



## 新型コロナウイルス感染症（COVID-19）

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）はコロナウイルスによって引き起こされる病気です。COVID-19はブリティッシュコロンビア州を含め世界中に拡大しており、世界的なパンデミックと宣言されています。

### BC州 COVID-19 予防接種計画

BC州の4段階によるCOVID-19予防接種計画は進行中であり、脆弱な方が最初に予防接種を受けてい

ます。ワクチン承認プロセスやBC州のワクチン配布計画などのトピックを含む、COVID-19ワクチンの詳細については、[COVID-19 予防接種](#)を参照してください。

健康に関係のないCOVID-19に関する情報およびサービスについては、1-888-COVID-19 (1-888-268-4319)までお電話ください。サービスは、午前7時30分から午後8時まで利用できます。

### COVID-19に関するよくある質問

[COVID-19に関する最もよくある質問](#)に対する回答はこちらをご覧ください。コロナウイルスがどのように広がり、症状が現れるまでの潜伏期間はどのくらいか、また、どのような症状があるのか学びましょう。COVID-19を防ぐために出来ることを知りましょう。

### 公共な場所での曝露

私たちのコミュニティでの社会的交流の増加に伴い、公共の場所での曝露について心配するかもしれません。[BC州疾病管理センターの下記を参照してください。](#) COVID-19の公共な場所での曝露。

最寄りの保健当局からのコミュニティでの曝露については、[公衆衛生アラートページの「お住まいの地域」](#)を参照してください。

コミュニティにおける社会的交流が継続して行われるにつれ、安全に交流する方法について懸念するかもしれません。COVID-19の曝露リスクを減らす安全な交流法についての詳細は、下記をご覧ください。:

- [BC 州疾病管理センター](#)： イベント企画
- [BC 州疾病管理センター](#)： より安全な社会的交流
- [BC 州疾病管理センター](#)： コミュニティ設定

## 検査

COVID-19 の検査は、風邪、インフルエンザ、またはコロナウイルス感染のような症状、さらには軽度の症状がある人に推奨されています。症状がない場合は、検査は必要ありません。照会したり、**8-1-1** に電話したりする必要もありません。[検査および検査場所については下記を参照ください](#)。

## 自主隔離と COVID-19

自主隔離は、自宅待機および他の人と接触している状況を避けることを意味します。それは、病気の感染を止めるために重要な対策です。自主隔離をする必要がある、または求められる可能性がある理由はいくつかあります。自主隔離に関する詳細は[下記をご覧ください](#)。

- [BC 疾病管理センター](#)： [自主隔離](#)
- [カナダ政府](#)： [新型コロナウイルス感染症 \(COVID-19\): 予防とリスク](#)

## セルフモニタリング

セルフモニタリングとは、ご自身の体調に細心の注意を払い、体温を記録し、コロナのような症状がないかどうか観察することです。また、セルフモニタリング中の子供や親しい関係にある高齢者、慢性疾患のある人を手伝う必要がある場合もあります。どのような症状があるのか知るために、[下記をご確認ください](#)。

- [COVID-19 の症状](#)
- [BC 疾病管理センター](#)： [症状](#)

セルフモニタリングに関する詳細は、[BC 州疾病管理センターのページ](#)をご確認ください。[COVID-19 用の毎日のセルフモニタリング記録用紙 \(PDF, 257KB\)](#)

## 症状

COVID-19 の症状、体調が悪い場合の対処法、そして、合併症のあるリスクが高い人については

[COVID-19 の症状](#)をご覧ください。

## 自身の感染リスクを減らす

[感染リスクを減らす](#) 方法に関する詳細は[下記をご覧ください](#)。

## 感染を抑える

---

## 物理的距離

自身および他の人を守る方法に関する詳細は、[BC 州疾病管理センターのページ](#)をご確認ください：[物理的距離の確保](#)

---

## マスク

マスクはバリアとして機能し、話したり、笑ったり、歌ったり、咳をしたり、くしゃみをしたりする際に飛沫が広がるのを防ぎます。上記の予防措置とともにマスクを着用することで、あなたの周りの人々を守ることに役立ちます。

マスクの着用およびマスクの種類についての詳細は、下記の [BC 疾病管理センターのページ](#)をご覧ください。：[マスク](#)

---

## 旅行と COVID-19

最新の旅行勧告情報については、下記をご確認ください。

- [ブリティッシュコロンビア州政府:旅行と COVID-19](#)
- [カナダ政府：COVID-19 によるパンデミックの間、すべての国：カナダ国外への必要でない旅行は避けてください](#)

## 治療

カナダには、使用が承認されているワクチンなど、COVID-19 に利用できる特定の治療法がいくつか

あります。詳細に関しては、[BC 州疾病管理センターのページ](#)をご確認ください。[治療。](#)

COVID-19 に感染したほとんどの人は、自力で回復されています。

[BC 州疾病管理センターのページ](#)をご覧ください。[COVID-19 に感染したと診断された場合の症状の](#)

[管理の仕方に関する情報は、COVID-19 に感染している場合](#) のページをご確認ください。

COVID-19 によるパンデミック中でも、医者と診療看護師は対面による治療を提供しています。電話

やビデオによる診察を提供している診療所もあります。治療が必要な場合は、医療提供者に連絡してください。かかりつけ医がない場合、ヘルスリンク [BC ディレクトリー](#) または、**8-1-1** にお電話いただき、コミュニティ内の医療提供者を見つけてください。

医療提供者に診察してもらう際は、下記のことを伝えてください。

- 症状

- 旅行先または居住地
- 病気の人と密接にまたは長時間接触したかどうか、特に彼らが、発熱、咳、または呼吸困難であったかどうか

症状がある場合、何ができるかに関する詳細については [COVID-19 の症状](#) をご確認ください。

## メンタルヘルス

COVID-19 によるパンデミックは、対処することが困難な混乱、悲しみ、不安といった感情を引き起

こすことがあります。これらの感情は、不確実なことに直面した時に起こる正常な感情です。自身のメンタルヘル스에 気遣い、自身を思いやることが今まで以上に大切です。メンタルヘルスと COVID-19 についての詳細は下記をご覧ください。:

- [メンタルヘルスと COVID-19](#)
- [BC 疾病管理センター: COVID-19 中の心の健康](#)
- [カナダ政府: 自身のメンタルヘルスを気遣う \(PDF 371KB\)](#)

## 子供、若者と家族

パンデミック中の子育ては困難な場合があります。妊娠中または授乳中の場合は、自身の健康と赤ちゃんの健康について質問があるかもしれません。子供が家にいる間の子育てについてさらに懸念があるかもしれません。 [COVID-19 中の子供、若者と家族](#) に関する詳細は、下記をご覧ください。

## 投薬

COVID-19 によるパンデミックが進むにつれて、薬剤師の薬処方の方法が変更されました。これには

薬の再処方または緊急時の処方薬の提供も含まれます。薬剤師は処方箋無しで新薬を提供することは出来ません。薬局のサービス訪問に置ける変更に関する詳細は、[ブリティッシュコロンビア薬科大学のページ](#) をご確認ください。 [新型コロナウイルス \(COVID-19\)](#)。

## 役立つ資料

COVID-19 および州のパンデミックに対する対応に関して多くの情報があります。ヘルスリンク BC **8-1-1** がブリティッシュコロンビア州民に健康に関する情報および助言を提供するために使っている

信頼できる情報源のリストに関しては、[COVID-19 に関する役立つリソース](#) をご確認ください。

他言語による COVID-19 に関する情報は、[BC 州疾病管理センターのページ](#) をご確認ください。

**翻訳内容** ページアメリカ手話によるビデオも利用可能です。

自身の健康に関する懸念や質問に関しては、ヘルスリンク BC (8-1-1)までいつでもご連絡いただくか、かかりつけ医に相談してください。

**最終更新:** 2021年7月8日

コロナウイルス感染症(COVID-19)ヘルス・フィーチャーにて提供されている情報は、

BC州疾病管理センターの情報を採用しています。検査、BC州疾病管理センター:症状、BC州疾病管理センター:マスク、BC州疾病管理センター:旅行、BC州疾病管理センター:COVID-19ワクチン、カナダ政府旅行、検査、隔離および国境そしてカナダ政府:COVID-19ワクチン予防接種済み旅行者のカナダへの入国 ページ、2021年7月6日アクセス

---

HealthLinkBCファイルトピックスに関しては、[www.HealthLinkBC.ca/healthfiles](http://www.HealthLinkBC.ca/healthfiles) をご覧いただくか、お近くの公衆衛生局をお尋ねください。緊急を要しない健康情報および助言については、[www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) をご覧いただくか、**8-1-1**(フリーダイヤル)までお電話ください。耳が不自由な方、難聴の方は、**7-1-1**までお電話ください。依頼に応じ、翻訳サービスは、130以上の言語で利用可能です。