



本ガイドランスの最新版については、以下のリンクを確認してください。 ph.lacounty.gov/fullyvax.

ご自身と他者を守る

現在米国で接種可能な COVID-19 ワクチンは、デルタ株を含む COVID-19 の原因となるウイルスから接種者を保護します。ワクチン接種を完了していない人と比べて、ワクチン接種完了者はより少ない制限で様々な活動を行うことができます。

ブレイクスルー感染

ワクチン接種を完了した人の中でも少数の人が COVID-19 ウイルスのデルタ株に感染しています。この「ブレイクスルー（突破）感染」は非常に効果的なワクチンにも予期されることです。また、重要なことに、ブレイクスルー感染は通常中度の症状を起こします。ワクチン接種をしていれば、感染するリスクや、特に入院や死に至る症状を現す可能性は、ワクチン未接種者よりも非常に低いです。新しいデータによると、デルタ株に感染したワクチン接種者は、他者にウイルスを拡散することができますが、これはウイルスの拡散のわずか一部となっています。

COVID-19 に対するワクチン接種を完了した後も、ご自身と他者を守るために以下の予防策を継続してください：

- 必須となっている場合によくフィットしたマスクを着用する。ロサンゼルス郡全ての屋内公共施設、職場、幼稚園、小、中、高等学校、屋外のメガイベントを含みます（以下をご覧ください）。
- 頻繁に手を洗う（又は消毒する）。
- 病気の時は自宅滞在する。COVID-19 の症状がある場合は、自己隔離を行って医師に相談し、検査を受けてください。

ワクチンの副反応とそれらをどのように通知するかなどを含む、ワクチン接種完了後に予期すべきことの情報には、[ワクチン接種後](#)をご覧ください。

ワクチン接種を完了したとみなされるのはいつですか？

COVID-19 に対するワクチン接種を完了したとみなされるのは以下を行った 2 週間後です：

- Johnson & Johnson (J&J)/Janssen COVID-19 ワクチンを接種した、又は
- Pfizer か Moderna の COVID-19 ワクチンの 2 回目の接種を受けた後、又は
- 世界保健機関から緊急使用を許可されている COVID-19 の [ワクチン](#) のシリーズを接種した後

世界保健機関は次の COVID-19 ワクチンの緊急使用を許可しています：

- Pfizer-BioNTech (例：COMIRNATY, Tozinameran)
- Moderna
- Johnson & Johnson (Janssen)
- AstraZeneca-Oxford (例：Covishield, Vaxzevria)
- Sinopharm
- Sinovac



免疫系が弱い方への重要な情報

免疫系を大幅に弱める¹健康状態や薬を服用している場合（がん治療、臓器移植、リウマチ疾患など）、ワクチンの効果があまりない場合があります。

- あなたのアクティビティについて医師に相談してください。COVID-19 予防のワクチン接種を完了した後も、全ての予防策を継続する必要があるかもしれません。
- Pfizer か Moderna ワクチンの 2 回目の接種を受けた場合、アメリカ疾病予防管理センターはワクチンの追加接種を受けることを推奨しています。追加接種の必要があるかどうかは医師に相談してください。3 回目の接種が必要な場合、あなたの現在の治療計画に基づいて最適なタイミングについて相談しましょう。これは免疫抑制を使った治療を始める、又は再開する人にとって特に重要です。詳細は「[免疫系が弱い方（免疫不全症候群）向けの追加接種](#)」をご覧ください。

公共交通機関と旅行

- 以下の場合、常にマスクを着用する必要があります：
 - 海外から米国に訪れる際や、国内及び、国際旅行での飛行機、バス、電車、その他の公共交通機関、又はライドシェア。
 - 空港、駅、バス停留所などの米国交通ハブ。
- [国内](#)や[国外](#)への旅行ができます。訪問先での地域の必須条件に従ってください。場所によっては旅行前に陰性検査結果を求める場合もあります。よく準備をして、前もって計画を立ててください。
- カリフォルニア州外からロサンゼルス郡に戻ってきた時：
 - 14 日間自分の[健康状態を監視](#)しましょう。症状が無い場合²、国内旅行の後に自己検疫や検査を行う必要はありません。
 - [国外旅行](#)をした後に症状が無い場合、自己検疫する必要はありません。帰国後 3-5 日に検査を受けることが推奨されます。
 - 注：米国に戻るには [COVID-19 検査の陰性結果](#)を証明する必要があります。

公共の場で

- 2 歳以上の全ての人はワクチン接種の有無に関わらず、屋内公共施設、会場、集会、公的・私的ビジネス、屋外のメガイベントで誰もがマスクを着用しなければなりません。

¹ 医療状態を持つ人や、免疫系を弱める薬を服用している人は、ワクチンの最高保護を受けられない可能性があります。例：現在血腫や血液癌の癌治療を受けている人、臓器移植を受け、免疫系を抑制する薬を服用している人、過去 2 年以内に造血幹細胞移植を受け、免疫系を抑制する薬を服用している人、中程度から重度の免疫不全症候群（ディジョージ症候群やウィスコット・アルドリッジ症候群など）を持っている人、末期、又は未治療の HIV 感染症を持っている人、現在高用量副腎皮質ホルモンやその他の免疫系を抑制する可能性のある薬で治療を受けている人。上記と同じ状況、又は似たような疾患を持っている人は医師に相談してください。ワクチンの追加接種を必要とする時を含む詳細は、アメリカ疾病予防管理センターの「[中程度から重度の免疫不全症候群を持つ人向けの COVID-19 ワクチン](#)」のウェブページをご覧ください。

² 症状はウイルスに曝露されてから 2 - 14 日以内に現れ、以下の症状を含みます：発熱や悪寒、咳、息切れ/呼吸困難、新しい味や匂いの損失、疲労感、鼻水や鼻づまり、筋肉や体の痛み、頭痛、のどの痛み、吐き気や嘔吐、下痢。このリストには COVID-19 の全ての可能性のある症状を含みません。COVID-19 感染者によっては無症状の場合もあります。病気になった時にどうするかは、ph.lacounty.gov/covidcare をご覧ください。



- 以下の場所でワクチン接種の有無に関わらず誰もがマスクを着用する必要があります：
 - 全ての公共交通機関と交通ハブ
 - 医療機関（介護施設を含む）
 - シェルターとクーリング・センター
 - 青少年にサービスを提供する屋内（幼稚園、小、中、高等学校、保育施設、デイキャンプなど）
 - 屋外のメガイベント（コンサート、スポーツゲーム、パレードなどの 10,000 以上の参加者を持つイベント）
 - マスク着用のポリシーを持つその他のビジネスや屋外会場

注：以下の場合はマスクを取り外すことが許可されています：

- テーブル、カウンター、チケットを必要とする席などの特定の場所で飲食をしている場合。これは飲食中にマスクを取り外し、飲食後にすぐにマスクを着用することを意味します。サービスを待っている間、コースとドリンクの間など、飲食後に席に着いている時にもマスクを着用する必要があります。
- 離れた部屋やオフィスで一人である時
- シャワーや水泳中
- マスクを取り外すことなく行うことが不可能な、個人衛生、又はパーソナルケアサービス（フェイシャルや髭剃りなど）を提供、又は受けている場合

*2 歳以下の子供や特定の医療状態や障害を持つ人、そして医療従事者からマスクを着用しないように指示されている人など、マスクを着用すべきではない人たちがいます。2 歳から 8 歳の子供は大人の監督下でのみマスクを着用する必要があります。フェイスカバーの代替の詳細や情報に関しては、[マスクを着用すべきではない人](#)と[意思疎通が困難な人や特定の障害を持つ人に対する特別考慮](#)をご覧ください。

***職場では**、従業員は Cal/OSHA と郡衛生担当官命令に記述されている最高レベルの保護マスク必須条件に従う必要があります。代替の安全方法が行われている場合、ある従業員には特定の状況下でマスク着用義務を免除する場合があります。職場での必須条件の詳細は、[衛生担当官命令](#)と[ビジネス向けの最善方法](#)のウェブページをご覧ください。

COVID-19 の検査

通常、症状が無い場合は COVID-19 の検査を受ける必要はありません。しかし、

- COVID-19 感染者と濃厚接触した場合、COVID-19 の検査を受けることが推奨されています。
- あなたが感染発生調査の一部である場合、検査を受けることが必須になる場合があります。
- 地域感染レベルが高い場合に、いくつかの高リスクの状況では、習慣的な監視検査に参加する必要がある場合があります。

詳細は [COVID-19 検査](#) をご覧ください。



検疫

- COVID-19 感染者と濃厚接触した場合、又は州外・国外から帰宅した後も、症状が無い場合は検疫する必要はありません。
- 感染者と接触した後、又はロサンゼルス郡に戻ってきた後に、[COVID-19 の検査を受け](#)、COVID-19 の症状に関して 14 日間ご自身の[健康状態を監視](#)する必要があります。免疫不全の人、重症な病気になるリスクの高い人、ワクチン未接種の人（12 歳以下の子供を含む）と住んでいる場合、帰宅してから 14 日間、又は陰性検査結果が出るまでは自宅でもマスクを着用することを考慮しましょう。

詳細は[検疫ウェブページ](#)をご覧ください。

COVID-19 感染者

- COVID-19 だと診断された場合、全ての[隔離指示](#)に従う必要があります。
- COVID-19 感染者と同居、又は介護している場合、可能な限りマスク着用や物理的距離を含む予防策を続けて行う必要があります。