



更新4/30/21:本更新は、モデルナ(Moderna)、ファイザー(Pfizer)及びヤンセン/ジョンソン&ジョンソン (J&J) (Janssen/Johnson & Johnson)が製造した3種類のCOVID-19ワクチンについての情報を提供しています。

なぜワクチンは重要なのですか？

ワクチン接種は病気を予防するための安全で効果的な方法です。ワクチンは毎年何百万人もの命を救っています。私たちはワクチン接種を受けると、自分自身を守るだけでなく、周囲の人々も守ることになります。あなたが、COVID-19ワクチン接種を受ける順番になったときに接種を受けることで、パンデミックを食い止めることができます。

ワクチンはどの程度効果がありますか？

ワクチンの臨床試験では、3つのワクチンすべてがCOVID-19による重篤な病気、入院、死亡の予防に非常に効果的でした。J&J/ヤンセンとmRNAワクチンの試験結果を直接比較することはできません。理由は次のとおりです。

- 研究は異なる時期に異なる場所で行われたため、地域に於ける感染レベルとウイルス変異株の種類と数は様々でした。
- 臨床試験には、基礎疾患の発生率が異なるさまざまなグループの人々が参加しました。
- 研究には、症例、副作用、及び重大なイベントについて異なる定義が使用されました。

3つのワクチンはすべて、重篤な病気、入院、死亡の予防に同等に効果があるため、接種を受ける最適なワクチンは、あなたに提供されているものです。

ワクチン接種を受ける

COVID-19ワクチン接種は有料ですか？

いいえ。健康保険に加入している場合は、医師または薬局が保険会社にワクチン接種料を請求することができます。健康保険に加入していない人は、COVID-19ワクチン接種を無料で受けることができます。誰に対しても自己負担はありません。

COVID-19ワクチン接種の際に、ビザ・滞在資格について質問されますか？

いいえ。COVID-19ワクチンは、ビザ・滞在資格に関係なく、ロサンゼルス郡の住民に無料で提供されます。COVIDワクチンを接種を受ける際に、ビザ・滞在資格について質問されることはありません。あなたの医療情報は個人情報であり、COVID-19ワクチンの接種を受けてもビザ・滞在資格に影響することはありません。枠の接種を受ける際に、政府発行のIDや、雇用者からの手紙などは必要ありません。滞在資格についての質問は、出入国管理局のウェブページ oia.lacounty.gov を訪れるか、800-593-8222に電話してください。

どこでワクチン接種を受けることができますか？

公衆衛生局と郡、市、地域、及びヘルスケアのパートナーは、さまざまな場所で対象となるグループの人々に予防接種を行う協力をしています。ワクチンは、ロサンゼルス郡全体の600を超えるワクチン接種サイトで受けることができます。

これには以下の場所が含まれます。

- POD (Point of Dispensing Sites) またはハブと呼ばれる大規模なワクチン接種サイト
- 診療所、及び連邦資格のある医療センター (FQHC)
- 薬局
- 一部の職場、病院を含む
- 一部の高齢者向け住宅施設、及び高齢者センター



- 移動ワクチンユニット
- 高度介護施設 (SNF)、及び介助生活などの集合生活を伴う介護施設
- 公衆衛生局及び郡、市、地域、及びヘルスケアパートナーが運営する特別な地域のワクチン接種サイト

どうしたらワクチン接種ができますか？

[VaccinateLACounty.com](https://vaccinate.lacounty.com) にアクセスし、「ワクチン接種の仕方」をクリックして、ウェブページの手順に従ってください。そこで予約ができ、また、予約なしでワクチン接種を受けられる場所を見つけることもできます。

さらに、公衆衛生局ワクチンコールセンターに電話をすることもできます：

- コンピューターを持っていない、または予約の手助けが必要な場合
- ワクチン接種場までの交通手段が必要な場合
- 家から出られない場合

電話番号は、年中無休の1-833-540-0473（午前8時から午後8時30分まで）です。

又は2-1-1に電話すると、年中無休で複数の言語で情報を提供しています。に電話して予約のサポートを受けることができます。

かかりつけの病院でワクチン接種を受けることができる場合があるため、かかりつけ医に問い合わせてください。ワクチンを提供している施設及びプロバイダーのリストは、[VaccinateLACounty.com](https://vaccinate.lacounty.com)、または[こちら](#)から入手できます。

ロサンゼルス郡に引っ越してきたばかりですが、2回目のワクチン接種の予定日になっています。2回目の接種はどこで受けられますか？

予約のウェブページ（上記の手順を参照）にアクセスし、1回目の接種で受けた同じ種類のワクチンを提供している場所を探してください。ワクチンの種類は、ウェブサイトや予約システムに掲載されている接種場所名の横に表示されています。2回目の接種の予約時にCDCワクチン接種カードと写真付き身分証明書を必ず持参してください。

COVID-19のワクチン接種は何回必要ですか？

- J&J / ヤンセンのワクチンの場合、1回の接種のみ必要です。
- ファイザーのワクチンは、21日間隔で2回の接種が必要です。
- モデルナのワクチンは、28日間隔で2回の接種が必要です。
- ワクチン接種が2回必要なワクチンで、2回目の接種が遅れた場合、1回目からやり直す必要はありません。

3種のワクチンすべてに於いて、最後にワクチン接種を受けてから2週間経つまでは[ワクチン接種を完了](#)したとは見なされません。

ワクチン接種を完了したと見なされるのはいつですか？

以下に当てはまる場合、あなたは[ワクチン接種完了](#)者とみなされます。

- 接種を2回受ける必要のあるワクチン（Pfizer-BioNTechまたはModerna製）の場合、2回目の接種を受けてから2週間以上経過している、または
- ワクチンを接種が1回で済むワクチンの接種を受けてから2週間以上経過している（Johnson & Johnson / Janssen製）。

接種後2週間以内の場合、または2回目の接種が必要な場合は、ワクチン接種は完了していません。ワクチン接種は完了するまで、すべての[予防措置](#)を取り続けてください。

ワクチン接種後、どれくらいの期間保護が続くかはまだ分かっていません。このことは、将来ブースター効果のための接種を受ける必要があるかどうか分かっていないことを意味します。



ワクチン接種を受けるとき、またはその後仕事ができなくなった場合、病気休暇をとることはできますか？

25人以上の従業員を抱える雇用主に従事する公的または民間セクターの対象となる従業員は、2021年1月1日から2021年9月30日の間、最大80時間のCOVID-19関連の病気休暇を取る権利があります。これには、ワクチン接種を受ける、またはワクチンに関連した症状のために通勤や在宅勤務ができなくなったりする場合があります。詳細については、2021年のCOVID-19補足的有給病気休暇に関する[よくある質問](#)、及び[ポスター](#)を参照してください。

ワクチン接種記録

ホワイトワクチン記録とは何ですか？

CDC COVID-19 ワクチン接種記録カード（ホワイトカード）は、ワクチン接種の公式証明書です。全員ワクチン接種を受けるすべての人に 1 枚付与されます。交換できませんので、安全な場所に保管してください。写真撮るか、そのコピーを作成することを検討してください。

ホワイトカードを紛失した場合はどうすればよいですか？

ホワイトカードを受け取らなかった場合、または紛失した場合は、州のカリフォルニア州予防接種レジストリ (CAIR) から公式記録のコピーを入手する方法が 2 つあります。

- かかりつけ医に、カリフォルニア州の予防接種レジストリ (CAIR) で予防接種記録を検索し、そのコピーを入手してもらうように依頼する。
- 州の予防接種レジストリである CAIR に直接予防接種記録のコピーを要求する。ワクチン接種を受けてから少なくとも 2~3 週間後にこのリクエストを行ってください。需要が高い場合、リクエストにはさらに 2~3 週間かかる場合があります。オンラインの[承諾書](#)に記入してください。承諾書への記入は 1 回のセッションで完了する必要があるため、現在の公式な写真付き身分証明書のスキャン画像または写真をアップロードする準備をしてください。ワクチン接種記録は電子メールであなたに送られます。記録の要求はオンラインでのみ可能で、電子メールによってのみ提供されます。詳細については、cairweb.org をご覧ください。

デジタルワクチン接種記録を入手できますか？

- ホワイトカードまたは CAIR の記録が、COVID ワクチン接種の公式な証明書です。便宜上、ホワイトカードに加えてデジタル記録を受け取る場合がありますが、ワクチン接種の公式証明書としてすべての場所/企業で受け入れられるとは限りません。
- ロサンゼルス郡では、いくつかの異なる種類のデジタルリマインダーと記録が使用されています。種類は、ワクチン接種提供者が使用している記録管理システムによって異なります。ほとんどのシステムでは、ワクチン接種を受ける人が予約を入れたり、接種を受けるときに、電子メールアドレスや携帯電話番号を提供する必要があります。ワクチン接種を受けたら、デジタル記録について医療従事者に相談してください。
- ロサンゼルス郡公衆衛生局 (DPH) は、[Healthvana](#) と提携してデジタルワクチン接種記録を提供しています。これはロサンゼルス郡の公衆衛生局やロサンゼルス市が運営する接種場所、選択された地域の診療所（病院システムの一部ではない）、そして薬局で利用可能です。Healthvana と電子記録の詳細については、DPH の「[ワクチン接種後](#)」のウェブページを参照してください。



ワクチンについて

COVID-19ワクチンはどのくらいありますか？

世界中で50を超えるCOVID-19ワクチンが人で試験されています。これまでのところ、米国では3種類のワクチンが認可されています。これらは、ファイザー社、モデルナ社、及びジョンソン・エンド・ジョンソンが所有する会社であるヤンセンによって製造されています。

ワクチンはどのように機能しますか？

ワクチンは、病原体を認識してこれ撃退するために身体の自然な防衛作用を準備させることによって機能します。

- 一部のワクチンには、死滅させたまたは弱毒化した病原体が含まれています。
- その他のワクチンには、病原体の構造の一部のように見えるように作られた物質が含まれています。
- COVID-19ワクチンは、病原体の一部のように見えるタンパク質を作るように体に教えます。(詳細については、「COVID-19ワクチンはどのように機能しますか？」の項を参照のこと)。

ワクチン接種をすると、免疫システムが以下の応答をします。
これにより、

- 抗体が産生されます。抗体とは、病気と闘うために免疫システムが自然に産生するタンパク質です。
- 将来の感染に対応するために免疫細胞を準備します。
- 病気とそれに闘う方法を覚えます。ワクチン接種後に病原体に曝露された場合、免疫システムが病気になる前に素早く病原体を排除します。

これがワクチンが非常に効果的である理由です。ワクチンは、病気を発症してからそれを治療する代わりに、事前に病気になることを防ぎます。

COVID-19ワクチンはどのように機能しますか？

COVID-19ワクチンには、COVID-19を引き起こすいかなる形のウイルスは含まれていません。3つのCOVID-19ワクチンはすべて、無害なスパイクタンパク質 (COVID-19ウイルスの表面にある冠状のスパイク) の作り方を細胞に教えることにより機能します。スパイクタンパク質を作ることは私たちの体の細胞に害を与えません。

- ワクチンを接種すると、スパイクタンパク質が細胞の表面に現れます。私たちの免疫システムは、それを見て、それらが非自己(自分の体に本来属していない)であると認識します。
- 私たちの体は免疫応答を構築することによって反応します。COVID-19ウイルスのスパイクタンパク質に対して作用する抗体を産生し、免疫細胞を準備します。これにより、将来ウイルスにさらされた場合でも保護されます。

COVID-19ワクチンの場合、スパイクタンパク質を作るように細胞に教える方法が異なります。

- ファイザーとモデルナ製のワクチンは、mRNAワクチンと呼ばれます。メッセンジャーRNA (mRNA) は、私たちの体にタンパク質の作り方を教える遺伝物質です。ワクチンのmRNAは、小さな油性の泡 (脂質ナノ粒子またはLNPとして知られる) に含まれています。mRNAは細胞内に入り、「スパイクタンパク質」の作り方を教えます。
- J&J / ヤンセン製のワクチンはウイルスベクターワクチンと呼ばれています。これは、DNAを細胞の中に運ぶために使用される「ウイルスベクター」内の遺伝子命令 (DNA) で構成されています。(ウイルスベクターは、一般的な風邪ウイルスの無害なバージョンです)。私たちの細胞は遺伝物質を読み取ってmRNAを作り、このmRNAが私たちの体の細胞にスパイクタンパク質を作るように教えます。

詳細については、CDCのウェブサイトの[COVID-19ワクチンの作用機序を理解する](#)をご覧ください。



ワクチンの成分は何ですか？

完全な成分リストについては、各ワクチンのワクチン接種を受ける方と介護者向けのファクトシート：[Pfizer-BioNTech COVID-19ワクチン](#)、[Moderna COVID-19ワクチン](#)、及び[J&J/Janssen COVID-19 ワクチン](#)を参照してください。いずれのワクチンにも、卵、ゼラチン、ラテックス、及び防腐剤は含まれていません。

COVID-19 ワクチンには中絶胎児組織を由来とする細胞が含まれていますか？

いいえ、米国内での使用が許可されているCOVID-19ワクチンには、胎児組織や胎児細胞は含まれていません。

- **ファイザー (Pfizer) とモデルナ (Moderna)** は、COVID-19 ワクチンの開発または製造に胎児細胞株を使用していません。ただし、人への臨床試験が行われる前の、実験室に於ける試験に於いて胎児細胞株が使用されています。
- **ジョンソン&ジョンソン (Johnson & Johnson)** は、胎児細胞株を使用して COVID-19 ワクチンを開発及び試験を行っています。また胎児細胞株をワクチンの製造に使用しています。COVID-19 ワクチン自体には胎児細胞は含まれていません。

胎児細胞株は、1973年と1985年に行われた2度の中絶による胎児組織の細胞から実験室で作られました。使用された胎児細胞はいずれも、最近行われた中絶、またはワクチン開発やその他の研究のみを目的として行われた中絶によるものではありません。

カトリック教会は、この目的に於ける胎児細胞の使用について考察し、「研究及び製造過程で中絶胎児組織に由来する細胞株を使用したCOVID-19ワクチンの接種を受けることは道徳的に許容できる」と述べています。本問題を懸念する場合は、[COVID-19 ワクチン及び胎児細胞株](#)に関する文書を注意深く確認して、ワクチン接種を受けるにあたり、十分な情報に基づいた決定を下せるようにすることをお勧めします。

安全性と副作用

ワクチンからCOVID-19に感染することはありますか？

いいえ。ワクチン接種によりCOVID-19に感染することはありません。しかし、ワクチン接種を受ける前に感染し、接種後に症状が現れることがあります。感染してから症状が現れるまで最大14日かかる場合があります。ワクチン接種を受けた後に感染する可能性もあります。これは、体が免疫を構築するのに時間を要することと、ワクチンは非常に効果的であっても、その効果は100%ではないためです。

COVID-19ワクチンには、COVID-19を引き起こすウイルスは含まれていません。J&J /ヤンセン製ワクチンのウイルスベクターは、一般的な風邪ウイルスの無害なバージョンです。細胞内で自己複製したり病気を引き起こしたりすることはできず、私たちのDNAに変化を加えることもできません。

ワクチンを接種後1日ほど発熱や、倦怠感などの症状を起こす場合があります。これらの症状は正常で、身体が免疫力を強化していることを示します。

COVID-19ワクチンの一般的な副作用は何ですか？

COVID-19ワクチン接種後、インフルエンザワクチンや帯状疱疹ワクチン接種後のような副作用が出る場合があります。2回の接種を要するワクチンの場合、2回目の接種後に副作用が現れるのがより一般的です。これらの副作用は、日常の活動を行うにあたり影響を与える可能性がありますが、1日か2日以内に体調は改善するはずで、全ての人に副作用が出るわけではありません。副作用には以下が含まれます。

- 発熱と筋肉痛



- 頭痛
- 倦怠感
- 腕の痛みまたは発赤

副作用は正常な反応であり、ワクチンが効果を現していることを示しています。これはあなたの体が病原体と戦い、免疫力を高めることを学んでいることを示しています。1回目の接種後に副作用が出た場合でも、ワクチン接種提供者または医師があなたに接種を受けないよう指示しない限り。2回目の接種を受けることが重要です。

以下が発生した場合は医師に連絡してください：

- ワクチンの副作用が2日以上続く場合
- ワクチン接種を受けてから2日以上経った後に症状が現れた場合
- 次のいかなる症状を現した場合：咳、息切れ、鼻水、のどの痛み、又は新しい味やにおいの損失（これらはワクチンの副作用ではありません）
- 症状がひどくなったり、心配になる場合

重症な副作用はありますか？

いかなる薬でも、呼吸困難などの深刻なアレルギー反応を起こす場合があります。この反応は非常に稀ですが、ありえないことではなく、通常ワクチン接種後15分から30分の間に起こります。COVID-19のワクチンを接種した全ての人は、医療提供者がアレルギー反応をすぐに処置できるように、接種後に観察されます。

ジョンソン&ジョンソンのCOVID-19ワクチンを接種した後に、血栓症や血小板減少などの深刻な状態を起こすリスクが稀にあります。このリスクは非常に少ないです。この問題は非常に稀で、約100万人に7人ほどのワクチンを接種した18歳から49歳の女性がこの問題を起こしました。50歳以上の女性と男性（年齢に関わらない）にとって、この問題はより稀です。この問題は他の2種類のCOVID-19ワクチン（ファイザーとモデルナ）では発生していません。

ワクチンを接種してから3週間は、可能性のある症状に注意してください。それらの症状は次の通りです：

- 激しい、又は持続的な頭痛
- 目のかすみ
- 息切れ
- 胸の痛み
- 足の腫れ
- 持続的な腹痛
- ワクチン投与部分以外が簡単にあざになる、又は皮膚の下に小さな血斑ができる

COVID-19ワクチンは長期的な副作用を引き起こす可能性がありますか？

ワクチン接種後の長期的な副作用は非常にまれです。ワクチン接種後の経過観察では、副作用が発生する場合、通常、ワクチンの投与を受けてから6週間以内に発生することを歴史的に示しています。このため、食品医薬品局は、認可されたCOVID-19ワクチンのそれぞれについて、最後に接種を受けてから少なくとも2か月間（8週間）追従して研究することを要請しています。CDCは引き続きCOVID-19ワクチンを注意深く監視しています。科学者が安全性の問題とワクチンの関係を見つけた場合、FDAとワクチン製造業者は、特定の安全性の懸念（特定のロットの問題、製造上の問題、またはワクチン自体の問題など）に対処するための適切な解決策に向けて取り組みます。これが、安全性の監視により、J&Jワクチンを接種した女性に異常なタイプの血栓症の発生が検出された後に起こっていることです（上記を参照）。



ワクチン接種後に副作用（副作用の可能性）が発生した場合、どのように報告すればよいですか？

ワクチン接種後に有害事象（副作用の可能性）がある場合は、ワクチンが原因であるかどうか分からない場合でも、VAERSに報告してください。ワクチン有害事象報告システムは、FDAとCDCが発生しうる安全上の問題を検出するために使用している早期警告システムです。報告するには、1-800-822-7967に電話するか、<https://vaers.hhs.gov/reportevent.html>にアクセスしてください。

ワクチン接種時の健康チェックの後に [V-Safe](#)、CDCに登録した場合は、スマートフォンアプリから症状を報告することもできます。

VAERSもV-safeも医学的アドバイスを提供していません。COVID-19ワクチン接種後に懸念される症状や健康上の問題がある場合は、医療従事者に相談するか、治療を受けるようにしてください。

ワクチンを接種すると、COVID-19検査で陽性反応を示しますか？

いいえ。ワクチンの接種により、現在のCOVID-19感染を検出するウイルス検査（鼻や喉のぬぐい液の検査など）で陽性と判定されることはありません。一部の抗体検査で陽性結果が出る場合があります。これは、ワクチンの作用機序の1つに抗体を産生するように体に準備させることであるためです。

COVID-19検査の詳細は公衆衛生局の検査に関するウェブページ ph.lacounty.gov/covidtests をご覧ください。

誰がワクチン接種を受けることができますか？

すでにCOVID-19に感染した場合でも、予防接種を受ける必要がありますか？

はい。COVID-19に感染したことがある場合でも、ワクチン接種は必要です。COVID-19感染後、どのくらいの期間保護されているかはまだ分かっていません。そのため、免疫力を強化するためにワクチンを接種することが重要です。COVID-19感染後はワクチン接種を受けても安全ですが、隔離期間が終了するまで待つ必要があります。これは、ワクチン接種を受けに行くときに医療従事者や他の人に感染させないようにするためです。モノクローナル抗体治療または回復期治療を受けたことがある場合は、90日間の期間を置いてからCOVID-19ワクチン接種を受ける必要があります。

子供はCOVID-19ワクチン接種を受けることができますか？

いいえ、現時点では16歳未満の方はCOVID-19ワクチン接種を受けることはできません。小児に於けるこれらのワクチンの使用については、まだ十分な情報が得られていません。16歳と17歳の方はファイザー製のワクチン接種を受けることができます。モデルナとJ&J/ヤンセン製ワクチンは18歳以上の方を対象としています。

免疫機能の低下している人はCOVID-19ワクチン接種を受けることができますか？

はい。免疫機能の低下している人は、COVID-19に感染するリスクが高く、重篤な病気になる可能性が高くなります。そのような方は、3つのワクチンのいずれかの接種を受けることができますが、ワクチン接種を受ける最適な時期について医師に相談することが推奨されます。ワクチンの臨床試験には、癌や安定したHIV感染者などの免疫機能の低下している人が含まれていましたが、その副作用に差異はありませんでした。しかし、免疫システムが正常な人と比較して、免疫機能の低下している人にワクチンがどれだけ効果があるかは分かっていません。



アレルギーのある人はCOVID-19ワクチン接種を受けることができますか？

場合によります。

- 経口薬、食品、ペット、花粉などにアレルギーのある人、またはアレルギーの家族歴がある人は、ワクチン接種を受けることができます。
- しかし、ワクチン、注射療法、ポリエチレングリコール (PEG) 、またはポリソルベートに対してアレルギー反応を起こしたことのある人は、医師に相談して、ワクチン接種を受けても安全かどうかを判断する必要があります。
- ワクチンも重度のアレルギー反応のリスクは僅かです。
- COVID-19ワクチン接種後、全員に対してアレルギー反応を観察します。アレルギー反応に関する情報は変更される場合があります。CDCの「[COVID-19ワクチンとアレルギー一反応](#)」のウェブページから最新のガイダンスを確認し、医師にご相談ください

妊娠中の女性はワクチン接種を受けることができますか？

はい。妊娠中の女性は3つのワクチンのいずれかの接種を受けることを選択できますが、それは個人的な判断であり、医師に相談することが推奨されます。

- 妊婦がCOVID-19に感染した場合、妊娠中でない人と比べて重症な病気になる可能性が高くなります。また、COVID-19に感染していない妊婦と比べて、早産などの妊娠合併症を起こす可能性も高くなります。
- 妊娠中の女性はワクチン開発の臨床試験に含まれていなかったため、妊娠中のCOVID-19ワクチンの安全性に関する情報は限られています。私たちが認識するワクチンの作用機序を考慮したときに、ワクチンが母親や乳児にとってリスクを及ぼすとは考えられていません。
 - 妊娠中の女性は臨床試験に参加しませんでした。動物を用いた試験では安全性に関する懸念は示されませんでした。
 - J&J /ヤンセン製ワクチンの同じベクターが他の試験の妊婦に使用され、母親と乳児の両方に対して安全であることが分かっています。
 - ワクチン接種を受けた多くの妊婦が監視されており、これまでのところ、安全上の懸念は確認されていません。

授乳中の女性はワクチン接種を受けることができますか？

はい。授乳中の女性はワクチン開発の臨床試験に含まれていなかったため、これらの女性に於けるCOVID-19ワクチンの安全性や、母乳で育てられた乳児や母乳の産生に対するワクチンの影響に関するデータはありません。しかしながら、私たちが認識するワクチンの作用機序を考慮したときに、ワクチンが母親や乳児にとってリスクを及ぼすとは考えられていません。授乳による育児をしている女性は、ワクチン接種を受けることを選択することができます。

自身と他者を守る

ワクチン接種後にCOVID-19の症状が出た場合はどうなりますか？

以下のような場合は、検査を受けて自宅待機を行い、他の人から離れてください。

- ワクチンの副作用が2日以上続いている。
- ワクチン接種後2日以上経過してから症状が現れる
- 咳、息切れ、鼻水、喉の痛み、または味覚や嗅覚の新たな喪失-これらの症状はワクチンの副作用ではありません。

ワクチン接種を受けたとしても、特に体調の悪い人が周囲にいた場合は、COVID-19の症状に注意することが



依然として重要です。

社会的距離やマスクの着用など、他の予防措置を取ることができるのに、なぜワクチンが必要なのですか？

パンデミックを食い止めるには、すべての手段を講ずる必要があります。ワクチンはあなたの免疫システムを強化するので、あなたがウイルスに曝露した場合、あなたの体はウイルスと戦う準備ができています。マスクや社会的距離のようなその他の手段は、ウイルスへの曝露や、ウイルスの拡散する可能性を低くするのに役立ちます。これらをすべて実践することで、最高の保護を得ることができます。

ワクチン接種を受ける順番になるまで、COVID-19感染予防のために今何ができますか？？

ご自身と他者を保護するために、以下の推奨事項に従ってください。

- 他の人の周囲にいるときは、マスクを着用して口と鼻を覆う。
- 人混みや換気の悪い場所を避ける。（屋外または換気の良い場所の方が安全です）。
- 他の人から少なくとも6フィート離れる。
- 頻繁に手を洗う。

[リスクを軽減](#)するためのガイダンスを参照してください。完全にワクチン接種が終了した後もこれを実践する必要があります。

ワクチン接種を受けたら、マスクの着用をやめることはできますか？

詳細情報は「[ワクチン接種を完了している場合、いつマスクの着用を止めることができますか？](#)」の書類をご覧ください。

ワクチン接種を受けており、COVID-19感染者に曝露した場合、検疫を行う必要はありますか？

症状がなく、[ワクチン接種を完了](#)している場合は、検疫や検査を受ける必要はありません（矯正施設や拘置所、グループホームなどの集団の環境に居住する場合を除く）。しかし、14日間COVID-19の症状についてあなたの健康を観察し、ご自身と他人を引き続き守る必要があります。