

2021年9月17日

新型コロナウイルス感染症（Covid-19）の感染拡大防止に関するリマインダー

生徒、保護者、学校関係者の皆様

この度、生徒、教師、そして学校スタッフの皆様が学校に戻れたことは本当に喜ばしいことです。この日のために各学校では、皆さんが安全にキャンパスに戻れるように入念な準備をしてきました。しかしながら今もなお、スノホミッシュ郡における新型コロナウイルス感染症の感染件数は高止まりしています。そのため、感染拡大防止に関する重要な注意事項をここで改めて確認したいと思います。

自主隔離のルールに従うこと

自分自身や自分の子供が新型コロナウイルスに感染したり、あるいは陽性者の濃厚接触者に指定されたりすれば、当然大きな恐怖やストレスを感じるでしょう。そんな時に様々な異なる情報が耳に入ることは混乱につながります。よってここで、スノホミッシュ郡の全ての学校と託児所における、隔離に関するガイドラインを再確認しておきましょう。

- 新型コロナウイルス陽性者は自主隔離が必要

新型コロナウイルス陽性者は、自宅にて家族・同居人とは離れて自主隔離をしなくてはなりません。期間は最低10日です。以下の条件を全て満たした際に、隔離を終了することができます。

- 症状が出てから10日が経過していること、あるいは無症状の場合には検査で陽性が確認された日から10日が経過していること、**更に**
- 症状が改善していること、**更に**
- 解熱剤等を使わずに熱が平熱に戻ってから、24時間が経過していること

- ワクチン接種完了者が、新型コロナウイルス陽性者と濃厚接触した際には、自主隔離は不要

ワクチン接種完了者が、新型コロナウイルス陽性者と濃厚接触があったと連絡があった場合は、症状が一切ない場合に限り、自主隔離をする必要はありません。但し、濃厚接触があった日から数えて3~5日後には、検査を受けて下さい。また、その間に新型コロナウイルス感染症の症状が出てきた場合には、学校に連絡し、自宅にとどまり、できるだけ早く検査を受けて下さい。

- ワクチン未接種の生徒/学校職員の隔離について

ワクチン未接種の者がCovid-19陽性者の濃厚接触者として特定された場合、学校が独自に隔離基準を設けている場合を除いて、14日間隔離しなくてはなりません。濃厚接触者と特定されたらすぐに検査を受け、更に最後の接触から5-7日経過した後に再度検査を受けることが推奨されます。検査を二回受けることができない場合には、最後の接触から5-7日経過した時に検査を受けて下さい。ワクチン未接種の生徒/学校職員が濃厚接触と特定された場合、検査結果が仮に陰性であっても、学校が独自の隔離期間基準を設けていても、14日間は隔離を行って下さい。Covid-19陽性者が家庭内の同居メンバーである場合は、更に隔離期間が長くなることもあります。

スノホミッシュ郡の保健局に今まで、生徒や保護者の方々から、医師やクリニックから隔離終了の了解を得たとの理由で、定められた隔離期間を切り上げる要請の他にも、様々な問い合わせが来ています。学校や保健局で定めた隔離期間を変更する権限は、医師やクリニックにはありません。よって、質問があった

り、医師・クリニックが言うことが学校・保健局の言うことと違って混乱している場合には、隔離を続けた状態で、学校に指示を仰いでください。

体調が悪い時には、家にいること

スノホミッシュ郡の保健局で、これまでに新型コロナウイルス陽性者の接触者を調べた際に、体調が優れず症状が出ているにもかかわらず、学校やスポーツイベント、あるいは仕事や集まりに参加してしまったというケースがいくつもありました。実際発熱や咳といった症状が出ている人もいましたし、ただのアレルギー症状と誤ってしまっていた人もいます。とにかく体調が優れない際には、症状が完全に改善するまで家にとどまって下さい。

検査を受けること

残念なことに、万が一新型コロナウイルスの陽性反応が出た際の隔離措置を避けるために、検査を受けないように周囲がすすめるケースがあると、保険局でも耳にします。検査の重要性は、どんなに強調しても強調し過ぎることはありません。検査をして、新型コロナウイルスの陽性者を隔離し、また濃厚接触者も隔離することによってこそ、このウイルスを封じ込めることができるのです。そうしないと、感染拡大を阻止したり、他の人にうつしたりすることに歯止めがかからないのです。

新型コロナウイルスの症状としては、以下があります。

- 発熱
- 悪寒
- 咳
- 呼吸困難
- 倦怠感
- 筋肉痛や身体の痛み
- 頭痛
- 喉の痛み
- 鼻水や鼻づまり
- 新たに味覚や嗅覚がなくなる

もし上記のような症状が出てきた場合には、ワクチンの接種・未接種にかかわらず、かかりつけ医やクリニック、薬局を通じて検査を受けるか、www.snohd.org/testing にアクセスして下さい。インターネットのアクセスがない方や、言語の補助が必要な方は、保険局のコールセンター（425.339.5278）に電話をして、検査の予約をして下さい。コールセンターは月曜日から金曜日の830から1630まで開いています。開いている間に電話できなかった場合は、メッセージを残していただければ、翌営業日にこちらからかけ直します。

検査結果が出るまでの間は、外出せずに人とも会わないようにして下さい。勿論必要であれば、医療機関にかかることは可能です。但し、行く前に必ずその旨電話をして、医療機関の方でも受け入れのための適切な準備ができるようにして下さい。

ワクチンを受けること

ワクチン接種の予約をするには、いくつ方法があるので、かかりつけ医や近くの薬局に相談するか、www.snohd.org/covidvaccine にアクセスして参考にして下さい。

未成年者へのワクチン接種に関しては、いくつか重要な注意点が 있습니다。

- 現時点で、12歳以上の未成年者に認可されている新型コロナウイルスのワクチンは、ファイザー/ビオンテック社のワクチンのみです。モデルナやジョンソン・アンド・ジョンソンのワクチンは、18歳以上の人に対してのみ認可されています。ワクチン接種の予約をする際には、事前にその接種所でどのメーカーのワクチンが受けられるのかを確認して下さい。

- 12歳から17歳までの未成年者の接種には、保護者の承認が必要です。承認の書類作成に必要なものは、ワクチン接種所によって異なる場合がありますので、事前にウェブサイトをチェックするか電話で確認して下さい。
- ワクチンを受けられない未成年者に対して、決してワクチン接種の予約を取ろうとはしないで下さい。

12歳未満の子供に関しては、現在ワクチンの有効性が検証されているところです。FDA（食品医薬品局）でワクチンが承認されるまでは、子供たちとその家族、また学校の教職員全員が全ての予防措置を常にきちんとしていくことが重要です。具体的には、外出時にはマスクを着用し、不要不急の集まりを延期し、同居家族以外の人とは常に距離を取って、屋内では換気を良くして、マメに手洗いやハンドサニタイザーを使うといったことです。

この困難な時期における皆様のご協力と忍耐に感謝します。



Christopher Spitters（クリストファー スピッターズ）, MD, MPH
Health Officer（検疫官）