

# 令和5年5月8日以降に 新型コロナウイルス感染症に 罹患した方へ

令和5年5月8日以降、新型コロナウイルス感染症に対し行政による行動制限や健康観察がなくなり、外出を控える等の行動は、個人の判断に委ねられることとなります。下記を療養する際の参考にしてください。

## 療養期間の目安

発症日（無症状の場合は検体採取日）を0日目として5日間、かつ、熱が下がり、痰やのど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、様子を見ることが推奨されます。



発症から10日間が経過するまでは、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たりする等、配慮しましょう。

咳やくしゃみ等の症状がある場合には、マスクの着用など咳エチケットを心がけましょう。

