

濃厚接触者セルフチェックシート

感染可能期間 2 日前の日付

陽性者の発症日

年 月 日 ~ 月 日



上記感染可能期間中に会っている

いいえ

はい

次の接触をしている

以下の接触に一つでも当てはまれば、「はい」に進んでください。

- お互いマスクを着用せず、手が触れる距離で15分以上会話した。
- 陽性者がマスクを着用せず、手が触れる距離で15分以上会話した。
- お互いマスクを着用していたが、長時間接触した。
- 感染者と同居している。

いいえ

はい

濃厚接触者の可能性があります

濃厚接触者の可能性は低いです。

陽性者と最後に会った日の翌日から5日間は、**自宅で健康観察**を行ってください。

- 不要不急の外出はしない。
- 家族を含むほかの人に接触しないようにする。
- 毎日体温を測り、体調を管理する。
- 同居者との生活空間を分け、共有部分をこまめに消毒する。

※症状が出た場合は、まずは「かかりつけ医」に電話でご相談の上、必要に応じて受診してください。かかりつけ医がない場合は、以下に電話でご相談ください。

●世田谷区発熱相談センター ☎03-5432-2910（平日8：30～17：15）

●東京都発熱相談センター

・症状に関する相談：☎03-5320-4592・03-6330-3710【24時間（土日祝日含む）】

・医療機関案内専用ダイヤル：☎03-6630-3710・03-6636-8900・03-6732-8864

【24時間（土日祝日含む）】