

入国される方へ検疫所よりお知らせ

1. 到着 14 日以内に新型コロナウイルス感染症が特に流行している地域 (※裏面の表参照) から日本に入国する方へ

- (1) 特に流行している地域から来たことを、必ず検疫官にお申し出ください。
- (2) 入国した次の日から起算して 14 日間は指定された場所で待機していただき、①～⑤のように行動してください。
- (3) 健康フォローアップとして、保健所などからご連絡をさせていただきます。

2. それ以外の地域から入国する方へ

入国した次の日から起算して 14 日間は指定された場所で待機していただき、

①～⑤のように行動してください。

① 指定された場所から 14 日間外出せず、人との接触を可能な限り控えてください。

② 公共交通機関を使用しないでください。

(不特定多数が利用する電車、バス、タクシー、国内線の飛行機など)

御本人で以下の空欄に記入してください。

【滞在期間】 ____/____ ~ ____/____	【待機場所】例：自宅、ホテル、等
【滞在期間】 ____/____ ~ ____/____	【待機場所】

③ 健康状態を毎日チェック

- ・体温測定を毎日行い、発熱の有無を確認してください。
- ・激しい咳や呼吸が苦しくなるなどの症状の有無を確認してください。
(身近な方の健康状態にも注意を払ってください)

④ 咳や発熱などの症状が出たら

- ・マスクを着用して他者に感染させないように注意してください。
- ・事前に帰国者・接触者相談センターに電話連絡し滞在していた地域を伝え、指定された医療機関を受診してください。

⑤ ご家族等の身近でお過ごしになる方へ

- ・こまめに手洗いを行ってください。
- ・十分な睡眠や栄養をとるようにしてください。
- ・ご家族などで体調が悪い方が発生した場合、周囲の方もマスクを装着し、接触する方を限定してください。

新型コロナウイルス感染症に関することをご不明な点がある方は、以下の電話番号にご相談ください。

厚生労働省電話相談窓口：0120-565653

☆帰国者・接触者相談センターはこちらで探せます →

☆外国語で対応ができる医療機関はこちらで探せます →



検疫官署名欄



厚生労働省・検疫所

【特に流行している地域】

2020/11/01

	特に流行している地域 ^{注)}
アジア	インドネシア、フィリピン、マレーシア、モルディブ、インド、パキスタン、バングラデシュ、ネパール、ブータン、ミャンマー
ヨーロッパ	サンマリノ、アイスランド、アンドラ、イタリア、エストニア、オーストリア、オランダ、スイス、スペイン、スロベニア、デンマーク、ドイツ、ノルウェー、バチカン、フランス、ベルギー、マルタ、モナコ、リヒテンシュタイン、ルクセンブルク、アイルランド、スウェーデン、ポルトガル、ギリシャ、スロバキア、チェコ、ハンガリー、フィンランド、ベラルーシ、ボスニア・ヘルツェゴビナ、ポーランド、ラトビア、リトアニア、英国、キプロス、クロアチア、コソボ、ブルガリア、ルーマニア、アルバニア、アルメニア、モルドバ、モンテネグロ、北マケドニア、セルビア、ウクライナ、ロシア、アゼルバイジャン、カザフスタン、タジキスタン、キルギス、ジョージア、ウズベキスタン
中東	アラブ首長国連邦、イラン、イスラエル、オマーン、カタール、クウェート、サウジアラビア、トルコ、バーレーン、アフガニスタン、イラク、レバノン、パレスチナ、ヨルダン
アフリカ	エジプト、コートジボワール、コンゴ民主共和国、ジブチ、モーリシャス、モロッコ、カーボベルデ、ガボン、ギニアビサウ、サントメ・プリンシペ、赤道ギニア、ガーナ、ギニア、南アフリカ、アルジェリア、エスワティニ、カメルーン、セネガル、中央アフリカ、モーリタニア、ケニア、コモロ、コンゴ共和国、シエラレオネ、スーダン、ソマリア、ナミビア、ボツワナ、マダガスカル、リビア、リベリア、ガンビア、ザンビア、ジンバブエ、マラウイ、エチオピア、ナイジェリア、ルワンダ、南スーダン、チュニジア、レソト
北米	アメリカ合衆国、カナダ
中南米	アンティグア・バーブーダ、エクアドル、セントクリストファー・ネイビス、チリ、ドミニカ国、ドミニカ共和国、バルバドス、パナマ、ブラジル、ペルー、ボリビア、バハマ、メキシコ、ウルグアイ、ホンジュラス、コロンビア、エルサルバドル、アルゼンチン、ガイアナ、キューバ、グアテマラ、グレナダ、セントビンセント及びグレナディーン諸島、コスタリカ、ジャマイカ、ハイチ、ニカラグア、スリナム、パラグアイ、ベネズエラ、ベリーズ、トリニダード・トバゴ
大洋州	なし

注) 出入国管理及び難民認定法における入国制限対象地域

Notice from quarantine stations to persons entering Japan

1. If you are entering Japan and were in an infected region where the new type of coronavirus is especially prevalent within 14 days of your arrival (*See the table on the back of this sheet.)

- (1) Be sure to notify the quarantine officer that you came from an infected region where the virus is especially prevalent.
- (2) Starting the day after you enter Japan, stand by at the specified location for 14 days and behave as described in ① to ⑤ below.
- (3) You will be contacted by a public health center or other organization to follow up on your health.

2. If you are entering Japan from a region other than the above

Starting the day after you enter Japan, stand by at the specified location for 14 days and behave as described in ① to ⑤ below.

- ① Do not leave the specified location for 14 days, and avoid contact with other people as much as possible.
- ② Do not use public transport.
(This includes trains, buses, taxis, airplanes on domestic lines, and other means of transport used by an unspecified large number of people.)

Fill in the blanks below yourself.

<i>Length of your stay</i> ____ / ____ to ____ / ____	<i>Standby location</i> Ex.: home, hotel, etc. _____
<i>Length of your stay</i> ____ / ____ to ____ / ____	<i>Standby location</i> _____

③ Check your health condition every day.

- Take your temperature every day to check whether you have a fever.
- Check whether you have a violent cough, difficulty breathing, or other symptoms.
(Pay attention to the health condition of persons near you as well.)

④ What to do if you end up with a cough, fever, or other symptoms

- Wear a mask and be careful not to infect other people.
- Call the consultation center for returnees and those in close contact with the virus in advance, tell them where you stayed, and then see a doctor at the specified medical institution.

⑤ What to do if you live with family members, etc.

- Please wash your hands frequently and thoroughly.
- Make sure to get enough sleep and nutrients.
- If someone in your family, etc. is feeling unwell, the people around the person should also wear masks and should limit the number of people with whom they come into contact.

If you have any uncertainties about infection with the new type of coronavirus, please telephone the following number:

Contact telephone number for consulting the Ministry of Health, Labour and Welfare: 0120-565653

★ Search for a consultation center for returnees and those in close contact with the virus here: →



★ Search for medical institutions that offer foreign language support here: →



Quarantine officer
signature



Quarantine Station

Ministry of Health, Labour and Welfare

【Particularly prevalent areas】 (※)

2020/11/01

Area	Country
Asia	Indonesia, Philippines, Malaysia, Maldives, India, Pakistan, Bangladesh, Nepal, Bhutan, Myanmar
Europe	San Marino, Iceland, Andorra, Italy, Estonia, Austria, Netherlands, Switzerland, Spain, Slovenia, Denmark, Germany, Norway, Vatican, France, Belgium, Malta, Monaco, Liechtenstein, Luxembourg, Ireland, Sweden, Portugal, Greece, Slovakia, Czech, Hungary, Finland, Belarus, Bosnia and Herzegovina, Poland, Latvia, Lithuania, United Kingdom, Cyprus, Croatia, Kosovo, Bulgaria, Romania, Albania, Armenia, Moldova, Montenegro, North Macedonia, Serbia, Ukraine, Russia, Azerbaijan, Kazakhstan, Tajikistan, Kyrgyz, Georgia, Uzbekistan
Middle east countries	United Arab Emirates, Iran, Israel, Oman, Qatar, Kuwait, Saudi Arabia, Turkey, Bahrain, Afghanistan, Iraq, Lebanese, Palestine, Jordan
Africa	Egypt, Cote d' Ivoire, Democratic Republic of the Congo, Djibouti, Mauritius, Morocco, Cabo Verde, Gabon, Guinea-Bissau, Sao Tome and Principe, Equatorial Guinea, Ghana, Guinea, South Africa, Algeria, Eswatini, Cameroon, Senegal, Central African Republic, Mauritania, Kenya, Comoros, Republic of Congo, Sierra Leone, Sudan, Somalia, Namibia, Botswana, Madagascar, Libya, Liberia, Gambia, Zambia, Zimbabwe, Malawi, Ethiopia, Nigeria, Rwanda, South Sudan, Tunisia, Lesotho
North America	United States of America, Canada
Central and South America	Antigua and Barbuda, Ecuador, Saint Christopher and Nevis, Chile, Dominica, Dominican Republic, Barbados, Panama, Brazil, Peru, Bolivia, Bahamas, Mexico, Uruguay, Honduras, Colombia, El Salvador, Argentina, Guyana, Cuba, Guatemala, Grenada, Saint Vincent and the Grenadines, Costa Rica, Jamaica, Haiti, Nicaragua, Suriname, Paraguay, Venezuela, Belize, Trinidad and Tobago
Oceania	None

*Areas subject to entry restrictions per the Immigration Control and Refugee Recognition Act of Japan

检疫所致入境人员通知

1. 抵达前 14 天以内从新冠肺炎疫情严重地区（※参照背面表格）入境日本的人员

- (1) 请务必向检疫官申告自己来自疫情严重地区。
- (2) 自入境次日起计算 14 天内请在指定地点待机，采取①~⑤的行动。
- (3) 作为健康跟踪，保健所等将会与您取得联系。

2. 从上述以外地区入境的人员

自入境次日起计算 14 天内请在指定地点待机，采取①~⑤的行动。

- ① 在指定地点隔离 14 天请勿外出，尽量避免与他人接触。
- ② 请勿乘坐公共交通工具。
(非特定多数人乘坐的电车、公共汽车、出租车、日本国内航线的航班等)

请本人填写以下空白栏。

【停留期间】 ____/____~____/____	【待机地点】例：家、酒店等
【停留期间】 ____/____~____/____	【待机地点】

③ 每天确认健康状态

- 请每天测量体温，确认是否发热。
- 请确认有无剧烈咳嗽及呼吸困难等症状。
(同时请注意周围人的健康状态)

④ 如果出现咳嗽及发烧等症状

- 请佩戴口罩，避免传染他人。
- 请事先致电归国者及接触者咨询中心，告知自己曾经停留过的地区，然后到指定医疗机构就诊。

⑤ 家人等生活在周围的人员

- 请勤洗手。
- 请保证睡眠和营养充足。
- 如果家人等出现身体不舒服的情况，周围的人也请佩戴口罩，并限定接触人员。

关于新冠肺炎如有任何疑问，请通过以下方式进行咨询。

厚生劳动省电话咨询窗口：0120-565653

☆归国者及接触者咨询中心请查询 →

☆可对应外语的医疗机构请查询 →



厚生劳动省・检疫所

检疫官署名欄

【疫情严重地区】

2020/11/01

	疫情严重地区 ^{注)}
亚洲	印度尼西亚、菲律宾、马来西亚、马尔代夫、印度、巴基斯坦、孟加拉国、尼泊尔、不丹、缅甸
欧洲	圣马力诺、冰岛、安道尔、意大利、爱沙尼亚、奥地利、荷兰、瑞士、西班牙、斯洛文尼亚、丹麦、德国、挪威、梵蒂冈、法国、比利时、马耳他、摩纳哥、列支敦士登、卢森堡、爱尔兰、瑞典、葡萄牙、希腊、斯洛伐克、捷克、匈牙利、芬兰、白俄罗斯、波斯尼亚和黑塞哥维纳、波兰、拉脱维亚、立陶宛、英国、塞浦路斯、克罗地亚、科索沃、保加利亚、罗马尼亚、阿尔巴尼亚、亚美尼亚、摩尔多瓦、蒙特内格罗、北马其顿、塞尔维亚、乌克兰、俄罗斯、阿塞拜疆、哈萨克斯坦、塔吉克斯坦、吉尔吉斯斯坦、格鲁吉亚、乌兹别克斯坦
中东	阿拉伯联合酋长国、伊朗、以色列、阿曼、卡塔尔、科威特、沙特阿拉伯、土耳其、巴林、阿富汗、伊拉克、黎巴嫩、巴勒斯坦、约旦
非洲	埃及、科特迪瓦、刚果民主共和国、吉布提、毛里求斯、摩洛哥、佛得角、加蓬、几内亚比绍、圣多美和普林西比、赤道几内亚、加纳、几内亚、南非、阿尔及利亚、斯威士兰、喀麦隆、塞内加尔、中非、毛里塔尼亚、肯尼亚、科摩罗、刚果共和国、塞拉利昂、苏丹、索马里、纳米比亚、博茨瓦纳、马达加斯加、利比亚、利比里亚、冈比亚、赞比亚、津巴布韦、马拉维、埃塞俄比亚、尼日利亚、卢旺达、南苏丹、突尼斯、莱索托
北美	美国、加拿大
中南美	安提瓜和巴布达、厄瓜多尔、圣基茨和尼维斯联邦、智利、多米尼克、多米尼加共和国、巴巴多斯、巴拿马、巴西、秘鲁、玻利维亚、巴哈马、墨西哥、乌拉圭、洪都拉斯、哥伦比亚、萨尔瓦多、阿根廷、圭亚那、古巴、危地马拉、格林纳达、圣文森特和格林纳丁斯、哥斯达黎加、牙买加、海地、尼加拉瓜、苏里南，巴拉圭，委内瑞拉、伯利兹、特立尼达和多巴哥
大洋洲	没有

注) 出入境管理及难民认定法中的限制对象地区

檢疫所致入境者通知

1. 致抵達前 14 天以內從新型冠狀病毒肺炎傳染症特別流行地區 (※參照背面表格) 入境日本的來賓

- (1) 請務必告知檢疫官您來自特別流行地區。
- (2) 從入境隔日算起 14 天內，請在指定的地點等候，並按照①~⑤行動。
- (3) 保健所等處將與您聯絡，以進行後續的健康確認。

2. 致從上述以外地區入境者

從入境隔日算起 14 天內，請在指定的地點等候，並按照①~⑤行動。

- ① 14 天內請勿從指定地點外出，並請盡可能避免與人接觸。
- ② 請勿使用大眾交通工具。
(不特定多數人使用的電車、巴士、計程車、日本國內航線飛機等)

請由您本人填寫下列欄位。

【居留期間】 ____ / ____ ~ ____ / ____	【等候地點】 例如：自家、飯店等
【居留期間】 ____ / ____ ~ ____ / ____	【等候地點】

③ 每天確認健康狀態

- 請每天測量體溫，確認有無發燒。
- 請確認有無劇烈咳嗽或呼吸困難等症狀。
(也請注意身邊人士的健康狀態)

④ 若出現咳嗽或發燒等症狀

- 請注意配戴口罩，避免傳染給他人。
- 請事先以電話聯絡返國者 / 接觸者洽談中心，並告知您曾居留的地區，再前往指定的醫療機關就診。

⑤ 致家人等身邊生活者

- 請勤洗手。
- 請保持充足的睡眠與攝取充分的營養。
- 若您的家人等中有人身體狀況不佳，身邊人士亦請配戴口罩，並限制接觸者。

若您有關於新型冠狀病毒傳染病的不明之處，敬請撥打下列電話號碼洽談。

厚生勞動省電話洽談窗口：0 1 2 0 - 5 6 5 6 5 3

☆返國者 / 接觸者洽談中心可由此搜尋 →

☆提供外語服務的醫療機構可由此搜尋 →



厚生勞動省 / 檢疫所

檢疫官署名欄

【特別流行地區】

2020/11/01

	特別流行地區 ^{註)}
亞洲	印尼、菲律賓、馬來西亞、馬爾地夫、印度、巴基斯坦、孟加拉、尼泊爾、不丹、緬甸
歐洲	聖馬利諾、冰島、安道爾、義大利、愛沙尼亞、奧地利、荷蘭、瑞士、西班牙、斯洛維尼亞、丹麥、德國、挪威、梵諦岡、法國、比利時、馬爾他、摩納哥、列支敦斯登、盧森堡、愛爾蘭、瑞典、葡萄牙、希臘、斯洛伐克、捷克、匈牙利、芬蘭、白俄羅斯、波士尼亞與赫塞哥維納、波蘭、拉脫維亞、立陶宛、英國、賽普勒斯、克羅埃西亞、科索沃、保加利亞、羅馬尼亞、阿爾巴尼亞、亞美尼亞、摩爾多瓦、蒙特內哥羅、北馬其頓、塞爾維亞、烏克蘭、俄羅斯、亞塞拜然、哈薩克、塔吉克、吉爾吉斯、喬治亞、烏茲別克斯坦
中東	阿拉伯聯合大公國、伊朗、以色列、阿曼、卡達、科威特、沙烏地阿拉伯、土耳其、巴林、阿富汗、伊拉克、黎巴嫩、巴勒斯坦、約旦
非洲	埃及、象牙海岸、剛果民主共和國、吉布地、模里西斯、摩洛哥、維德角、加彭、幾內亞比索、聖多美普林西比、赤道幾內亞、迦納、幾內亞、南非、阿爾及利亞、史瓦帝尼、喀麥隆、塞內加爾、中非、茅利塔尼亞、肯尼亞、科摩羅、剛果共和國、塞拉利昂、蘇丹、索馬里、納米比亞、博茨瓦納、馬達加斯加、利比亞、利比里亞、岡比亞、贊比亞、津巴布韋、馬拉維、埃塞俄比亞、尼日利亞、盧旺達、南蘇丹、突尼斯、萊索托
北美	美國、加拿大
中南美	安地卡及巴布達、厄瓜多、聖克里斯多福及尼維斯、智利、多米尼克、多明尼加共和國、巴貝多、巴拿馬、巴西、祕魯、玻利維亞、巴哈馬、墨西哥、烏拉圭、宏都拉斯、哥倫比亞、薩爾瓦多、阿根廷、蓋亞那、古巴、瓜地馬拉、格瑞那達、聖文森及格瑞那丁、哥斯大黎加、牙買加、海地、尼加拉瓜、蘇里南、巴拉圭、委內瑞拉、伯利茲、特立尼達和多巴哥
大洋洲	沒有

註) 出入境管理及難民認定法中入境限制對象地區

검역소에서 입국자에게 알립니다

- 1 . 도착 14 일 이내에 코로나바이러스감염증-19가 유행하고 있는 지역(※뒷면 표 참조)에서 일본으로 입국한 자
- (1) 코로나바이러스 유행 지역에서 온 사실을 반드시 검역관에게 말씀해 주십시오.
 - (2) 입국한 다음 날로부터 14 일간 지정된 장소에서 대기하고, ①~⑤의 행동지침을 준수하여 주십시오.
 - (3) 건강 상태 모니터링을 위하여 보건소 등에서 연락하여 확인합니다.

- 2 . 그 외 지역에서 입국한 자
- 입국한 다음 날로부터 14 일간 지정된 장소에서 대기하고, ①~⑤의 행동지침을 준수해 주십시오.
- ① 지정된 장소에서 14 일간 외출하지 않고 가능한 다른 사람과의 접촉을 피해 주십시오.
 - ② 대중교통을 이용하지 마십시오.
- (불특정 다수가 이용하는 전철, 버스, 택시, 국내선 비행기 등)

아래 빈칸에 본인이 직접 작성해 주십시오.

<u>【체류 기간】</u> _____ / _____ ~ _____ / _____	<u>【대기 장소】</u> 예 : 자택, 호텔 등
<u>【체류 기간】</u> _____ / _____ ~ _____ / _____	<u>【대기 장소】</u>

- ③ 매일 건강 상태 확인
 - 매일 체온을 측정하여 발열 여부를 확인해 주십시오.
 - 심한 기침이나 호흡 곤란 등의 증상 유무를 확인해 주십시오.
(가족 및 동거인의 건강 상태에도 유의해 주십시오.)
- ④ 기침이나 발열 등의 증상이 나타나는 경우
 - 마스크를 착용하여 다른 사람에게 감염되지 않도록 주의해 주십시오.
 - 사전에 귀국자·접촉자 상담 센터에 연락하여 체류했던 지역을 알려준 후, 지정된 의료기관에서 진료를 받으십시오.
- ⑤ 가족 및 동거인을 위한 생활 수칙
 - 손을 자주 씻어 주십시오.
 - 충분한 영양 섭취와 수면을 취해 주십시오.
 - 가족 및 동거인 중 건강 상태가 나빠진 사람 또한, 마스크를 착용하여 접촉자를 제한해 주십시오.

코로나바이러스감염증-19에 관하여 문의 사항이 있으신 분은 아래 번호로 연락바랍니다.

후생노동성 전화 상담 창구 : 0 1 2 0—5 6 5 6 5 3

☆귀국자·접촉자 상담 센터 검색은 여기를 스캔하세요. →



☆외국어 대응이 가능한 의료기관 검색은 여기를 스캔하세요. →



検疫官署名欄



【코로나바이러스 유행 지역】

2020/11/01

	코로나바이러스 유행 지역 주)
아시아	인도네시아, 필리핀, 말레이시아, 몰디브, 인도, 파키스탄, 방글라데시, 네팔, 부탄, 미얀마
유럽	산마리노, 아이슬란드, 안도라, 이탈리아, 에스토니아, 오스트리아, 네덜란드, 스위스, 스페인, 슬로베니아, 덴마크, 독일, 노르웨이, 바티칸, 프랑스, 벨기에, 몰타, 모나코, 리히텐슈타인, 룩셈부르크, 아일랜드, 스웨덴, 포르투갈, 그리스, 슬로바키아, 체코, 헝가리, 핀란드, 벨라루스, 보스니아 헤르체고비나, 폴란드, 라트비아, 리투아니아, 영국, 키프로스, 크로아티아, 코소보, 불가리아, 루마니아, 알바니아, 아르메니아, 몰도바, 몬테네그로, 북마케도니아, 세르비아, 우크라이나, 러시아, 아제르바이잔, 카자흐스탄, 타지키스탄, 키르기스스탄, 조지아, 우즈베키스탄
중동	아랍에미리트, 이란, 이스라엘, 오만, 카타르, 쿠웨이트, 사우디아라비아, 터키, 바레인, 아프가니스탄, 이라크, 레바논, 팔레스타인, 요르단
아프리카	이집트, 코트디부아르, 콩고 민주 공화국, 지부티, 모리셔스, 모로코, 카포베르데, 가봉, 기니비사우, 상투메프린시페, 적도기니, 가나, 기니, 남아프리카 공화국, 알제리, 에스와티니, 카메룬, 세네갈, 중앙아프리카 공화국, 모리타니, 케냐, 코모로, 콩고 공화국, 시에라 리온, 수단, 소말리아, 나미비아, 보츠와나, 마다가스카르, 리비아, 라이베리아, 감비아, 잠비아, 짐바브웨, 말라위, 에티오피아, 나이지리아, 르완다, 남 수단, 튀니지, 레소토
북미	미국, 캐나다
중남미	앤티가 바부다, 에콰도르, 세인트키츠 네비스, 칠레, 도미니카 연방, 도미니카공화국, 바베이도스, 파나마, 브라질, 페루, 볼리비아, 바하마, 멕시코, 우루과이, 온두라스, 콜롬비아, 엘살바도르, 아르헨티나, 가이아나, 쿠바, 과테말라, 그레나다, 세인트빈센트 그레나딘, 코스타리카, 자메이카, 아이티, 니카라과, 수리남, 파라과이, 베네수엘라, 벨리즈, 트리니다드 토바고
오세아니아	없음

주) 출입국관리 및 난민인정법에 의한 입국 제한 대상 지역