

## 新型コロナ感染・療養日記②

### 2日目<11月12日(土)>

- 9:00 夜中何度か目を覚まし、トイレに行くが9時まで寝ていた。のどの痛みや咳など多少の違和感があるものの前日よりは改善されている感じ。
- 10:00 濃厚接触者 K より電話がある。濃厚接触者とは「マスク無しで1 m以内の距離で15分以上飲食や会話をした」者ということらしい。(11月8日(火)の午後から義叔母を含め5人で飲食・会話をしていた。) 心配なので抗原検査をしマイナスだったとのこと、保健所の電話では11月13日(日)までに無症状、またはそれ以前に検査をしてマイナスであれば大丈夫と言った内容であったと記憶している。
- 新型コロナウイルス発症日は夫婦とも11月10日(木)となったが、個人的には悪寒を感じたのは11月9日(水)の夜、のどの不調を覚えたのは11月10日の朝で11月9日に発症したとカウントできるのかなとも考える。確定できるわけではないが、オミクロン株の潜伏期は3日くらいだとすると11月6日(日) からで、県外に出た11月9日以降に感染したとするのは無理があるような気がする。・・・・？？？？。
- 11:00 同僚の〇議員より電話あり。お見舞いの言葉と〇議員宅に宅配で届いたおでんの差し入れの申し入れ。有り難くいただくこととして自宅玄関先においていただく。〇議員有り難うございます。また、議会事務局より議員には連絡が入っており、会派くらよしのメンバーからそれぞれお見舞いの LINE が昨日から本日にかけて入っている。皆さん有り難うございます。ご迷惑をおかけします。
- 11:30 湯梨浜町に住む息子夫婦が食料を買い出しして届けてくれた。ありがとう。
- 12:00 iPhone にメッセージで送られてきた「MY HER-SYS」をインストール・入力する。
- 16:00 倉吉保健所前田さんより電話あり。「健康観察と相談事を含め毎日連絡を入れます。」との内容。「電話で連絡をするので MY HER-SYS については、使わなくても良い。」とのことで、何となくわかったようなわからないような。いずれにしても、サポートをしていただけることがわかって安心。
- 23:00 就寝 8:00 の起床までの間2回トイレへ。若干の咳・痰あり。
- \*体温：朝:36.8度 昼:37.5度 夜:36.6度 呼吸器症状 咳・痰があるが、前日よりは楽。その他：若干の関節筋肉痛および倦怠感あり。排便2回。
- 水分、食事量 ほぼ以前通りに戻っている。