（R3.7月　北海道作成）

新型コロナウイルス感染症
療養終了後も続く症状について
（いわゆる後遺症）

新型コロナウイルス感染症は誰でもかかる可能性のある病気ですが、治療や療養が終了しても、年代に関わらず、嗅覚障害・咳・呼吸困難・倦怠感などといった症状が現れ、長引く場合があります。

症 状

療養終了後も症状が続く場合

激しい運動や無理な活動は避け、お近くの保健所にご相談ください。また、日常生活を規則的に送るように気をつけましょう。

【療養終了の基準】
発症日※から10日間経過 かつ 症状軽快後72時間経過
※無症状の方は検体採取日
（個別の判断については、医師の判断によります。）

療養終了の基準を満たせば、感染力が極めて低くなることがわかっており、他の人へうつす可能性はないと考えられています。

困ったこと、心配なことがあれば最寄りの保健所へご相談ください！

相談先は次のページへ

【連絡先一覧】

■道立保健所管内にお住まい方は、こちらへお電話ください。

北海道コロナウイルス感染症　健康相談センター
０１２０－５０１－５０７　（フリーダイヤル）
24時間相談窓口

または

お近くの保健所にご相談ください。（平日 8時45分～17時30分）

お住まいの市町村		保　健　所　名	電話番号
渡島	北斗市　松前町　福島町　知内町　木古内町　七飯町　鹿部町　森町	渡島保健所	0138-47-9524
	八雲町　長万部町　今金町　せたな町	八雲保健所	0137-63-2168
檜山	江差町　上ノ国町　厚沢部町　乙部町　奥尻町	江差保健所	0139-52-1053
石狩	江別市　石狩市　当別町　新篠津村	江別保健所	011-383-2111
	千歳市　恵庭市　北広島市	千歳保健所	0123-23-3175
後志	島牧村　寿都町　黒松内町　蘭越町　ニセコ町　真狩村 留寿都村　喜茂別町　京極町　倶知安町　積丹町　古平町　仁木町　余市町　赤井川村	倶知安保健所	0136-23-1914
	共和町　岩内町　泊村　神恵内村	岩内保健所	0135-62-1537
空知	夕張市　岩見沢市　美唄市　三笠市　南幌町　由仁町　長沼町　栗山町　月形町	岩見沢保健所	0126-20-0100
	芦別市　赤平市　滝川市　砂川市　歌志内市　奈井江町　上砂川町　浦臼町　新十津川町 雨竜町	滝川保健所	0125-24-6201
	深川市　妹背牛町　秩父別町　北竜町　沼田町	深川保健所	0164-22-1421
上川	幌加内町　鷹栖町　東神楽町　当麻町　比布町　愛別町　上川町　東川町　美瑛町	上川保健所	0166-46-5979
	士別市　名寄市　和寒町　剣淵町　下川町　美深町　音威子府村　中川町	名寄保健所	01654-3-3121
	富良野市　上富良野町　中富良野町　南富良野町　占冠村	富良野保健所	0167-23-3161
留萌	留萌市　増毛町　小平町　苫前町　羽幌町　初山別村　遠別町　天塩町	留萌保健所	0164-42-8310
宗谷	稚内市　猿払村　浜頓別町　中頓別町　枝幸町　豊富町　礼文町　利尻町　利尻富士町 幌延町	稚内保健所	0162-33-2538
	（礼文町　利尻町　利尻富士町）	利尻支所	0163-84-2247
オホーツク	網走市　斜里町　清里町　小清水町　大空町	網走保健所	0152-41-0683
	北見市　美幌町　津別町　訓子府町　置戸町	北見保健所	0157-24-4171
	紋別市　佐呂間町　遠軽町　湧別町　滝上町　興部町　西興部村　雄武町	紋別保健所	0158-23-3108
胆振	室蘭市　登別市　伊達市　豊浦町　壮瞥町　洞爺湖町	室蘭保健所	0143-24-9833
	苫小牧市　白老町　厚真町　安平町　むかわ町	苫小牧保健所	0144-34-4168
日高	浦河町　様似町　えりも町	浦河保健所	0146-22-3071
	日高町　平取町　新冠町　新ひだか町	静内保健所	0146-42-0251
十勝	帯広市　音更町　士幌町　上士幌町　鹿追町　新得町　清水町　芽室町　中札内村　更別村 大樹町　広尾町　幕別町　池田町　豊頃町　本別町　足寄町　陸別町　浦幌町	帯広保健所	0155-27-8634
釧路	釧路市　釧路町　厚岸町　浜中町　標茶町　弟子屈町　鶴居村　白糠町	釧路保健所	0154-65-5811
根室	根室市	根室保健所	0153-23-5161
	別海町　中標津町　標津町　羅臼町	中標津保健所	0153-72-2168

■札幌市・函館市・旭川市・小樽市にお住まいの方は、こちらへお電話ください。

保健所設置市	区分	電話番号	開設時間
札幌市	救急安心センターさっぽろ	＃7119　または 011-272-7119	24時間
旭川市	健康相談窓口	0166-25-1201	24時間
函館市	函館市保健所	0138-32-1547	平日8:45～17:30
小樽市	小樽市保健所	0134-22-3110	平日8:50～17:20