

よくある質問と回答

番号	区分	質問	回答	リンク先
1	検査前	発熱等により体調不良になった場合、どのようにすればよいですか？	<p>感染拡大時は発熱外来等にかかりづらくなります。重症化リスク等に応じた外来受診に、ご協力をお願いします。</p> <p>≪重症化リスクの高いかた≫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者（65歳以上） ・基礎疾患を有するかた <p>例）糖尿病、がん、慢性腎臓病、脳血管疾患、慢性呼吸器疾患（COPDなど）、高血圧、脂質異常症、心血管疾患、免疫機能の低下の可能性がある</p> <ul style="list-style-type: none"> ・喫煙歴がある ・肥満（BMI30以上） ・妊婦 <p>【重症化リスクの高いかた及び小学生以下のお子さんの場合】</p> <p>● 速やかに発熱外来（診療・検査医療機関）を受診してください。</p> <p>必ず、受診する前に事前連絡をしてください（事前の連絡なしに直接受診しても診療が受けられない場合があります）。特にお子さんの場合は、年齢等によって症状が様々あります。かかりつけ医・お近くの小児科等にご相談ください。近隣の診療・検査医療機関をお探しのかたは、右記①の二次元コードを読み取り、該当するリストからお調べください。なお、電話・オンライン診療を実施している医療機関も掲載されています。</p> <p>※ 受診に迷う場合、東京都発熱相談センターや#7119（東京消防庁救急相談センター）、#8000（小児救急相談）にご相談ください。</p> <p>東京都発熱相談センター（医療機関の案内、症状に関する相談） 電話 03-5320-4592、03-6258-5780、03-5320-4551、03-5320-4411（24時間）</p> <p>【上記以外のかたの場合】</p> <p>● まずは、新型コロナウイルス抗原定性検査キットで自己検査してください。</p> <p>そのためにも、新型コロナウイルス抗原定性検査キット（「体外診断用医薬品」または「第1類医薬品」）や解熱鎮痛薬をあらかじめ購入し、備蓄しておくとう安心です。</p> <p>[陽性の場合]</p> <p>東京都陽性者登録センターにご登録ください。</p> <p>登録をすることで、健康観察や支援物資等の申込ができます。</p> <p>詳細は、右記②の二次元コードからご覧ください。</p> <p>[陰性の場合]</p> <p>検査結果が陰性でも、感染の可能性を否定するものではありません。</p> <p>感染拡大を防ぐため、体調不良が続くときは自宅で療養をお願いします。</p> <p>[医師の診察や薬の処方希望する場合]</p> <p>かかりつけ医等の医療機関を受診ください。近隣の診療・検査医療機関をお探しのかたは、右記①の二次元コードを読み取り、該当するリストからお調べください。なお、電話・オンライン診療を実施している医療機関も掲載されています。</p> <p>また、東京都では、感染拡大による発熱外来のひっ迫時等に対応するため、検査キットによる自己検査をしている方等を対象に、東京都臨時オンライン発熱診療センターを開設しています。詳しくは、右記③の二次元コードをご参照ください。</p> <p>※ 受診に迷う場合、東京都発熱相談センターにご相談ください。</p> <p>東京都発熱相談センター（医療機関の案内、症状に関する相談） 電話 03-5320-4592、03-6258-5780、03-5320-4551、03-5320-4411（24時間）</p> <p>重症化リスク等に応じた外来受診・療養の流れの詳細については、右記④の二次元コードをご参照ください。</p>	<p>①東京都福祉保健局 「診療・検査医療機関の一覧」</p>  <p>②東京都福祉保健局 「東京都陽性者登録センター」</p>  <p>③東京都福祉保健局 「東京都臨時オンライン発熱診療センター」</p>  <p>④東京都福祉保健局 「療養者・濃厚接触者の方へ」</p> 

番号	区分	質問	回答	リンク先
2	検査前	症状はないのですが、感染しているか不安なため検査を受けたいです。検査を受けられる場所はありますか？	<p>無症状で濃厚接触者に該当しないかたは、東京都によるPCR等検査無料化事業の無料検査を受けることができます。</p> <p>ご不明点等ありましたら、東京都PCR等検査無料化事業事務局へご連絡ください。</p> <p>・東京都PCR等検査無料化事業事務局（毎日 9時から19時まで） 電話 03-6634-4612</p> <p>検査の流れや注意事項に関しては、右記①の二次元コードをご確認ください。 近隣の検査場所をお探しのかたは、右記②の二次元コードをご確認ください。</p>	<p>①東京都「PCR等検査無料化のご案内」</p>  <p>②東京都「対象事業者一覧」</p> 
3	検査結果が陽性	抗原定性検査キット（または無料のPCR等検査場）の検査結果が陽性になりましたが、今後の流れを教えてください。	<p>検査結果が陽性になった場合、個々の重症化リスク等によって流れが異なります。</p> <p>なお、検査結果に基づき確定診断を行うことがありますので、検査結果を提示できるようにしておいてください。</p> <p>検査キットの場合は、検査結果をスマートフォン等で画像として保存、PCR等検査場の場合は、検査結果のメール等を保管してください。</p> <p>≪重症化リスクの高いかた≫</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高齢者（65歳以上） ・基礎疾患を有するかた <p>例）糖尿病、がん、慢性腎臓病、脳血管疾患、慢性呼吸器疾患（COPDなど）、高血圧、脂質異常症、心血管疾患、免疫機能の低下の可能性のある</p> <ul style="list-style-type: none"> ・喫煙歴がある ・肥満（BMI30以上） ・妊婦 <p>【重症化リスクの高いかた及び小学生以下のお子さんの場合】</p> <p>●速やかに発熱外来（診療・検査医療機関）を受診してください。</p> <p>必ず、受診する前に事前連絡をしてください（事前の連絡なしに直接受診しても診療が受けられない場合があります）。特にお子さんの場合は、年齢等によって症状が様々あります。かかりつけ医・お近くの小児科等にご相談ください。近隣の診療・検査医療機関をお探しのかたは、右記①の二次元コードを読み取り、該当するリストからお調べください。なお、電話・オンライン診療を実施している医療機関も掲載されています。</p> <p>※ 受診に迷う場合、東京都発熱相談センターや#7119（東京消防庁救急相談センター）、#8000（小児救急相談）にご相談ください。</p> <p>東京都発熱相談センター（医療機関の案内、症状に関する相談） 電話 03-5320-4592、03-6258-5780、03-5320-4551、03-5320-4411（24時間）</p> <p>【上記以外のかたの場合】</p> <p>●東京都陽性者登録センターにご登録ください。</p> <p>登録をすることで、健康観察や支援物資等の申込ができます。詳細は、右記②の二次元コードからご覧ください。</p> <p>[医師の診察や薬の処方希望する場合]</p> <p>かかりつけ医等の医療機関を受診ください。近隣の診療・検査医療機関をお探しのかたは、右記①の二次元コードを読み取り、該当するリストからお調べください。なお、電話・オンライン診療を実施している医療機関も掲載されています。</p> <p>また、東京都では、感染拡大による発熱外来のひっ迫時等に対応するため、検査キットによる自己検査をしている方等を対象に、東京都臨時オンライン発熱診療センターを開設しています。詳しくは、右記③の二次元コードをご参照ください。</p> <p>※ 受診に迷う場合、東京都発熱相談センターにご相談ください。</p> <p>東京都発熱相談センター（医療機関の案内、症状に関する相談） 電話 03-5320-4592、03-6258-5780、03-5320-4551、03-5320-4411（24時間）</p>	<p>①東京都福祉保健局「診療・検査医療機関の一覧」</p>  <p>②東京都福祉保健局「東京都陽性者登録センター」</p>  <p>③東京都福祉保健局「東京都臨時オンライン発熱診療センター」</p> 

番号	区分	質問	回答	リンク先
4	療養中	自宅療養中に外出してもよいですか？	<p>新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、外出は控えてください。</p> <p>なお、通院等やむを得ず外出をする時には、人混みは避けてマスクの着用をお願いします。</p>	
5	療養中	自宅療養中に症状が悪化しましたが、どこに連絡すればよいでしょうか。	<p>体調が急変する恐れがありますので、症状が悪化した場合、発生届対象のかたはかかりつけ医、フォローアップセンターまたは多摩府中保健所へ、発生届対象外のかたはかかりつけ医等医療機関または自宅療養サポートセンター（うちさば東京）へすぐに連絡してください。</p> <p>《発生届対象》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・65歳以上のかた ・入院を要するかた ・重症化リスクがあり、かつ新型コロナ治療薬の投与が必要なかた ・重症化リスクがあり、かつ酸素投与が必要なかた ・妊婦のかた <p>また、東京都が作成したPDF資料「救急車の要請やうちさば東京等に連絡する症状の目安」における「救急車の要請が必要な症状の目安」に該当した場合は、速やかに119番に連絡してください。PDF資料「救急車の要請やうちさば東京等に連絡する症状の目安」は右記二次元コードから、ご確認ください。救急車の要請を迷う場合は、東京消防庁救急相談センターや小児救急相談へご相談ください。</p> <p>[上記相談窓口における連絡先]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自宅療養者フォローアップセンター（発生届対象のかたにショートメッセージにて送付しています） ・多摩府中保健所 電話 042-362-2334（平日 9時から17時まで） ・自宅療養サポートセンター（うちさば東京） 電話 0120-670-440（24時間） ・東京消防庁救急相談センター 電話 #7119 または 042-521-2323（24時間） ・小児救急相談 電話 #8000 または 03-5285-8898（平日：18時から翌8時まで 土日祝日：8時から翌8時まで） 	<p>東京都福祉保健局</p> <p>「自宅療養中の注意事項・相談窓口など」</p> 
6	療養中	療養期間はいつまでですか。	<p>療養期間については、症状の有無等によって異なります。下記の該当項目をご確認いただいたうえで、ご不明点等ありましたら、うちさば東京へご連絡ください。</p> <p>うちさば東京（自宅療養サポートセンター） 電話 0120-670-440（24時間）</p> <p>●症状があるかた</p> <p>[入院（または高齢者施設に入所）していないかた]</p> <p>発症日を0日として7日間経過し、かつ、症状軽快（※）から24時間経過している場合、8日目から療養の解除が可能です。ただし、10日間が経過するまでは、自身による検温、高齢者等重症化リスクのあるかたとの接触や感染リスクの高い行動を控えていただく等、自主的な感染予防行動の徹底をお願いします。</p> <p>※それまで症状がなかったものの療養終了近くになり発熱等の症状が出て、解熱剤等を服用した場合は、療養延長になる可能性があります。</p> <p>[入院（または高齢者施設に入所）しているかた]</p> <p>発症日を0日として10日間経過し、かつ、症状が軽快してから72時間経過した場合、11日目から療養の解除が可能です。</p> <p>●無症状のかた（陽性判明時から症状がないかた）</p> <p>検体採取日を0日として7日間を経過した場合には、8日目に療養の解除が可能です。</p> <p>なお、5日目の抗原定性検査キット（体外診断用医薬品または第一類医薬品）による検査（※）で陰性を確認した場合には、5日間経過後（検体採取日を0日として6日目）に療養の解除が可能です。ただし、7日間が経過するまでは、自身による検温、高齢者等重症化リスクのあるかたとの接触や感染リスクの高い行動を控えていただく等、自主的な感染予防行動の徹底をお願いします。</p> <p>※自費での検査になります。東京都が配布する検査キットは症状が現れた場合に使用するものですので、早期解除の目的で使用しないでください。</p>	

番号	区分	質問	回答	リンク先
7	療養中	同居家族への感染を避けたいので、宿泊施設に入所することは可能ですか？	<p>宿泊施設への入所申込は、発生届対象のかたと発生届対象外のかたと異なります。発生届対象者は、回答番号6の「発生届対象」に該当するかを指します。</p> <p>●発生届対象のかた [65 歳以上のかた] 多摩府中保健所にご連絡ください。 ・多摩府中保健所（平日 9時から17時まで） 電話 042-362-2334</p> <p>[65 歳未満のかた] 東京都宿泊療養申込窓口からお申込みいただけます。なお、お申し込みをしても入所のご希望に添えない場合があります。 ・東京都宿泊療養申込窓口（毎日 9時から16時まで） 電話 03-5320-5997</p> <p>●発生届対象外のかた 東京都宿泊療養申込窓口からお申込みいただけます。ただし、事前に東京都陽性者登録センターへの登録が必要となっています。登録等の詳細に関しては、右記①の二次元コードをご参照ください。なお、お申し込みをしても入所のご希望に添えない場合があります。 ・東京都宿泊療養申込窓口（毎日 9時から16時まで） 電話 03-5320-5997 宿泊療養施設の概要に関する詳細は、右記②の二次元コードをご参照ください。</p>	<p>①東京都福祉保健局「東京都陽性者登録センター」</p>  <p>②東京都福祉保健局「宿泊療養施設のご案内」</p> 
8	療養中	宿泊療養施設に入所する際の、持ち物等を知りたいです。	<p>保険証、体温計、バスタオル、タオル類、ナイトウェア等をお持ちください。その他、必要に応じて室内履き（スリッパ等）、雨具（退所時の天候により必要な場合があるため）等をご持参ください。なお、洗濯設備はありません。</p> <p>また、服用している薬は、入所期間に必要な量を余裕をもって用意してください。やむを得ず不足する場合は、ホテル事務局に連絡の上、入所後にオンライン診療で処方を受けてください。</p> <p>注意事項や施設別のチェックリスト等の詳細に関しては、右記の二次元コードからご確認ください。</p>	<p>東京都福祉保健局「これから宿泊療養をするかたへ」</p> 
9	療養中	自宅療養がまもなく終了するのですが、改めて検査は必要ですか？	<p>検査は必要ありません。</p> <p>また、療養終了後に勤務を開始するにあたって、勤務先等に陰性証明を提出する必要はありません。詳しくは、右記①の二次元コードを読み取り、PDF資料（「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第18条に規定する就業制限の解除に関する取扱いについて（厚生労働省新型コロナウイルス感染症対策推進本部）」）をご確認ください。</p> <p>なお、陰性であることを確認・証明するための検査は自費検査になります。自費検査を希望するかたは、右記②の二次元コードからお調べください。</p>	<p>①PDF資料</p>  <p>②厚生労働省「自費検査を提供する検査機関一覧」</p> 
10	療養中	自宅療養がまもなく終了するのですが、症状が残っています。その場合どうすればよいですか？	<p>症状に不安を感じる場合、発生届対象のかたは受診時の医療機関、フォローアップセンターまたは多摩府中保健所へ、発生届対象外のかたは受診した医療機関またはうちさば東京にご相談ください。</p> <p>発生届対象者は、回答番号6の「発生届対象」に該当するかを指します。</p> <p>[上記相談窓口における連絡先]</p> <ul style="list-style-type: none"> ・自宅療養者フォローアップセンター（発生届対象のかたにショートメッセージにて送付しています） ・多摩府中保健所 電話 042-362-2334（平日 9時から17時まで） ・自宅療養サポートセンター（うちさば東京） 電話 0120-670-440（24時間） 	

番号	区分	質問	回答	リンク先
11	療養終了後	新型コロナウイルス感染症に係る療養証明書は、どのように取得すればよいですか？	<p>●9月26日以降に診断され、発生届対象外になったかたに対しては、療養証明書の発行は行っていません。診療明細書等の代替書類となる書類をご活用ください。</p> <p>発生届対象者は、回答番号6の<発生届対象>に該当するかを指します。</p> <p>●発生届対象のかたは、My HER-SYSの療養証明書をご活用ください。My HER-SYSの療養証明書や操作に関しては、下記専用ダイヤルにお問い合わせください。</p> <p>厚生労働省一般の方専用ダイヤル：03-5877-4805（平日：9時30分から18時15分まで）</p> <p>My HER-SYS以外で療養証明書を発行したいかたは、療養場所によって異なります。</p> <p>[入院されたかた] 入院されていた医療機関にお問い合わせください。</p> <p>[東京都の宿泊療養施設を利用されたかた] 郵送による請求になります。詳細は、右記①の二次元コードを読み取り、該当項目をご確認ください。</p> <p>[自宅療養されたかた] 多摩府中保健所へご申請ください。詳細は、右記②の二次元コードをご参照ください。</p>	<p>①東京都福祉保健局「療養証明書について」</p>  <p>②多摩府中保健所「療養証明の発行について」</p> 
12	療養終了後	療養期間が明けてから1ヶ月経っていますが、症状がなくなりません。どうすればよいですか？	<p>新型コロナウイルス感染症の感染から回復した後であっても、罹患後症状（いわゆる「後遺症」）として様々な症状がみられる場合があります。症状等に関して不安を感じる場合には、都立病院のコロナ後遺症相談窓口にご相談ください。相談先等の詳細は、右記①の二次元コードをご確認ください。また、後遺症に関する詳細情報は、右記②の二次元コードをご参照ください。</p> <p>※新型コロナウイルス感染症の後遺症については、現時点では確立された治療法がないため、医療機関を受診された場合、治療は症状に応じた対症療法が基本となります。また、受診においては、所定の医療費がかかります。</p>	<p>①東京都立病院機構「都立病院のコロナ後遺症相談窓口について」</p>  <p>②東京都福祉保健局「後遺症」</p> 
13	濃厚接触者	濃厚接触者の待機期間を教えてください。	<p>新型コロナウイルス感染者と最後に接触のあった日、または住居内で感染対策を講じた日、いずれか遅い方を0日目として5日間の自宅待機が必要です。（6日目から解除）</p> <p>なお、抗原定性検査キット（体外診断用医薬品または第一類医薬品）により2日目と3日目に検査（※）を行い、両日ともに陰性が確認された場合には、3日目（陰性確認後）から待機を解除することが可能です。</p> <p>※自費での検査になります。東京都が配布する検査キットは症状が現れた場合に使用するものですので、早期解除の目的で使用しないでください。</p>	
14	濃厚接触者	濃厚接触者は外出しても良いですか？	<p>新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、外出は控えてください。</p> <p>なお、通院等やむを得ず外出をする時には、人混みは避けてマスクの着用をお願いします。</p>	
15	濃厚接触者	同居家族が陽性になった数日後、他の同居家族が陽性になりました。濃厚接触者の自宅待機期間は変わりますか？	<p>新たに陽性となったかたの発症日を0日目とし、5日間の自宅待機になります。</p> <p>濃厚接触者に関して詳しくは、右記の二次元コードをご参照ください。</p>	<p>多摩府中保健所「濃厚接触者のかたへ」</p> 