/covid-19/kenkou-iryousoudan.html>

Q7. パルスオキシメーターの数値について、相談の目安及び注意事項を教えてください。

A7. 血中酸素飽和度(SpO₂)が93%以下の場合、保健所やかかりつけ医など事前に指定された連絡先へすぐに連絡しましょう。

パルスオキシメーターを使用する場合、冷房で指先が冷えていることもあるため、指先を温め、深呼吸をすることで改善することもあります。また、マニキュアやジェルネイルは外して測定をしましょう。正しく測定ができない場合があります。パルスオキシメーターは、メーカーにより測定値に多少の誤差が生じる可能性があります。



詳しくは日本呼吸器学会のリーフレットをご参照ください。
<https://www.jrs.or.jp/citizen/faq/q30.html>

Q&A よくある質問

Q8. 療養解除後、使用したパルスオキシメーターはどうすればよいですか。

A8. 自治体等から配送されたパルスオキシメーターを使用された場合は返却が必要になります。必要な方へ確実に使用いただくために、自治体等ごとのルールに従って返却いただきますようご協力をお願いします。

Q9. 熱が高くつらい場合、自分は重症にあたりますか。

A9. 医学的に「重症」と呼ばれるのは、ICU(集中治療室)への入室が必要であったり、人工呼吸器が必要だったりする、いわば生命の危機に瀕している方を指します。熱が高く体調が優れない場合、呼吸状態に問題がなければ、「軽症」と分類されます。また、肺炎の所見がある方は「中等症Ⅰ」、酸素投与が必要な方は「中等症Ⅱ」として分類されており、これらの場合も「重症」には当たりませんが、状態の悪化により「重症」となることもありますので、注意が必要です。中等症以上の方でも自覚症状のない方が一定数いますが、その場合であっても、SpO₂の数値が顕著に下がっている際は適切な治療を受ける必要がありますので、医師等の指示に従ってください。

Q10. 咳がひどく、痰が絡んでつらい時の体勢を教えてください。

A10. 長時間仰向けで寝ていると、痰が溜まりやすくなります。肺を万遍なく膨らませたり、肺の血の巡りをよくしたりするためにも、時折うつぶせになるなど、楽な体勢で過ごしましょう。

Q11. 自宅療養時にMy HER-SYSで健康観察を行うよう言われたのですがどうしたらよいですか。

A11. My HER-SYSを活用する際は、ご自身のスマートフォンやパソコンから健康状態を入力できます。保健所よりショートメッセージでURLが送られてきますので、そのURLにアクセスしていただき新規登録を完了させ、利用を開始してください。なお、自治体により健康観察の方法は異なります。



HER-SYSについて

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00129.html

【療養解除・自宅待機について】

Q12. 療養解除について教えてください。

A12. 【症状がある場合】発症日＝症状が出現した日から、7日以上かつ症状軽快後24時間経過後（または症状軽快後24時間以上空けて2回PCR等の検査を行い、陰性だった場合）に療養解除となります（★）（入院や高齢者施設に入所している方は10日以上かつ軽快後72時間経過後に療養解除）。
【症状がない場合】検体採取日から7日経過後に療養解除となります。また、5日目の検査キットによる検査で陰性を確認した場合には、5日間経過後に解除可能です（★）。
【無症状者が途中症状が出た場合】当初無症状の人であっても、途中で症状が出現してしまつたら、発症から10日間は感染性があるとされているため、発症日が起算日になります。
※療養解除基準は変更される可能性があります。

（★）症状がある場合は10日間、症状がない場合は7日間が経過するまでは、**感染リスクがあります。** 検温など自身による健康状態の確認や、高齢者等ハイリスク者との接触、ハイリスク施設への不要不急の訪問、感染リスクの高い場所の利用や会食等を避けること、マスクを着用すること等、**自主的な感染予防行動の徹底をお願いします。**

Q&A よくある質問

Q13. 陽性者の家族はいつまで自宅待機すればよいのでしょうか。

A13. 陽性者の同居家族は原則として濃厚接触者と判断されます。濃厚接触者は、発端となる同居の感染している方が発症する等してから5日間の待機が必要となります。ただし、2日目と3日目に抗原定性検査キットを用いた検査で2回続けて陰性が確認できた場合は3日目で待機解除とすることができます。上記のいずれの場合でも、自宅待機の期間が終了した後も7日間が経過するまでは、自身による健康状態の確認を行うことや会食を控える等の感染対策をお願いいたします。

Q14. 新型コロナウイルス感染症に感染した方のごみの捨て方について

A14. 新型コロナウイルス感染症に感染した方が使用したティッシュやマスクにはウイルスが付着しているため、ごみ箱にごみ袋を被せて入れるようにしてください。ごみがいっぱいになる前に出すようにし、ごみに触れないように注意しながらしっかり縛りましょう。(気になる場合は2重にしましょう。) ごみを出した後はしっかり手を洗いましょう。



新型コロナウイルス感染症に係る廃棄物対策について

https://www.env.go.jp/recycle/waste/sp_contr/infection/coronakoho.html

Q15. 新型コロナウイルスに感染したことのある人は、ワクチンを接種することはできますか。

A15. 初回(1回目・2回目)接種、追加(3回目)接種にかかわらず、新型コロナウイルスに感染した方もワクチンを接種することができます。

※感染後、体調が回復又は隔離解除後、接種を希望する際には、その治療内容や感染からの期間にかかわらず接種が可能です。



新型コロナウイルスワクチンに関するQ&A

<https://www.cov19-vaccine.mhlw.go.jp/qa/>