

【出発前の準備】

出発72時間以内の陰性証明の取得やアプリのインストールなど、出発前の準備は特に変化ありません。コロナの検査ではセルフキットも無料で配られるようになりましたが、これでは日本政府指定の様式で証明を発行してもらえないので、検査機関に受けに行く必要があります。最近では無料で受けられるところも多いですが、結果が出るまで時間がかかるケースもあり、常にプランBも意識しておきましょう。日本の様式に対応した検査機関については[こちら](#)もご参照ください。

一方、デジタル庁がVisit Japan Webというサービスを始めており陰性証明などを事前に電子データで登録できるようになっていますが、入国時には相変わらず紙での提出が必要で何のためのデジタルサービスなのか不明。今後の改善に期待したいですが、現時点では登録するメリットはなさそうです。

ところで到着地が羽田空港の場合、AMAZONで注文をしておく指定宿泊施設に向かう前に空港内のロッカーで品物を受け取ることが出来ます。いろいろ持って行きたいけどスーツケースに入りきらないという場合などに便利なサービスです。詳細は[こちら](#)を参照してください。

【隔離生活6日間】

1月号でも紹介したとおり、テキサス州は12/16から3日間の指定施設待機となり、12/30からは6日間の待機、2/11からは再び3日間に短縮されました。指定施設はホテルの場合が多いですが、大学の寮というケースもありサービスの質も様々。ホテルガチャなんて言葉も出てきているようですが、幸運を祈りつつ最悪に備えて準備をしておきましょう。

スーツケースのスペースとの相談になりますが、以下のグッズは準備しておく役に立ちます。

・ポータブルミニオープン

客室数の多いホテルの場合、全室に配膳を終えた後でようやくお弁当を受け取ることが出来ます。場合によっては1時間近く待たされてご飯も冷え冷えなことも。ホカホカにするのは大変ですが、ちょっとでも温かいのがある人には携帯式のミニオープンが役立ちます。但しお弁当箱まるごとは入らない場合があるので、小分けして温められるようラップやアルミホイルも用意しておくといいでしょう。



▲ポータブルミニオープン



▲お弁当を加熱

・ビタミン剤

外出できずお弁当も個人個人に合わせたものではないので、ビタミンなどの栄養は不足しがちです。ストレスもたまりがちですので、健康状態が心配な方にはビタミン剤などのサプリメントをオススメします。

・ティーパックのお茶、ドリップ式のコーヒーなど

粉末式のお茶やコーヒーなどはホテルに常備されている場合がありますが、香りを楽しんでリラックスしたいという方は自分の好みに合わせたものを持って行った方がいいでしょう。ご飯は基本的に朝昼晩の3食しか出ませんので、お菓子など小腹を満たすモノも欲しいですね。

【濃厚接触者指定】

さて、これだけオミクロン株が流行っていると自分が感染していても濃厚接触者になってしまうこともあります。以前は機内に1人でもオミクロンの感染者がいると全員が濃厚接触者指定を受けましたが、最近は感染者の前後2列内の乗客に限定されています。

濃厚接触者になると指定アプリ(MySOS)を通じて通知が来るほか、居住地の自治体から電話連絡が来ます。以前は入国時の隔離(3日間もしくは6日間)を終えたあと、さらに別の施設での隔離を要請されていたが、今は日本国内での濃厚接触も急増しておりホテルの手配が追いつかないのか、自治体によっては自宅での待機で問題ないようです。なお、1/29から濃厚接触者の待機期間が7日間に短縮され、入国後の待機期間も同様に短縮されていますので、指定施設で3日間隔離された後は、残り4日間自主待機となります。

【再入国の準備】

一時帰国を終えてアメリカに戻るときに必要なのがワクチン接種証明と陰性証明です。ワクチンをアメリカで接種した場合、証明書をアメリカに置き去りにしてしまうと万事休すなので、忘れずにコピーをとって持って行きましょう。

陰性証明はもともとフライトの3日前までOKだったのが1日前に短縮されてしまいました。こうなるといつでも受診できてすぐに結果が出る検査が欲しいですね。

そんな希望に応えるのがFDA承認のセルフ検査キットです。これはアメリカ国内で販売されているので、出発前に買って日本に持ち込む必要があります。キットを買っておけば、あとはネットワーク環境とモバイルPC、平らな台で準備完了。箱に印字されたQRコードからアカウントを作成し、オペレーターに接続して検査を始めます。検査方法はオペレーターが英語で指示してくれますが、訛りがキツイ場合もあるので、事前に[動画](#)を見て手順を確認しておくことをオススメします。また検査開始時に箱が未開封であることを示す必要があるため、うっかり事前に開封しないように気をつけてください。

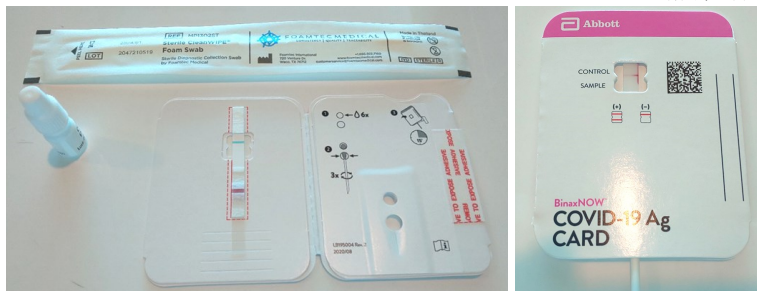
大まかな手順は、①箱を開けてキットをとりだす。②検査カードのQRコードを読み取る。③薬液を検査カードの穴に垂らす。④綿棒を両方の鼻に突っ込んでぐりぐり回す。⑤綿棒を検査カードの穴に突っ込む。⑥検査カードを閉じて15分間待つ。⑦検査カードの表示部に線が1本だけ浮かんだら陰性。2本だと陽性。

陰性が確認されればすぐに証明書がメールで届きます。証明書はレターサイズでスマホの画面では表示しにくいので、印刷しておいたほうが空港でのチェックインがスムーズになります。

この他に、最近では日本国内でも比較的安価にコロナ検査を受けられる施設が増えています。但し、CDCのガイドラインでは証明書には人物を特定する情報が2つ以上必要とされており、上記のeMedの証明書では氏名と生年月日が記載されています。検査機関によっては証明書に氏名しか記載がない場合もあり、生年月日やパスポート番号を追記しないとCDCの要求に合致しません。

コロナ検査をする場合は、証明書の様式がどのようなものか事前に確認しておいた方がいいでしょう。

(編集部)



▲キットの中身

▲線の本数で判定