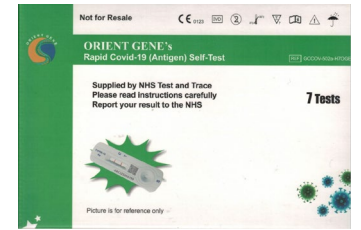


183) Covid-19 Rapid Self Testing Kit



* Covid-19は、ワクチンを2回・3回接種すると、重篤化のリスクを低減する効果は有るが、感染する可能性は有り。そして感染しても1/3の人は自覚症状が無く、他人に感染させる可能性有り

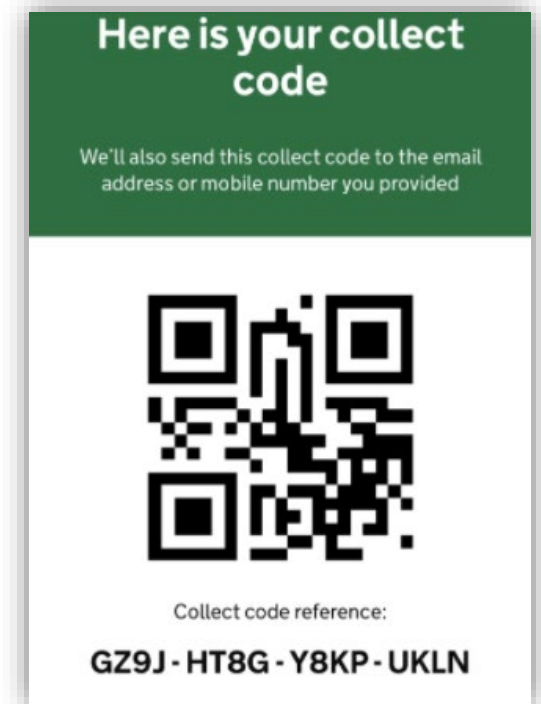
* 他の世帯の人と会うときは、お互いにRapid Test で自分が陰性である事を確認して会う事をお勧め(目安は週に2~3回)

* Covid-19 Rapid Self Testing Kitは以下のインターネットサイトに、氏名・住所・生年月日・メールアドレス・携帯電話番号等を入力して、無料で注文可。1日~2日で自宅へ郵送、又は近くのBoots等の薬局でCollect codeを提示して引き取り可



Order coronavirus (COVID-19) rapid lateral flow tests

<https://www.gov.uk/order-coronavirus-rapid-lateral-flow-tests>



183) Covid-19 Rapid Self Testing Kit



* Rapid Self Testing Kitは、以下の7回分のテスト Kit が入っている



* Rapid Self Testing Kitの使い方は以下のビデオを参照

<https://youtu.be/9ShFizJtaT8>

NHS Test and Trace

Four easy stages of a rapid COVID-19 self-test

- 1 Set-up:** sanitise testing area and hands, unpack kit, read instructions.
- 2 Swab:** throat then nose.
- 3 Process test:** place swab in liquid in tube, squeeze liquid onto test device.
- 4 Read result:** ensure test device is on a flat surface, wait and read result at 30 minutes.

183) Covid-19 Rapid Self Testing Kit



* Self Testの結果は、陽性は勿論、陰性でも以下のサイトに忘れずに報告する事



Report a COVID-19 rapid lateral flow test result

<https://www.gov.uk/report-covid19-result>

183) Covid-19 Rapid Self Testing Kit



* Rapid Self Testで陽性反応が出た場合や、以下の症状がある場合は、直ぐにPCR (Polymerase Chain Reaction) Testを受ける事

- 1) 高熱
- 2) 新しい継続的な咳
- 3) 味覚・臭覚の喪失・変化

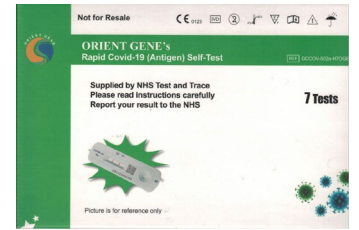
* PCR Test Kitを自宅に郵送してもらい、サンプルを指定の検査機関に郵送、又は地元のPCR Test Centreで検査を受ける事も可能。



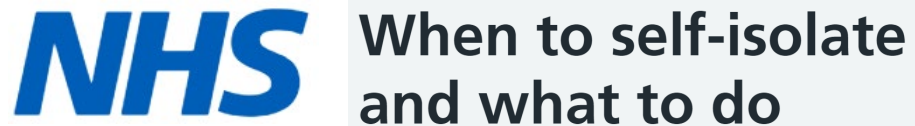
Get a free PCR test to check
if you have coronavirus
(COVID-19)

<https://www.gov.uk/get-coronavirus-test>

183) Covid-19 Rapid Self Testing Kit



* PCR Testの結果、陰性ならO.K. **陽性なら10日間の自己隔離**をして、過去10日間の訪れた場所(レストラン・パブ・カフェ・家・ジム・博物館・会社・学校等々の住所も含めて行動を連絡)



<https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/self-isolation-and-treatment/when-to-self-isolate-and-what-to-do/>

* 2021年12月22日から自己隔離後、6日目と7日目の2日連続で陰性のテスト結果が出た場合は、その日から自己隔離不要とに変更

183) Covid-19 Rapid Self Testing Kit



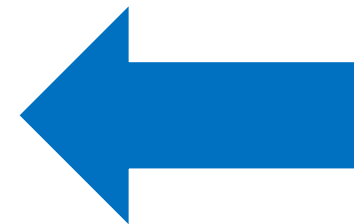
AN IMPORTANT MESSAGE FROM NHS TEST AND TRACE REGARDING YOUR ISOLATION PERIOD

Self-Isolation rules for positive Covid-19 cases changed on the 22nd December. You may no longer need to self-isolate for the full 10 days depending on your circumstances.

You can take lateral flow tests starting on day 6 of your self-isolation period. If you get two consecutive negative results 24 hours apart and do not have a high temperature, you can leave self-isolation on the day of your second negative result.

Please check the guidance below for more information:

www.gov.uk/government/publications/covid-19-stay-at-home-guidance/stay-at-home-guidance-for-households-with-possible-coronavirus-covid-19-infection



183) Covid-19 Rapid Self Testing Kit

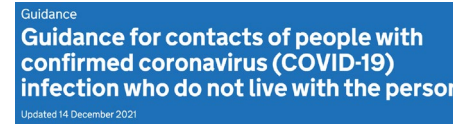


* PCR (Polymerase chain reaction)テストで陽性反応が出た人は、同居人、及び過去48時間以内の濃厚接触者に自分が陽性反応が出た事を通知

* 同居人や濃厚接触者でワクチンを2回～3回接種済みの人は、自己隔離する必要は無いが、毎日Rapid Self Test をする事をお勧め

濃厚接触者の定義

<https://bit.ly/30wbDlp>



- * 1メートル以内で面と向かって (Face-to-face) 会話
- * 1メートル以内で面と向かって会話していなくとも1分以上同席
- * 2メートル以内で一回、又は1日累計で15分以上同席