



# 新型コロナ

HAWAII STATE DEPARTMENT OF HEALTH

## 濃厚接触者の確認と会話

**濃厚接触者**とは、ワクチン接種の有無にかかわらず、COVID-19感染者に接触した人のことです。

丸10日間予防措置をとり、[隔離と感染のガイドンス](#)に従います。一方または両方がマスクを使用している場合、その人は濃厚接触者とみなされます。

### 追加情報

新型コロナウイルスの暴露リスクには、新型コロナウイルス感染者との暴露時間と距離、暴露した場所（屋内や屋外など）、ワクチン接種状況、新型コロナウイルス感染歴、個人防護対策の実施状況（マスクの使用など）など、多くの要因が影響します。

常にマスクを正しく着用することで、自分と他人を守り、新型コロナウイルス感染症への暴露を減らすことができます。

### 通知すべき濃厚接触者リストの作成

- あなたの同居人は誰ですか？
- あなたと一緒に過ごした親類は誰ですか？
- あなたは出勤または通学しましたか？
- 最近、他人と一緒に過ごしましたか？
  - レストラン、バー、その他の施設で飲食しましたか？
  - 他人と一緒に運動したり、ジムや運動施設に行ったりしましたか？
  - 自宅に家族や友人を招いたり、家族や友人の家を訪問したりしましたか？
  - パーティーその他の社会的または仕事上の集会に参加しましたか？
- リモートでない美容室、理髪店、医者、歯医者などに行きましたか？
- 他人と一緒に車に乗ったり（ライドシェアなど）、公共交通機関を利用しましたか？
- 礼拝所（教会、モスクなど）での礼拝やイベントに参加しましたか？

### あなたが接触した人に、新型コロナウイルスに暴露した可能性があることを知らせてください

あなたが接触した人に電話、携帯メール、インスタントメッセージ、PCメールで連絡できます。連絡を取りましょう。ご希望であれば、[Tell Your Contacts](#)「接触者への通知」サイトから、あなたの濃厚接触者に匿名でパソコンや携帯でメールを送ることができます。

### 接触者に何と言ったらいいですか？

「こんにちは。大事な話があります。少しだけプライベートな話をする時間がありますか？私は（日付）にCOVID-19の陽性反応が出ました。あなたと（日付）にお会いしましたが、あなたの家族その他の人を守るために検査を受けるよう、お伝えしたかったのです。ワクチン接種の有無にかかわらず、COVID-19に感染している場合は、他人から隔離してください。また、体調が悪く、COVID-19の感染が疑われるが、まだ検査結果が出ていない場合も隔離してください。少なくとも5日間は自宅で過ごし、他の人と一緒にいるときは丸10日間、良くフィットしたマスクを着用し、症状を観察し、感染後5日目に検査を受けてください。何か質問がある場合は、Hawaii州保健局のウェブサイトに掲載された、よくある質問と資料をご確認ください。