

配食サービスの利用を希望される方へ（利用票）

食事の配達を希望される方は、次の手順に従って、本市が指定する配食事業者へご連絡ください（利用者の費用負担はありません）。

【利用手順】

- ① 下記の指定配食事業者へ電話にて申し込む。
- ② 「配食希望である」ことを伝えたくて、オペレーターの案内に従い、下記の「利用者番号」「利用者氏名」「利用票発行日」を伝える。続いて、「届け先の住所」、「電話番号（常につながる携帯電話など）」を伝える。
- ③ 食事の配慮が必要であれば伝える（アレルギー食、軟らかい食事など）。
- ④ 自宅療養解除、健康観察期間終了、入院等で利用を中止する場合、その他利用内容を変更する場合は、すみやかに下記の指定配食事業者へご連絡ください。

【留意事項】

現在、自宅療養される方の急増に伴い、申し込みから初回配食までに日数を要す場合があります。
具体的な配食開始日は、下記の配食事業者への申込時にご確認ください。

- **初回配食は、原則として申し込み日の2日後から**です。最終配食は、保健センターが自宅療養解除とした日（同居人の場合も同居の陽性者が自宅療養解除とした日）の翌日までです。
- 配食は、1日2回（昼食1回、夕食・翌朝食1回）です。昼食・夕食はご飯食、朝食はパン等の軽食です（各食飲み物付き）。
- 配達時間帯は、昼食9:30～13:00、夕食・翌朝食14:30～18:00です。配達時間帯の指定はできません。
- 受け取りまでの流れは次のとおりです。**インターホンでのお知らせや、対面の受け渡しは行いません。また、配達員の電話連絡には対応できるようにしておいてください。**
 - ① 届け先に近づきましたら、配達員がご利用者へ電話（1回目）します。
 - ② 配達員が玄関脇等に食事をお届けします。
 - ③ 配達員が食事をお届けしたことをご利用者へ電話（2回目）します。

※電話が繋がらない場合、食品衛生上、配達員は食事を持ち帰ります。

いかなるご事情がある場合でも、再配達は行いませんのでご了承ください。
限られた時間で多くの利用者様への配達を行っておりますのでご理解ください。

- 食事は、使い捨て容器を使用しますので各自で適切に処分してください。

※利用者の個人情報の取扱い…配食サービスの申し込みをもって、利用者は、事業者と名古屋市が配食サービスの実施に必要な範囲で当該個人情報を利用することに同意したものとみなします。なお、個人情報につきましては、適正に管理します。

利用票発行日： 令和3年9月1日

指定配食事業者	利用者番号	利用者氏名
株式会社医療給食 西部センター 電話：052-910-5536 電話：052-990-7752 (受付時間：午前8時30分～午後6時30分) (対応は日本語のみになります)	■■■■■	ご本人様
	■■■■■	ご家族様

(職員様)へ送るお弁当のイメージ

<参考> 食事イメージ

朝食



昼食



夕食



新型コロナウイルス感染症の検査で陽性であった方のうち、症状が軽い方については、自宅等での療養を行って頂いております。以下、自宅療養に際し、参考として下さい。

1. はじめに

- 感染拡大防止のため、ご本人は自宅から外出せず、自宅で療養していただきます。
- ご家族など同居の方も、生活上、必要な外出を除き、不要不急の外出は控えましょう。外出する場合はマスクを着用して下さい。
- 外部からの不要不急の訪問者は受け入れないようにしましょう。
- 自宅療養は、感染症法に基づく協力要請であるため、以下の点に注意してください。
 - ・自宅療養中に外出を行った場合は、入院勧告が行われ、この勧告に従わない場合は、入院措置(即時入院)をとる可能性があります。
 - ・上記の勧告又は措置によって入院した場合の入院費用は保険適用分を除き自己負担となる可能性があります。
 - ・上記の入院措置に反して逃げ出した場合や入院しなかった場合については、罰則(50万円以下の過料)が設けられています。

2. 自宅療養中の健康観察について

- 療養期間中は毎日、1日2回、体温測定等ご自身の健康状態の観察をお願いします。
- 東保健センターが1日1回電話などで健康状態の確認を行います。(スマートフォンアプリ等による場合あり)
- 療養期間の目安は10日間です※。
 - ※症状開始または検査から10日間が経過し、最後の3日間に咳や発熱などの症状がない場合、原則、療養終了とします(厚生労働省通知に基づく)。療養終了後は「治癒証明書」の発行はできませんが、希望者される場合「療養証明書」を発行します。

以下の症状がみられたときは、緊急の対応が必要となりますので、直ちに下記までご連絡下さい。

●緊急性の高い症状（本人またはご家族の判断）

表情・外見	顔色が明らかに悪い 唇が紫色になっている いつもと違う、様子がおかしい
息苦しさ等	息が荒くなった(呼吸数が多くなった) 急に息苦しくなった 生活をしていて少し動くと息苦しい 胸の痛みがある 横になれない・座らないと息ができない 肩で息をしている 突然(2時間以内を目安)ゼーゼーしはじめた
意識障害等	ぼんやりしている(反応が弱い) もうろうとしている(返事がない) 脈がとぶ、脈のリズムが乱れる感じがする

■必要に応じてパルスオキシメーターを貸し出ししています。SpO₂(血液中の酸素飽和度)の値が93%以下になった場合などはお相談ください(ただし、測り方によって変動する場合があります)。

【連絡先】

平日 8:45~17:30 東保健センター ☎052-934-1218
 夜間および休日 受診・相談センター ☎052-249-3703

- 同居の方も毎日健康状態の観察を行い、症状が出た場合、速やかに保健センターに連絡して下さい。

3. 療養中の配食サービスについて

- 自宅療養中の配食サービスを提供しています。詳しくは「配食サービスの利用を希望される方へ（利用票）」をご確認のうえ、希望する場合は事業者にご連絡下さい。

4. 療養中の注意事項について（感染拡大防止のために）

▶ 同居の方がいる場合、家庭内感染を防ぐために、以下の注意事項を守って下さい。

【居住環境など】

- ご本人専用の個室を用意しましょう。難しい場合、同室内の全員がマスク（サージカルマスクなど）を着用し、十分な換気を行いましょ。また、同居者と別室であっても会話の際にはマスクを着用して下さい。
- ご本人は、自宅内でもできるだけ居室から出ずに、必要最小限の行動にとどめて下さい。
- 同居の方がご本人の居室に出入りする時は、サージカルマスク等を着用し、流水と石鹸又は擦式アルコール性消毒薬による手洗いを行いましょ。
- 洗面所・トイレもご本人専用のものが望ましいですが、共用する場合は、ドアノブや手すりの消毒や十分な清掃と換気を行いましょ。入浴はご本人が最後にして下さい。
- リネン（タオル、シーツ、枕など）、食器、歯ブラシなどの身の回りのものは、同居の方と共用しないで下さい。特に、洗面所やトイレのタオルに注意して下さい。

【同居の方の感染管理】

- 同居の方がご本人のケアを行う場合には、特定の方が行うようにして下さい。その場合、十分な距離（1m以上）を保って下さい。ケアを行う方は、基礎疾患がない健康な人が望ましいです。
- ケアを行う場合、ケアを行う方もご本人もどちらもサージカルマスク等を着用し、十分な距離を保って下さい（乳幼児や高齢者でマスク着用が困難な場合を除く）。
- ご本人の体液・汚物に触れる、清掃・洗濯を行う場合、サージカルマスク等、手袋、プラスチックエプロンやガウン（身体を覆うことができ、破棄できる物で代替可；例 カップ等）を使用しましょう。
- ケアを行った後や、清掃・洗濯の後は石鹸と流水で手を洗いましょ。
- マスクの外側の面、眼や口などに手で触れないよう注意しましょう。

【清掃】

- ご本人が触れるものの表面（ベッドサイド、テーブル、ドアノブ、手すりなど）は家庭用除菌スプレーなどで、使った都度及び1日1回以上、家庭用除菌スプレーなどで噴霧だけでなく、拭きましょ。
- リネン、衣類等は通常の洗濯用洗剤で洗濯し、しっかりと乾燥させましょ。（洗濯表示に記載されている上限の温度での洗濯、乾燥が望ましいです）

【ごみの捨て方】

- ご本人の鼻水などが付いたマスクやティッシュなどのごみを捨てる場合、「①ごみは2重の袋に入れる」、「②中身を詰めすぎない」そして「③ごみ袋は空気を抜いてしっかりしぼる」ことにご協力下さい。
※収集車のごみを圧縮する際に袋が破裂することがあるためです。
- 資源ごみを捨てる際には、プラスチック等の表面についたウイルスは3日程度で感染力がなくなると言われているため、ご家庭で1週間程度保管してからそれぞれの品目でお出し下さい。※ごみ収集の際に、異物を手作業で取り除いているためです。

5. 療養中の投票について（選挙管理委員会からのお知らせ）

- 自宅療養中に選挙が実施される場合は、選挙期日4日前までに請求することで、郵便等により投票をすることができます。希望する場合は、住民登録をしている市区町村の選挙管理委員会にご連絡ください。（名古屋市の場合、各区選挙管理委員会にご連絡ください。）

年 月 日

名古屋市保健所 東保健センター

〒461-0003 名古屋市東区筒井一丁目7番74号

TEL (052) 934-1205

FAX (052) 937-5145

差出課

この封筒は、古紙のリサイクルを含む再生紙を使用しています。



