

新型コロナ流行中に安全で楽しいハロウィンを過ごす方法

家族と個人向けのガイダンス



本ガイドはCOVID-19のリスクを軽減しながらハロウィンを楽しむための提案です。幸いなことに、ハロウィンの多くのアクティビティは屋外で行われますが、特に地域内のCOVID-19レベルが高くなっている場合、懸念すべきリスクがあります。

ハロウィンのアクティビティを計画する際には、ご自身やご家族のリスクレベルを考慮し、COVID-19がより簡単に拡散する場所を覚えておきましょう:

- 換気の悪い閉鎖された場所
- 多くの人が側にいる混雑した場所
- 特に人々が近い距離で話したり、笑ったり、叫んだり、激しく呼吸する濃厚接触する状況

世帯内にワクチン未接種の人がいる場合、より安全なハロウィンのオプションを選びましょう。これはワクチン未接種の高齢者、特定の医療状況を持つ人、免疫が弱っているワクチン接種者にとって特に重要です。[リスク軽減](#)のウェブサイトから、安全に過ごし、COVID-19の拡散を予防するための詳細をご覧ください。



ハロウィンに向けて今ワクチン接種を受けましょう。ご自身、またはご家族がCOVID-19ワクチン接種対象の場合、可能な限り早くワクチン接種を受けることを優先してください。これはホリデーシーズンを楽しむ時に追加の保護を提供します。インフルエンザに対するワクチンも受けましょう。

より安全なハロウィンのオプション

より安全なハロウィンのオプションとは、他者からの距離を簡単に確保でき、正確にマスクを着用し、特にワクチン接種の有無や近日中のリスクが不明な人々と接触することを避けられる状況を意味します。

より安全なアクティビティのアイデアは以下を含みます:

- スカベンジャーハント: 異なる種類のデコレーションなどのハロウィンのテーマの物を屋外で探すよう、リストをお子様に与えましょう。世帯外の人と距離を保ちましょう。
- オンライン上でバーチャルコスチュームパーティーを行う。
- 知っている世帯の家族とお菓子を交換する。玄関にハロウィンのお菓子を置いて子供達をびっくりさせましょう。
- お子様が見つけられるようにお菓子を家の中に隠して、自宅でトリック・オア・トリートをする。ご自身が隠れてびっくりさせることもできます!
- 家族で怖い映画を見たり、ハロウィンのクラフトやカボチャを彫るパーティーを行う。
- 屋外で近所の人とコスチュームパレードを開催する。物理的距離を置くことをお忘れなく。混雑してきたときにはマスクを着用しましょう。



トリック・オア・トリート

人々が玄関や歩道、または人気のある場所に集まったりすることがあるため、各家に訪れるトリック・オア・トリートは多くの世帯の人々が濃厚接触することに繋がります。「トランク・オア・トリート」(複数の家を渡り歩くのではなく駐車されている車を訪れてお菓子を受け取る)も似たようなリスクを与えます。

10-6-21

[VaccinateLACounty.com](https://www.vaccinatelacounty.com)

(Japanese)



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

新型コロナ流行中に安全で楽しいハロウィンを過ごす方法

家族と個人向けのガイダンス



以下はこれらのアクティビティを安全に行う方法です:

トリック・オア・トリートをする子供たち

- **小さなグループで行う。**グループを世帯内のみ、またはよく知っている人々との小さなグループに制限してください。たくさんの異なる世帯の家族と接触することを避けましょう。トリック・オア・トリートを一緒に行う人を決めるために、ワクチン接種の有無や近日中のリスクを躊躇せずに尋ねましょう。
- **マスクを着用する。**マスクがコスチュームの一部になるように工夫しましょう。コスチュームのマスク(お面など)はCOVID-19に対する保護を提供するフェイスマスクの代替とはなりません。
 - コスチュームのマスクをフェイスマスクの上に着用しないでください。呼吸が難しくなる場合があります。
 - 混雑した屋外の場合、または他者と屋内で過ごさずを得ない場合、マスクを着用しましょう。
 - 特にワクチン接種を完了していない異なる世帯を含むあなたのグループ内の人、全員が常時正確にマスクを着用していることを確認しましょう。
- **他のトリック・オア・トリートのグループから距離を保つ。**他のグループから少なくとも6フィート離れた歩道で順番を待ちましょう。ポーチや玄関先で他のグループと集まらないようにしましょう。
- **手を清潔に保つ。**トリック・オア・トリート中にお子様たちが手を清潔に保てるよう、手指消毒剤を持参しましょう。洗っていない手で食べたり顔を触らないよう、お子様に注意しましょう。
- **柔軟性を持つ。**家や歩道が混雑してきた時に、後で戻ってきたり、他の混雑していない道を選びましょう。
- **屋内の場を避ける。**世帯外の人と屋内で過ごす場合、常時マスクを着用しましょう。



お菓子を提供する人

お菓子を提供する人は、あなたが許容できるリスクのレベルを考慮しましょう。玄関に出てお菓子を提供することは、たくさんの異なる人と濃厚接触することになります。ワクチン接種を完了していない場合や、COVID-19から病気になるリスクの高い人は、より安全なハロウィンのオプションを選びましょう。

お菓子を提供する際にリスクを軽減する方法:

- お菓子を屋外で提供する。
- 玄関の外にお菓子を出して置く。少なくとも6フィート離れた場所にお菓子の袋を置いてトリック・オア・トリート参加者が取れるようにしましょう。
- トリック・オア・トリート参加者に玄関で接する場合はフェイスマスクを着用する。N95マスクや二重マスク(サージカルマスクの上に布製マスクを着用する)など、より高レベルの保護を提供するマスクを着用しましょう。
- 順番待ちができるよう、歩道から玄関まで6フィート離れた場所にテープを貼って表示する。
- お菓子をラッピングペーパーの筒からトリック・オア・トリート参加者のバッグにスライドするなど、距離を保ちながら楽しい方法でお菓子を提供する。



10-6-21

[VaccinateLACounty.com](https://www.vaccinatelacounty.com)

(Japanese)



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

新型コロナ流行中に安全で楽しいハロウィンを過ごす方法

家族と個人向けのガイダンス



全ての年齢層の人向けのハロウィンのヒント

ハロウィンは小さな子供向けだけではなく、以下はティーンエイジャーのオオカミ人間や大人のお化けや怪物向けのヒントです:

- **小さな屋外での集会を行う。**屋内では、安全にできる場合は窓やドアを開けて換気を良くしてください。
- **人々が集まって叫んだりする屋内のホーンテッドハウスを避ける。**大声を出したり叫ぶとき、人々は小さな飛沫を放出します。それらの飛沫は屋内に溜まるため、感染者がいた場合にCOVID-19を拡散するリスクを増加します。
- **混雑した場所を避ける。**特に屋内の混雑した場所で過ごすことは、あなたのリスクを増加します。
- **マスクを着用する。**鼻と口を覆う、きちんとフィットしたフェイスマスクをコスチュームの一部にしましょう。コスチュームのマスクはCOVID-19に対する保護を提供するフェイスマスクの代替とはなりません。他者と屋内で過ごす場合や屋外の混雑した場所では、常時マスクを着用しましょう。
- **柔軟性を持つ。**居心地が悪くなったり、COVID-19がより簡単に拡散する場所にいることに気づいた場合、計画を変更したりその場から出るような柔軟性を持ちましょう。例えば、たくさんの人がマスクを着用していない、雑音のうるさい混雑した屋内のバーやレストランなど。

近所の人、子供達、そして地域の全ての人のCOVID-19のリスクを軽減するご協力、ありがとうございます。安全で楽しいハロウィンをお過ごしください！



ワクチン接種を受けることは、COVID-19に対する保護を受ける最善方法です。

お近くの無料ワクチンを見つけるには、[VaccinateLACounty.com](https://www.vaccinatelacounty.com) の「[ワクチン接種方法](#)」をクリックするか、年中無休で午前8時から午後8時半まで営業している公衆衛生局のワクチンコールセンターに833-540-0473まで電話をしてください。多くの接種場では予約の必要はなく、無料の交通手段が提供される場合もあります。健康保険の必要はなく、滞在資格を問われることはありません。家から出られない人向けに、自宅訪問でのワクチン接種も提供しています。

10-6-21

[VaccinateLACounty.com](https://www.vaccinatelacounty.com)

(Japanese)



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health