

# 新型コロナウイルス感染症関連

## よくあるご質問 ～濃厚接触者などの過ごし方～

### Q1 家族などの同居者が感染し、自分が濃厚接触者となった場合どうしたらよいですか

A1 「感染者の発症日」または「家庭内で感染予防対策をとれた日」のどちらか遅い方の翌日から7日間は自宅待機してください。(オミクロン株は、感染者の家族がワクチンを2回接種していても約30%は感染するというデータもあります。)

#### 家庭内の感染防止対策

- ✓感染者はなるべく個室で過ごす
- ✓飲食は別にし、部屋や時間を分ける

- ✓感染者と同じ部屋にいる時は、不織布マスクを着用し、しっかり換気する
- ✓共用となる部分(スイッチやドアノブなど)を消毒する

### Q2 家族の職場や学校などで感染者が出て、家族が濃厚接触者となった場合、自分はどうしたらよいですか

A2 特別な行動制限は不要です。しかし、濃厚接触者は、感染していれば数日以内に発症する可能性があるため、できれば食事は別にし、会話時はマスクをしてください。濃厚接触者に症状が出たときは、早めに受診し、検査で陰性が確認されるまで、「家庭内の感染防止対策」を行ってください。

発熱などの症状が出た場合は、速やかにかかりつけ医または発熱等診療医療機関を受診するか、発熱等受診相談センターへご相談ください

静岡県 発熱 [検索](#)

●静岡県発熱等受診相談センター  
(静岡市・浜松市在住の方を除く)  
☎050(5371)0561 ㊚054(281)7702

●静岡市保健所  
☎054(249)2221

●浜松市保健所  
☎0120(368)567

静岡県新型コロナ対策企画課 ☎054(221)2982 ㊚054(221)2261

## 県の大規模接種会場 (モデルナ社ワクチン)について



3回目接種は種類にこだわらず、できるだけ早めの接種をご検討ください。

静岡県 大規模接種 [検索](#)

**対象者** 2回目接種から6カ月以上経過した18歳以上の県民の方(接種券が未発行の方も含む)

**予約方法** 県の予約専用サイトで(電話での予約はできません)



会場	開設期間(平日のみ)
もくせい会館(静岡市葵区)	当面の間
ふじさんめっせ(富士市)	4/11(月)～5/10(火) ※1
浜松総合庁舎(浜松市中区)	4/5(火)～14(木)
サーラシティ浜松(浜松市中区)	4/25(月)～5/8(日) ※2

※1 4/29(金・祝)、5/3(火・祝)～5/5(木・祝)も実施  
※2 土・日・祝も実施

静岡県新型コロナ対策推進課  
☎054(221)2218 ㊚054(221)3716

## 事業者の皆さまへ

### 新型コロナウイルス感染拡大防止協力金

まん延防止等重点措置に伴う営業時間の短縮などの要請に応じていただいた飲食店などに協力金を支給します。該当する事業者の皆さまは、申請の手続きをお願いします。 ※それぞれの要請期間ごとに申請をしていただく必要があります。

#### 要請期間①

1/27(木)～2/20(日)分

受付～4/6(水) 消印有効



#### 要請期間②

2/21(月)～3/6(日)分

受付～4/20(水) 消印有効



※延長期間:3/7(月)～21(月・祝)分に関しては、別途県庁などでお知らせします

記 県庁 申 申請書などを郵送で  
〒420-0857 静岡市葵区御幸町8-1 JADEビル3階 県時短要請協力金事務局  
問 県営業時間短縮要請コールセンター  
☎050(5211)6111 受付時間:9時～17時(土・日・祝日を含む)

## 中小企業等事業継続応援金



飲食店への時短要請や外出自粛などの影響により、令和4年2月・3月の売上が減少した県内中小企業などの事業継続を支援するため、「事業継続応援金」を給付します。

▲詳細はこちら

受～6/30(木) 必着 記 専用印

申 申請書など必要書類を専用印、郵送で

問 コールセンター

☎0120(371)060

受付時間:9時～17時(土・日・祝日を含む)

※事業復活支援金を受給した事業者は応援金を受給できません  
※協力金の支給対象の方は申請できません

## 事業復活支援金についてはこちら



問 相談窓口:☎0120(789)140

IP電話専用回線:☎03(6834)7593

受付時間:8時30分～19時(土・日・祝日を含む)

▲詳細はこちら

## 「新・健康生活」のススメ② ～食事・飲酒～

コロナ禍でおうちで過ごす時間が増えた今だからこそ、健康に過ごすために身につけてほしい習慣をご紹介します!

**食事**

1月号では運動を紹介しました

**飲酒**

**禁煙**

**健診・検診**

**睡眠**

**運動**

### 食事

栄養バランスのよい食事は健康の第一歩!

県は、主食と組み合わせることで栄養バランスのとれた食事につながる「おかず」=「しずおか健幸惣菜」を推進しています。毎日の食事に取り入れてみてください!



しずおか健幸惣菜を販売しているスーパーマーケットや弁当販売店などをご紹介します! [手軽に購入](#)



▲まぐろのパン粉焼き お茶風味タルタルかけ



▲海老芋とチキンのきのこクリーム煮



### 飲酒

節度ある適度な飲酒を!

お酒の飲み過ぎは、コロナ重症化リスクの一つである肥満、高血圧、糖尿病をはじめとする生活習慣病の原因となります。コロナ禍で外食が減るなど、お酒を飲む機会が変化してきた今、お酒との付き合い方を考えてみませんか。(飲酒は20歳から)

静岡県健康増進課 ☎054(221)2779 ㊚054(221)3291

「ハザードマップで災害から命を守る」は、地域のリスクの他、事前にしっかりと避難路を確認しておく、夜間や寒い冬場など悪い事態を想定しておくことの大切さを学ばせていただきました。 富士市 藤井さん

## みんなのひろ場

掛川手織葛布が製品としているいろいろな物に生まれ変わることに驚きを感じました。紙製品から小銭入れ…用途いろいろです。 藤枝市 森田さん

【編集部から】特集面の「交通ルール順守」と思いやりで事故0に!。私も動画で改めて交通ルールを勉強しました。時間が無い時はつい慌ててしましますが、心にゆとりを持って運転するよう気を付けたいと思います。

高校生の息子が医師を目指しています。地域医療の担い手を応援する制度があることを初めて知りました。詳しい内容を調べてみたいと、息子とも話をしました。 浜松市南区 村橋さん

## 県民のこえ

県民の皆さんから寄せられたご意見に回答しています。その一例をご紹介します。

**ご意見** フルーツ農園が人手不足で、いちごの作付けの人手が足りないことを知った。どのような対策を行っていくのか。

**回答** いちごの生産は技術の習熟が必要なため、一定の期間継続して働いていただけるよう、近郊にお住まいの方を募集しています。県は、農業者と近郊の障害福祉サービス事業所をつなぎ、障害のある方が農業現場で働く「農福連携」を進めています。また、JAグループは、産地と民間企業をつなぐ「しず農コネクト」により、企業の従業員や家族と農業者のマッチングを進めています。

その他の事例は、県庁でご覧いただけます。

静岡県 県民のこえ [検索](#)

## 困ったな...どこへ相談したらいいんだろう?

あなたの困りごとに応じた専門の相談窓口をご案内します

### 相談窓口案内

☎054(221)2292(ふじのくに)  
平日8時30分～18時



## 県政へのご意見をお待ちしています

### 県民のこえ担当へ

県庁の全課(室)、県のすべての出先機関には、それぞれの県民のこえ担当がおりますので、お気軽にどうぞ

### 広聴広報課県民のこえ班(広聴担当窓口)へ

〒420-8601 県広聴広報課県民のこえ班あて  
☎054(221)2235 ㊚054(254)4032  
E:koe@pref.shizuoka.lg.jp