

Q1: ブースター接種の受け方について教えてください。1回目と2回目のワクチン接種の際は大規模接種会場もあって案内が充実していたのですが、今回は情報が少なくどうやって受けたらいいのかよくわかりません。また副反応についても教えてください。

CVSやWalgreensなどの薬局やクリニック、病院などの医療機関で接種できます。Harris Countyウェブサイトの[Public Healthのページ](#)からどこで接種できるか調べることができます。予約なし(walk-in)で接種できる場所もありますが、事前に各ウェブサイトから予約して行った方が無難です。人種、国籍、保険の有無に関わらず無料で接種できます（一部手技料が発生する場合あり）。保険がない場合、無料で接種するための手続きがないか接種場で確認して下さい。ブースター接種後の主な副反応は、初回と同様、発熱、頭痛、倦怠感、接種部位の痛みなどがあり、大抵の場合、2-3日以内によくなります。

Q2: ワクチンは3回受けたのですが、12月にコロナに感染し、幸い軽い風邪程度の症状でした。これで自然の抗体もできたということで、今後は以前ほど感染予防の心配はしなくても大丈夫でしょうか。

風邪程度の症状で済んでよかったですね。コロナに感染してから90日間は感染に反応して産生された抗体が再感染から守ってくれると言われています。ただ、抗体が作られない場合や、新たな変異種が出現する可能性もあるので、人が多い場所に行く時はマスクを着用し、コロナ感染者に濃厚接触をした時はご自身に症状がでてこないか注意深く観察するなど一般的な対策は継続した方がよいでしょう。

Q3: 単身赴任している駐在員です。2月中旬に妻と3人の子供達(3歳、5歳と12歳)がヒューストンに到着する予定なので、現地校へ行かせる前に子供たちにワクチンを打たせた方が良いか考えています。子供の場合、どこで接種すればよいのでしょうか。また現地校での感染予防対策につき、アドバイスをお願いします。

5歳以上のお子さんには接種が勧められています。Q1と同じ方法で予約、接種ができます。子供を受けいれていないところもあるので、予約時に情報を入力する際に年齢を間違いなく入力して下さい。

子供の学力向上、成長への影響を考え、感染予防対策をしながらなるべくインパーソンにしようという心意気は統一しているものの、残念ながら、政治や思想の違いの影響が現地校での感染予防対策にも表れていて、区域によりマスクを着用義務としたり努力目標としたりとバラツキがあります。日本語補習校に比べ感染予防対策が徹底していないとの声は複数からあがっています。周りがマスクをしていなくてもインドアだけでもマスクをしようと家庭内でルールを決めたり、あまりにひどい場合は先生方と話し合ってみるのもいいかもしれません(アメリカ人の親は結構抗議しています)。

アメリカの学校の大きな利点は、オンラインで勉強するシステムが日本より整っていること、必要に応じて検査ができる学校もあること、区域ごとにダッシュボードで感染者数などを公開していること(Houston Independent School District [COVID-19 DASHBOARD](#), Katy Independent School District [COVID-19 Case Tracker](#))などがあげられます。

Q4: セルフ検査キットを購入するにあたり、どの様な製品がおススメがあれば教えてください。また、使用する際の注意事項などがあれば、お願いします。

薬局や信用できるサイトから購入するのであれば、製品の質はほぼ同じです。キットに書いてある取扱説明書を注意深く読みましょう。[CDCのウェブサイト](#)には、動画を含めて検査の仕方や結果判定の仕方が掲載さ

れています。セルフ検査キットのほとんどは抗原検査で、安全面から鼻の奥までは綿棒を入れないので、感度がそこまで高くはありません。結果が陰性でも症状があり心配な場合は、医療機関でPCR検査を受けた方がいいでしょう。

Q5: 12月に2歳の子供も含め、家族そろって感染しました。自主隔離して10日目、14日目に再検査したのですが、まだ陽性の結果が出ています。現時点では症状はほとんどないのですが、さらに長く陽性が続くと心配です。大丈夫でしょうか。また、陽性反応が出ている限り、周りの方々を感染させる可能性もあるのでしょうか。

検査法にもよりますが、感染後症状がなくなっても、検査結果がしばらく陽性になり続けることもあります。一般的には症状がなくなれば大丈夫ですが、心配ならばかかりつけ医に相談しましょう。

今まで感染したことがない人が初めてテスト陽性となった場合は、新たに感染したとみなされ、症状の有無に関わらず、周りへの感染を防ぐために隔離が必要です。ウイルスが人に感染した後、時間とともに体内のウイルスは感染力を落とし残存していても自己複製ができなくなります。セルフ検査キットや普段の診療の一環で行われる検査法では、感染力がある活きのよいウイルスと感染力がない残存しているだけの死骸のようなウイルスを区別することができません。感染力があるウイルスがまだ体内にいるかを調べるには追加の詳しい検査が必要で一般的には行われていません。

もともと健康で感染したけれど無症状または軽度の症状で済んだ場合はだいたい10日も経過すると感染力はほとんどなくなり検査も陰性になることが多い一方、重症化した人、免疫状態が低下した人は感染力をもつウイルスが体内に長くいて検査が陽性である期間が長い傾向にあります。しかし、感染力がなくなり体が回復しても、死骸のようなウイルスが鼻腔に長く残存するために検査が陽性であり続けることもあるのです。よって、感染から回復し時間が経過しても陽性結果が続く場合、周りを感染させる可能性はほとんどないと言えますが、ケースバイケースのこともあるので、心配ならばかかりつけ医に相談しましょう。

会社によっては、感染後に会社に復帰する時に陰性結果の提出を求めている会社もありますが、上記の理由から、回復して元気なのに検査が陽性であるために戻れないという事態が発生し得ます。そのような場合、かかりつけ医が感染性がないと判断し診断書を書くことで、復帰可能となります。

飛行機の搭乗に関しては、アメリカの国内線搭乗時、アメリカの入国時には、90日以内にコロナに感染した場合は陰性結果、もしくは医師の診断書が求められます。一方、日本入国時には陰性証明が必要です。陽性が長引いて陰性証明がとれない場合、事前に厚生労働省に問い合わせた上で、認められればかかりつけ医に診断書を書いてもらいましょう。

コロナ禍が始まってから、[メンディスト](#)や[ベイラー医科大学病院](#)などの大きな病院ではUrgent Care (急病診療所。急病になり病院にかかりたいけれど、かかりつけ医がいない、かかりつけ医の予約がとれない時に利用できる診療所。救急外来に比べて軽症の患者さんが対象。)をオンラインで始めました。自宅療養中のコロナ感染者も対象なので、治療を受けたい、相談したいことがあるなどの場合、オンライン診療を検討してみるのもいいかもしれません。オンライン診療に通訳を無料でつけることができます。

【免責事項】 本記事は、2022年2月10日時点の情報に基づき、情報提供を目的に執筆しています。万一、内容に関して、不利益を被る事態が生じたとしても、一切の責任を負いかねますので、ご了承下さい。

福田由梨子先生

横浜市立大学医学部卒。ベイラー医科大学感染症科所属。米国内科・感染症科専門医、創傷治療学専門医、医学博士。コロナオンライン勉強会などを通じて、ヒューストン在住の日本人の方々にコロナ関連の最新情報を発信。

