



自3月1日至3月31日適度放寬防疫措施，並調整相關規定，請民眾自主落實防疫措施，共同維護國內社區安全



發佈日期：2022-02-24

中央流行疫情指揮中心今(24)日表示，考量國內疫情目前已趨緩並且穩定控制，為兼顧與維持國內防疫量能、社會經濟活動及有效控管風險，經評估Omicron變異株特性、疫苗覆蓋率、醫療量能整備狀況，及國際防疫措施開放情形等，宣布今(2022)年3月1日至3月31日，將適度放寬防疫措施，相關規定調整如下：

一、放寬戴口罩規定，增加4種例外情形。除例外情形時得免戴口罩，外出應全程佩戴口罩：

(一)唱歌時，維持須戴口罩。

(二)下列場合得免戴口罩，但應隨身攜帶口罩，且如本身有相關症狀或與不特定對象無法保持社交距離時，仍應戴口罩：

- 1.於室內外從事運動時。
- 2.於室內外拍攝個人/團體照時。
- 3.自行開車，車內均為同住家人，或無同車者時。
- 4.直播、錄影、主持、報導、致詞、演講、講課等談話性質工作或活動之正式拍攝或進行時。
- 5.農林漁牧工作者於空曠處(如：田間、魚塢、山林)工作。
- 6.於山林(含森林遊樂區)、海濱活動。
- 7.於溫/冷泉、烤箱、水療設施、三溫暖、蒸氣室、水域活動等易使口罩潮濕之場合。

(三)外出時有飲食需求，得免戴口罩。

(四)於指揮中心或主管機關指定之場所或活動(如：藝文表演/劇組/電視主播等演出人員正式拍攝演出時、運動競賽之參賽選手及裁判於比賽期間等)，如符合指揮中心或主管機關之相關防疫措施，得暫時脫下口罩。

二、營業場所及公共場域(含交通運輸)應嚴格遵守：實聯制、量體溫、加強環境清消、員工健康管理、確診事件即時應變。

三、賣場、超市、市場：依營業場所/公共場域防疫措施，不另要求人流管制；開放試吃。

四、高鐵、臺鐵、公路客運、船舶(固定餐飲區除外)、國內航班：於運具內(車廂、船

舶、航空器) 開放飲食。

五、餐飲場所：嚴格落實實聯制、量體溫、提供洗手設備及消毒用品；宴席開放逐桌敬酒敬茶。違反上述實聯制等措施者依法裁處並限期改善，未完成改善者，不得提供內用服務。

六、宗教場所、宗教集會活動：依內政部規定之防疫措施辦理。

指揮中心呼籲，防疫工作人人有責，請民眾自主落實防疫措施，維持個人衛生好習慣，戴口罩、勤洗手、保持社交距離；出入公共場域落實實聯制、體溫量測等，降低病毒傳播風險，保護自己也保護他人，共同維護國內社區安全。



自3月7日零時起，確定病例之密切接觸者居家隔離天數縮短為10天



發佈日期：2022-02-24

中央流行疫情指揮中心今(24)日表示，自今(2022)年3月7日零時起，研判為確定病例之密切接觸者，居家隔離天數縮短為10天。

指揮中心說明，為與國際接軌並兼顧維持國內防疫量能、社會經濟活動及有效控管風險，經評估國內疫情狀況及參考國際防疫措施，調整密切接觸者相關措施如下：

一、居家隔離天數為10天，以最後接觸日為第0天，開始計算居家隔離至滿10天(非以匡列日計算)，隔離期滿前檢驗陰性者，解除隔離，並自第11天起接續自主健康管理7天。

二、隔離措施維持以「1人1室」為原則。但經指揮中心專案核定、地方政府報經指揮中心同意或經地方政府衛生單位評估家中環境不適合者(如：居家隔離者無法有獨立的房間及廁所、住家環境有受病毒汙染之虞且難以即時確實清消，可能有環境汙染造成疾病傳播之風險等)，可公費送集中檢疫所隔離。

三、檢測措施：

(一) PCR檢測：

1. 接觸者經疫調匡列時。
2. 隔離期間出現相關症狀時。
3. 隔離期滿前(與確定病例最後接觸次日起算第10天)。

(二) 新增公費家用快篩試劑檢測(計2次)：

1. 與確定病例最後接觸次日起第5-7天。
2. 自主健康管理第6-7天。
3. 家用快篩試劑由各地方政府配發予居家隔離者。

指揮中心強調，隔離措施為阻絕病毒傳播重要方法，籲請民眾務必配合、遵守相關規範，共同維護社區安全。

3月1日起至3月31日

適度放寬防疫措施

維持或放寬之防疫措施

- 放寬戴口罩規定，**增加4種例外情形**(如下表)。除例外情形時得免戴口罩，外出應全程佩戴口罩
 - 唱歌時，維持須戴口罩
- 營業場所及公共場域(含交通運輸)應嚴格遵守：實聯制、量體溫、加強環境清消、員工健康管理、確診事件即時應變
- 賣場、超市、市場：**依營業場所/公共場域防疫措施，不另要求人流管制；開放試吃**
- 高鐵、台鐵、公路客運、船舶(固定餐飲區除外)、國內航班：於運具內(車廂、船舶、航空器)**開放飲食**
- 餐飲場所：嚴格落實實聯制、量體溫、提供洗手設備及消毒用品；**宴席開放逐桌敬酒敬茶**
 - 違反上述實聯制等措施者依法裁處並限期改善，未完成改善者，不得提供內用服務
- 宗教場所、宗教集會活動：依內政部規定之防疫措施辦理

符合以下例外情形者，得免戴口罩

- 於室內外從事運動時
- 於室內外拍攝個人/團體照時
- 自行開車，車內均為同住家人，或無同車者時
- 直播、錄影、主持、報導、致詞、演講、講課等談話性質工作或活動之正式拍攝或進行時
- 農林漁牧工作者於空曠處(如：田間、魚塭、山林)工作
- 於山林(含森林遊樂區)、海濱活動
- 於溫/冷泉、烤箱、水療設施、三溫暖、蒸氣室、水域活動等易使口罩潮濕之場合
- 外出時有飲食需求，得免戴口罩
- 於指揮中心或主管機關指定之場所或活動(例如：藝文表演/劇組/電視主播等演出人員正式拍攝演出時、運動競賽之參賽選手及裁判於比賽期間等)，如符合指揮中心或主管機關之相關防疫措施，得暫時脫下口罩

左列場合得免戴口罩，但應隨身攜帶或準備口罩，且如本身有相關症狀或與不特定對象無法保持社交距離時，仍應戴口罩