アメリカ渡航で考えた　ちぐはぐな日本の新型コロナ対応

2022/6/2　山本佳奈・ナビタスクリニック内科医、医学博士 毎日新聞

新型コロナウイルスの感染症対策による厳しい行動制限のなかった今年のゴールデンウイーク（GW）を利用し、2年ぶりにアメリカに行ってきました。パスポートさえあれば出国できたこれまでの海外渡航と異なり、日本とアメリカにおける新型コロナに対する考え方やその対策の違いを痛感した旅でもありました。印象的だったのは、科学に基づき個人の判断や行動を尊重しようとするアメリカの姿勢でした。アメリカでの体験から見えてきた日本のちぐはぐなコロナ対応について、私の考えをお伝えしたいと思います。

ロサンゼルス国際空港の到着ロビー。新型コロナの無料検査所が設置されていた＝2022年5月3日（現地時間）、筆者撮影

渡米、抗原検査で大丈夫？

今回の渡米で、私の最大の懸念は「無事に出国できるのか」ということでした。コロナ禍の渡航であるため、パスポートや航空券を準備する以外に、入国を希望する国が提示する入国条件を調べ、指定された必要な資料をそろえ、フライト直前までコロナに感染しないように最大限配慮する必要があったからです。勤務先のクリニックでは PCR 検査を実施しない日はなく、感染リスクは職業上、避けられません。手洗いや消毒の徹底はもちろん、診察室の換気に加え、睡眠や食事には今まで以上に気を使いました。

新型コロナの変異株「オミクロン株」の感染拡大以降、2歳以上の全渡航者に求められるアメリカの入国条件は、

・フライト出発の「1日以内」に受けた新型コロナウイルス検査の陰性証明書
・新型コロナウイルスのワクチン接種証明書

の提示です。アメリカ入国時に有効とされるコロナウイルスの検査は「核酸増幅検査」と「抗原検査」です。これまでいろんな国に対応した渡航用のコロナ検査にクリニックで携わってきましたが、核酸増幅検査に含まれる PCR 検査を希望される方にしかお会いしたことがありません。私も PCR 検査を希望するも、フライト前日が勤務日であり、即日検査結果が分かる施設に行く時間がなかったため、勤務先のクリニックで抗原検査を受けて陰性を確認することにしました。

航空会社や米疾病対策センター（CDC）が記載しているフライト条件を何度も確認したのですが、「渡航用の抗原検査の経験がなく、迅速抗原定性検査で本当に出国できるのか」不安で仕方がありませんでした。しかしながら、チェックイン時に提出した抗原検査による陰性証明書とワクチン接種証明書をさっと確認されただけで、後は今まで通りの手続き。荷物検査も出国審査も待ち時間はなく、30分足らずで出発ゲートに到着することができ、安

堵（あんど）するとともに拍子抜けしてしまいました。

アメリカのマスク着用、「義務」から「推奨」へ

今回の渡米で、私が注目したのはマスクの着用です。今年 4 月 18 日、フロリダ州連邦地方裁判所は、CDC が策定した公共交通機関でのマスク着用義務の延長を無効とする判決を下しました。その結果、CDC が昨年 1 月 29 日に出した飛行機や電車、バスやフェリーなどの公共交通機関の車内、空港や駅、港などの交通拠点でのマスクを義務づける命令は効力を失い、CDC はマスク着用を「義務」から「推奨」へとトーンダウンさせました。

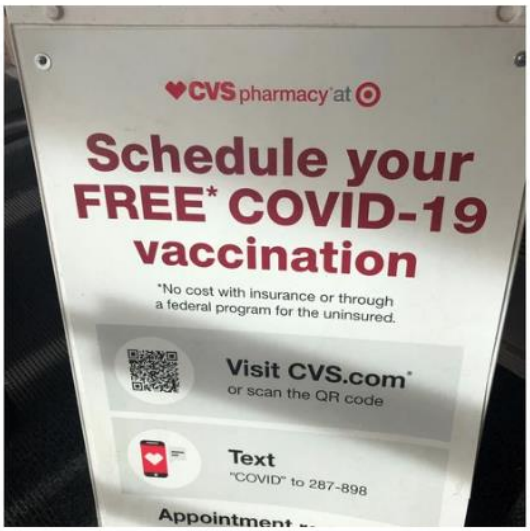
新型コロナは、ウイルスを含む空気中の微粒子（エアロゾル）を介して感染することが明らかになっています。国立感染症研究所も今年 3 月、主要な感染経路の一つとして認めました。**コロナ感染は屋内で起こり、感染予防に最も有効なのは「換気」することです。**室内であっても換気を徹底すれば感染リスクが低くなることが分かっています。公共交通機関でのマスク着用義務の延長を無効とする判決を受け、米運輸保安局も公共交通機関でのマスク着用を求めないことを発表したのは、ある意味、科学的であるとも言えるでしょう。

そもそも、マスクにはどの程度、感染予防効果があるのでしょうか。今年 1 月に米エール大学の研究チームが科学誌「サイエンス」に発表した論文によると、バングラデシュで 34 万人が参加した臨床試験では、マスクを着けると発熱や倦怠（けんたい）感などコロナ感染のような症状を示した人が 11.6%、コロナ抗体陽性者は 9.5%それぞれ低下したといいます。

確かに、マスクには一定の有用性がありそうですが、それでも予防効果は 1 割程度とみられます。さらに、今年 2 月に韓国の研究者らが「医療ウイルス学」に発表した論文では、複数の臨床研究をまとめて解析したところ、皮膚に密着する N95 マスクはコロナ感染を 7 割減らしたが、私たちが日常的に使用している医療用マスクでは有効性は証明できなかったといいます。

日本では、マスクを着用すればコロナを予防できるようにどうも考えられているような雰囲気がありますが、コロナ予防の観点からみて、マスクが完璧であるとは言い切ることは難しそうです。

今年に入ってからでしょうか。カリフォルニア州在住の友人から「みんな、もう普通に生活しているよ。ジムでたまにマスク姿を見かけるくらいで、ほとんどの人がつけていない。マスクしているのは、ワクチン接種していない人とか、重症化のリスクが高い人だと思う」と聞いていたこともあり、マスクを着けずに生活できることは楽しみでした。



アメリカ・アリゾナ州フラッグスタッフのドラッグストアにあった新型コロナのワクチン接種の広告＝2022年5月12日（現地時間）、筆者撮影

とはいえ、CDC がマスクの着用を引き続き「推奨」していることもあるのでしょうか。成田空港からロサ

ンゼルス国際空港まで利用した全日空（ANA）の機内では、マスク着用を促すアナウンスがあり、乗客は皆マスクをしていました。軽食をとった後、うっかりマスクをせずうたた寝してしまったところ、マスクを着用するようにと注意を受けました。

ロサンゼルス国際空港に到着すると、閑散としていた成田空港とは違い、異なる言語を話す多くの人が入国審査を受けるために並んでいました。入国審査では、陰性証明書や新型コロナウイルスワクチン接種証明書の提示を求められることはなく、コロナ前と同様に、入国の理由や滞在先などを聞かれるだけでした。ちなみに、これらの書類の提示をアメリカ滞在中に求められることも、一切ありませんでした。

ロサンゼルス国際空港に到着して感じたのは、アメリカでは人も経済もすでに動いているということでした。到着ロビーには迎えのための多くの人が待っていました。無事にアメリカに着いたという安堵と解放感から、入国審査が終わり空港を出た瞬間、私も自然とマスクを外していました。

街中にコロナの無料検査所

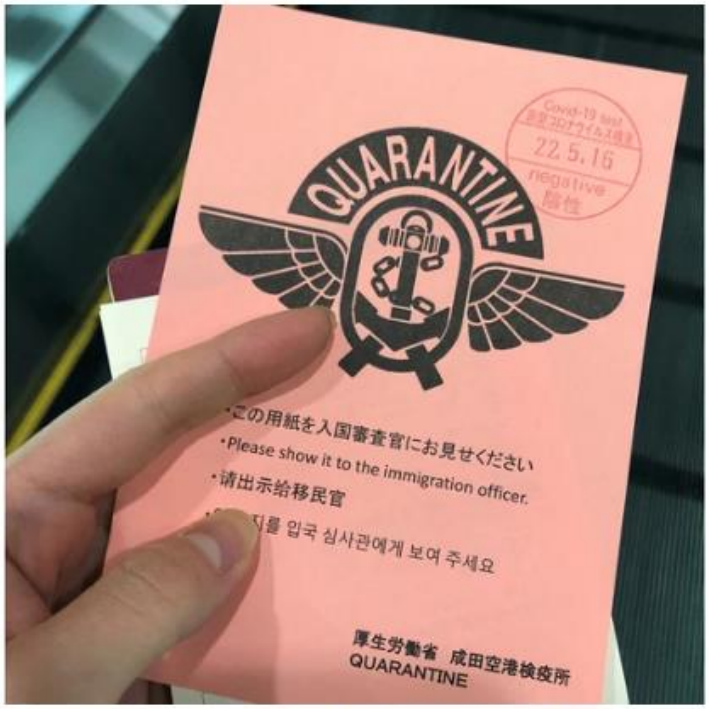
到着ロビーで目についたのは、新型コロナウイルスの無料検査スポットです。入り口には検査の案内板が置かれ、折りたたみ式の机がいくつか並べられ、検査エリアが設けられているだけの簡易な施設でした。そのような無料検査スポットは、街の至る所で見かけることができました。歩道に簡易テントで屋根を作り、その下に机が一つあり、検査希望者にスタッフが説明しているようでした。並んでいるのは、ご高齢の方が多い印象でした。

無料検査スポットがたくさん設置されていることは、発熱など自覚症状から「コロナかもしれない」と思った時に近所で容易に検査が受けられるだけでなく、感染リスクの高い人への定期検査や、人と会うための念のための検査が近所で受けられる環境があることを意味します。

これまで、外来診療において PCR 検査を勧めた際、「隔離になると困るので検査はしません」という声をたくさん聞いてきました。また、「コロナ感染の可能性がある」と医療者が判断したのなら PCR 検査や抗原検査は無料で受けられますが、それ以外は自費扱いとなり安くない費用がかかります。アメリカのように容易に無料で検査ができ、陽性だったら症状が改善するまで強制ではなく、自主的に隔離する方向に日本も転換できればいいと思います。

私も日本に帰国する際の条件に従い、フライトの 72 時間前までに PCR 検査を受けました。指定された場所に行くと、街中で見かけたようなテントが張られていて、1 人の男性スタッフが待機していました。事前予約で送られてきていた QR コードを読み取り、別のところで待機している医師とテレビ電話をつないで、検査の目的や当日の体調など簡単な問診の後、テントで待機していた男性が鼻腔（びくう）のぬぐい液を採取してくれて終了。持参していた結果を記入する用紙（日本政府が使用を推奨している陰性証明書）を提出したところ、クリニック名や担当者の名前を記入し、検査の種類や検査結果は明日届いた結果を自分で記入するようにと、指示がありました。

クチン接種促す大型広告



成田空港で入国する際に手渡された新型コロナ検査の陰性証明＝2022年5月16日、筆者撮影

約 2 週間マスクをせず、レストランや美術館、スーパーマーケットや観光地を訪問したので、「万一、陽性が出たらどうなるのだろうか」と多少の不安感はあったので、翌日の早朝に「陰性」の結果がメールで届いた時には「これで帰国できる」と安心しました。自分で検査結果や検査方法を記入し、帰国当日に持参したところ、チェックイン時点でその陰性証明書と結果が届いたメールの両方を確認され、無事チェックインすることができました。

ちなみに、PCR 検査をしてくれた男性スタッフからは、「いろんな国の渡航用の検査をしてきたけど、書類の形式が決まっていたり、検査項目の指示も多かったりと、日本はクレイジーだよ」と言われてしまいました。

PCR の無料検査スポットの他に、街中で印象的だったことは、ロサンゼルス市内の高速道路沿いにワクチン接種を促す大型の広告が掲げられていたことでした。5 歳くらいの男児の写真とともに、「ワクチンはあなたを強くする」というメッセージが掲げられていました。

日本でワクチン接種を促す広告といえば、自治体の看板に張られた接種会場の案内でしょうか。東京都が駅に出している広告にもワクチン接種について触れられてはいますが、脳裏に焼き付くようなインパクトのある広告ではないように感じます。

CDC によると、今年 5 月 18 日時点において、5 歳から 11 歳のアメリカの子どもの 35%が少なくとも 1 回の新型コロナウイルスワクチン接種を終え、28%が 2 回の接種を終えているといいます。また、子どもの 1 回目のワクチン接種率は、州によって 16%から 66%と大きく異なっているのが現状です。またパンデミック（世界的大流行）以降、アメリカでは 5 歳から 11 歳までの 480 万人以上の子どもが新型コロナウイルス感染症と診断され、1 万 5000 人が入院し、180 人以上が亡くなりました。

追加接種は新型コロナウイルス感染症の重症化に対する防御を回復・強化することから、5 月 19 日には、CDC は 2 回の新型コロナウイルスワクチン（ファイザー製）接種を終えてから少なくとも 5 カ月後に、5 歳から 11 歳の子どもに 3 回目の追加接種を推奨することを決定したばかりです。今後もアメリカでは高速道路沿いで何度も見かけたような、特に小

児のワクチン接種を促す広告が見られるのではないでしょうか。

リスクに応じてマスク着用を判断するアメリカ

ロサンゼルスの空港を出た時に外したマスクですが、街中では多くの人がマスクをせずに日常を過ごしていました。もちろん、マスクを着用している人も見かけないわけではありません。スーパーマーケットやファストフード、カフェなどのスタッフなど、不特定多数の人と接する仕事をしている人の多くはマスクを着用しており、また、美術館や博物館、スーパーマーケットの中など室内では、マスク着用率が少し高かったように感じました。それもそのはずです。CDC は、アメリカの各地の感染リスクをコロナの流行状況に応じて高（High）・中（Medium）・低（Low）の 3 段階に分け、そのリスクに応じたマスクの着用を推奨しているからです。例えば、リスクが低い地域の場合、「あなたの個人的な好みに基づいてマスクを着用してください」と書かれています。リスクが中等度の場合、免疫が低下している場合か重症化のリスクが高い場合、あるいは重症化のリスクの高い人と接する機会が高い人にマスクの装着を推奨しています。そして、リスクが高度の場合、「予防接種の状況や個人のリスクに関係なく、公共の場での屋内で適切にマスクを着用してください」としています。

つまり、「個人がどの程度の感染リスクを負うかを考えて行動せよ」ということです。私が訪れたロサンゼルスの感染リスクは「中程度」だったので、ワクチンの追加接種を済ませていて、既往歴がなく、重症化リスクの低い私は、「重症化リスクの高い人と接する機会が多ければマスクを装着すればいい」ということになります。また、サンディエゴは「低程度」だったので、「私の個人的な好みに基づいてマスクを着用すればいい」ということになり、私は自分で着用しないことを選択したということになります。

依然多い日本のマスク着用

日本はというと、CDC のような感染リスクに応じた明確なマスク推奨の指示はなく、感染予防対策の一つとして「マスク着用のお願い」がされてきました。義務ではないにもかかわらず、マスクをしていない人を見かけることはほとんどありません。すでに、映画館や美術館、ショッピングセンターなどの公共施設では、通常の施設換気に加え、天井が高く、空気の希釈が進むため、比較的安全な場所と言えると論じられているのに、日本ではマスクを着用していないと入店をお断りされてしまう有り様でした。

5 月 20 日、新型コロナウイルス対策としてのマスク着用に関する日本政府の見解が発表されました。屋外であれば会話がない場合、会話があっても距離が 2 メートル以上離れている場合、ランニング中、自転車を運転しているときは着用の必要はなく、屋内であれば通勤電車内など、人と距離を確保できない場合は会話の有無にかかわらず「着用を推奨」とし、距離を確保できる場合は、ほとんど会話しなければ着用は不要、会話するとしても十分な換気などの感染防止対策が取られていれば外すことも可能となりました。

しかしながら、街中でマスクを着用している人は依然として多いように感じます。私はアメリカでの経験もあり、政府の見解が発表されて以降、リスクに応じて着用するかどうかを自己判断するようにしています。新型コロナウイルスは根絶されず、共存していかなければならないとなると、誰かの指示に従うのではなく、マスク着用において科学に基づく個別具体的な判断が必要であると考えるからです。

帰国早々、観光客の入国の規制緩和を段階的に行っていくという報道がありました。6 月

から１日当たりの入国・帰国者数の上限を現在の１万人から２万人程度に倍増し、外国人観光客の本格的な受け入れ再開に向けて政府は動き出しているようですが、多くの人が飛行機や新幹線、鉄道や車を使って国内を旅行している一方、依然として海外からの観光客の受け入れ規制を継続するということに他なりません。水際対策は、新型コロナウイルス感染症が国内に流行していない場合は有効ですが、オミクロン株を含めコロナ感染が拡大してしまった今、厳しい水際対策は意味がありません。

厳しい日本の水際対策に批判も

国際航空運送協会（IATA）のウィリー・ウォルシュ事務総長は５月 17 日、世界各国がコロナ規制を相次ぎ緩和・解除する中で、日本と中国は依然として厳しい水際規制を敷いており、国境を閉じ続けることは回復の足かせになるとして両国を名指しで批判するとともに、日本政府に対して新型コロナウイルス対策の入国制限を撤廃するよう求めています。

日本人は私のように検査さえパスすれば、観光目的で海外に行き、帰国することができるのに、日本人以外は日本への入国が制限されているというのは矛盾していると感じます。観光はダメで、ビジネスや留学ならいいというのもへんな話です。ベトナムやフィリピン、マレーシアなど東南アジアでも、この春から規制解除や緩和に伴い、外国人観光客を呼び戻す動きが加速しているようです。日本でも、早く規制が解除され、活気を取り戻す日が一日も早くやって来ることを願っています。