

4月30日、ブリティッシュ・コロンビア（BC）州保健省は、新型コロナウイルス(COVID-19)に関し、新たに740名の感染が判明し、その結果、BC州内での累計感染者数が129,482名（入院：511名（そのうち集中治療室：174名））に達した旨発表しました。誰もが感染予防措置を心がけており、また、ワクチン接種も当初の予定を前倒しする形で引き続き実施されているにもかかわらず、1週間で5,724名もの新規感染者が発生するなど、依然として大変厳しい状況が続いています。

ご承知のとおり、最近の新規感染者の急激な増加を受け、BC州政府は、すべての食品および酒類を提供する施設での屋内飲食の禁止などをはじめとした行動制限措置を5月25日深夜まで延長しています。これに加える形で発表された、州の保健機関管轄地域間を不要不急の娯楽目的で移動することを禁じる行動制限措置も、同じく5月25日まで有効です。これらに違反した場合、高額の罰金の対象となりますので、呉々もご留意ください。

窮屈さが増すばかりの状況ではありますが、在留邦人の皆様におかれましては、上記の公衆衛生命令に引き続き留意しつつ、これまで同様、たとえ軽度であっても発熱等の症状があるときは出かけず、密閉、密集、密接の「3密」を避け、「物理的距離(physical distance)」を維持し、手洗いや手指消毒を励行するなど、これまで実践されてきた感染症対策を引き続き励行して、感染予防に努めてください。

もし発熱など新型コロナウイルスへの感染が疑われるような症状が出た場合には、「811」に電話してその後の対応について相談してください。通話は無料です。「ジャパニーズ、プリーズ」と伝えれば、通訳サービスも無料で利用できます。英会話に不安がある方も、躊躇せずご利用ください。検査については日本語の案内もあります。

新型コロナウイルスの影響が当初思われていた以上に長引き、様々な面で「自粛」を強いられていることによるストレスや、感染への不安や孤独などから来る疲れ、または外出自粛などによりストレスがたまったお子さんへの対応に困るイライラや疲労などを過度に感じていませんか。ご承知のとおり、新型コロナウイルスは、皆さんの精神面・心理面に対しても大きな影響を及ぼしています。適度な睡眠や食事を規則正しくとるようにしつつ、軽い運動も心がけてください。また、人との接点が少ないと気持ちが内向きになりやすいため、電話やオンラインでの交流も今は意識的に行うようにしましょう。

次に、先日、令和3年春の叙勲受章者が発表され、日本とカナダとの相互理解促進に貢献されたとして、当館管轄区域にお住まいの津田佐江子さんが旭日小綬章を受章されたとの嬉しいお知らせが届きました。心よりお喜び申し上げます。

次に、当館よりご協力をお願いしたいことがございます。日本政府は、百歳を迎える日本人の方に対し、その長寿を祝いかつ多年にわたり社会の発展に寄与されてきたことに感謝の意を伝えるべく、内閣総理大臣からのお祝い状及び記念品の贈呈を毎年実施しています。海外に在留している日本国籍保持者の方も贈呈の対象となりますので、特に今年表彰の対象となる、1921年（大正10年）4月1日から1922年（大正11年）3月31日までの間に生まれた日本国籍者をご存じの方は、当館までご連絡いただきますよう、ご協力をお願いします。

最後に一つ、ちょっと怖い話を。今日でなんと4月が終わりますよ。歳を重ねると、この時の流れの速さが怖くありませんか。そして、単純に歳を重ねることと、大人になることとは違う気がして、人生って難しい。。。それでは皆様、素敵な週末を有意義にお過ごしください。

（参考）

- BC州保健省：<https://news.gov.bc.ca/ministries/health>
- ・30日の発表：<https://news.gov.bc.ca/releases/2021HLTH0031-000815>
- ・BC州全域を対象とした新たな公衆衛生命令（店内飲食提供の禁止など；5月25日深夜まで）：<https://www2.gov.bc.ca/gov/content/covid-19/info/restrictions>
- ・保健機関管轄地域を跨ぐ不要不急の娯楽目的での移動の禁止（5月25日まで）：<https://www2.gov.bc.ca/gov/content/covid-19/travel/current>
- ・緊急事態宣言の延長（5月11日まで）：<https://news.gov.bc.ca/releases/2021PSSG0030-000776>

・BC州の最新モデリング（4月15日付）：<http://www.bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19/modelling-projections>

●BC州におけるワクチン接種計画：

【日本語版】<https://www2.gov.bc.ca/gov/content/covid-19/translation/jp>
<https://www2.gov.bc.ca/gov/content/safety/emergency-preparedness-recovery/covid-19-provincial-support/vaccines#phases>
<https://news.gov.bc.ca/releases/2021PREM0015-000355>

●新型コロナウイルスに感染したと思ったら？

・新型コロナウイルス自己診断ツール：<https://covid19.thrive.health/>

・811-Health Link BC-：<https://www.healthlinkbc.ca/about-8-1-1>

・新型コロナウイルス検査について（日本語）：

https://www.healthlinkbc.ca/hlbc/files/coronavirus_testing-j.pdf?fbclid=IwAR1sCjw_pEVuXpKpW5YSKPC0iuupg-2hbShGXIQFAKpd1pTGzip_Xwr_J58

【日本帰国予定の方必読！】

●日本入国時における水際対策に係る新たな措置について：

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00209.html

●厚生労働省ホームページ水際対策の抜本的強化に関するQ&

A https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/covid19_qa_kanrenkigyuu_00001.html

（問い合わせ窓口）

○厚生労働省新型コロナウイルス感染症相談窓口（検疫の強化）

日本国内から：0120-565-653

海外から：+81-3-3595-2176（日本語、英語、中国語、韓国語に対応）

（1）出国前72時間以内の検査証明書関連

●検査証明書フォーマット：https://www.vancouver.ca/emb-japan.go.jp/itpr_ja/11_000001_00139.html

●日本入国時に必要な検査証明書の要件について（検体、検査方法、検査時間）：

<https://www.vancouver.ca/emb-japan.go.jp/files/100177586.pdf>

●日本入国の際に必要な検査証明書に関するQ&A：<https://www.vancouver.ca/emb-japan.go.jp/files/100179148.pdf>

●BCCDCによる検査証明を取得できるクリニックなどの紹介：<http://www.bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19/testing/testing-information>

・Bon Voyage Medical：<https://www.bonvoyagemedical.com/>

・Integrated Wellness Medical Centre (Tri-Cities)：<https://www.integratedwellness.clinic/>

・YVR Medical Clinic：<https://yvrmmedical.com/>

・Ultima Medical：<https://ultimamedical.com/>

・Iridia Medical：<https://www.covidconciierge.ca/bookings-checkout/asymptomatic-covid-19-testing>

【注意】

（1）検査証明書には日本政府指定のフォーマットにある「検査証明書へ記載すべき内容」が全て書かれるか

- (2) 検体採取の方法が単なる「Nose Swab」ではなく、「Nasopharyngeal Swab(鼻咽頭ぬぐい液)」であるか
- (3) 証明書にも検体採取の方法のところに「Nasopharyngeal Swab」とちゃんと書いてもらえるか
- を必ずご自身で確認するようにしてください。

(2) スマートフォンの携行、必要なアプリの登録・利用：
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00250.html

(3) 質問票の提出：https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00251.html

(4) 誓約書の提出：https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_00209.html

【カナダに戻る予定の方必読！】

●カナダ連邦政府による、カナダ入国に関する新たな水際対策：<https://www.canada.ca/en/public-health/news/2021/02/government-of-canada-expands-restrictions-to-international-travel-by-land-and-air.html>

●自己隔離用ホテルのリスト及び予約方法：<https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection/latest-travel-health-advice/mandatory-hotel-stay-air-travellers/list-government-authorized-hotels-booking.html>

●カナダ入国に際する陰性証明書の提示義務：<https://www.canada.ca/en/transport-canada/news/2020/12/pre-departure-covid-19-testing-and-negative-results-to-be-required-for-all-air-travellers-coming-to-canada.html>
<https://travel.gc.ca/travel-covid/travel-restrictions/flying#health-check>

●ArriveCan を通じた「自己隔離計画」などの義務化
<https://www.canada.ca/en/public-health/news/2020/11/government-of-canada-announces-new-mandatory-requirements-for-travellers-to-canada.html>

●日本出発時に新型コロナウイルス感染症の検査を受けられる機関の検索・予約（T e C O T）：
<https://www.tecot.go.jp/>

●カナダ移民局問い合わせ先：<https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/corporate/contact-ircc/client-support-centre.html>

●東京のカナダ大使館連絡先（日本語可）：Tokyoimmigration@international.gc.ca

●新型コロナウイルス感染者が搭乗したフライト・座席などの情報：
<https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection/latest-travel-health-advice/exposure-flights-cruise-ships-mass-gatherings.html>

●B C 州における新型コロナウイルス感染者発生場所などの情報：<http://www.bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19/public-exposures>
(※ページ中段の「Regional exposure events」から各保健機関管轄地域を選択)

●カナダ連邦政府によるカナダ入国制限：
https://twitter.com/CanBorder/status/1363087656733835266?ref_src=twsrc%5Etfw%7Ctwcamp%5Et

[weetembed%7Ctwterm%5E1363087656733835266%7Ctwgr%5E%7Ctwcon%5Es1 &ref_url=https%3A%2F%2F1ifevancouver.jp%2F2021%2F02%2Fnews%2F189706.html](https://www.cbsa-asfc.gc.ca/services/covid/menu-eng.html)
<https://travel.gc.ca/travel-covid>

●米国との国境管理に関する合意（5月21日まで通行規制を延長）：<https://www.cbsa-asfc.gc.ca/services/covid/menu-eng.html>

●カナダ国民と永住権保持者の近親者のカナダ入国許可について：
<https://www.canada.ca/en/border-services-agency/news/2020/06/changes-to-travel-restrictions-for-immediate-family-members-of-canadian-citizens-and-permanent-residents.html>

●昨年10月2日に発表されたカナダ入国制限の一部緩和措置：
<https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/news/2020/10/government-introduces-new-border-measures-to-protect-canadian-public-health-provides-update-on-travel-restrictions.html>

・カナダ国民と永住権保持者の遠戚者など(Extended Family)や考慮すべき事情を有する渡航者(Compassionate Traveller)のカナダ入国許可について：<https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/news/2020/10/update-on-travel-restriction-exemptions-for-extended-family-members-and-for-compassionate-reasons.html>

・留学生のカナダ入国許可について：<https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/news/2020/10/update-on-travel-restriction-exemptions-for-international-students.html>

●ワーキングホリデー参加者の入国のための許可証の延長申請：<https://secure.cic.gc.ca/enquiries-reseignements/canada-case-cas-eng.aspx>

●厚生労働省「新型コロナウイルス感染症対策（こころのケア）」：
https://kokoro.mhlw.go.jp/etc/coronavirus_info/

●新型コロナウイルス感染症（COVID-19）に対応する職員のためのサポートガイド：
http://www.jrc.or.jp/activity/saigai/news/200330_006139.html

●新型コロナウイルス感染症対応に従事されている方のこころの健康を維持するために：
http://www.jrc.or.jp/activity/saigai/news/200911_006383.html

●新型コロナウイルスの3つの顔を知ろう！～負のスパイラルを断ち切るために～：
<http://www.jrc.or.jp/activity/saigai/news/pdf/211841aef10ec4c3614a0f659d2f1e2037c5268c.pdf>

●感染症流行期にこころの健康を保つために：
http://www.jrc.or.jp/activity/saigai/news/200327_006138.html

●東京医科大学病院・渡航者医療センターによる、海外在留邦人向け「新型コロナウイルス感染症よろず相談窓口」：<https://www.vancouver.ca.emb-japan.go.jp/files/100045596.pdf>

●経済活動再開に向けたBC州のロードマップ詳細版：https://www2.gov.bc.ca/assets/gov/public-safety-and-emergency-services/emergency-preparedness-recovery/recovery/gdx/bcs_restart_plan_web.pdf

●日本年金機構
<https://www.nenkin.go.jp/oshirase/taisetsu/2020/202006/2020061001.html>

<https://www.nenkin.go.jp/service/jukyu/tetsuduki/kyotsu/jukyu/20150129.html>

ねんきんダイヤル：+81-3-6700-1165

●日本郵政によるカナダ宛国際郵便物の取り扱い変更について：

https://www.post.japanpost.jp/int/information/2020/1126_01.html

https://www.post.japanpost.jp/int/information/2020/1126_01_01.pdf

●海外居住の邦人向け母子健康手帳について：

https://www.mofa.go.jp/mofaj/ic/ghp/page3_000780.html

●BC疾病管理センター(BC Centre for Disease Control)

<http://www.bccdc.ca/>

<http://www.bccdc.ca/health-info/diseases-conditions/covid-19>

●バンクーバー市：<https://vancouver.ca/home-property-development/covid-19-coronavirus-within-vancouver.aspx>

●リッチモンド市：<https://www.richmond.ca/safety/COVID-19.htm>

●バーナビー市：<https://www.burnaby.ca/City-Services/Public-Safety/Novel-Coronavirus--COVID-19-.html>

●コキットラム市：<https://www.coquitlam.ca/public-safety/public-health-information/COVID19>

●ノースバンクーバー市：<https://www.cnv.org/city-services/health-and-public-safety/emergency-preparedness/covid-19>

●ウエストバンクーバー：<https://westvancouver.ca/news/covid-19-updates>

●サレー市：<https://www.surrey.ca/city-government/30805.aspx>

●ニューウェストミンスター市：<https://www.newwestcity.ca/2020/03/12/coronavirus-covid-19.php>

●デルタ市：[http://www.delta.ca/services/public-safety/coronavirus-disease-\(covid-19\)](http://www.delta.ca/services/public-safety/coronavirus-disease-(covid-19))

●ラングレー市：<https://langleycity.ca/news/coronavirus-covid-19-update-march-16-2020>

●ウィスラー：<https://www.whistler.ca/services/emergency/covid-19-coronavirus>

●ビクトリア市：<https://www.victoria.ca/EN/meta/news/news-archives/2020-news/covid-19-information.html>

●ナナイモ市：<https://www.nanaimo.ca/city-services/emergency-services/emergency-management/city's-response-to-covid-19>

●ケロウナ市：<https://www.kelowna.ca/notices/city-kelownas-response-coronavirus-latest-updates>

●カムループス市：<https://www.kamloops.ca/safety-bylaws/emergency-programs/covid-19>

●ペンティクトン市：<https://www.penticton.ca/EN/meta/city-news/news-archives/2020-archives/coronavirus-covid-19-information.html>

●バンクーバー・コースタル・ヘルス(Vancouver Coastal Health)

※バンクーバー、リッチモンド、サンシャインコースト、ウィスラーなど

<http://www.vch.ca/>

●バンクーバー島保健局(Vancouver Island Health Authority)

※ビクトリア、ナナイモなど

<https://www.islandhealth.ca/>

●フレイザー・ヘルス(Fraser Health)

※バーナビー、ホワイトロック、ホープ市など

<https://www.fraserhealth.ca/>

●インテリア・ヘルス(Interior Health)
<https://www.interiorhealth.ca/Pages/default.aspx>

●ノーザン・ヘルス(Northern Health)
<https://www.northernhealth.ca/>

※BC州にお住まいで地域の保健局が不明の場合は
<https://www2.gov.bc.ca/gov/content/health/about-bc-s-health-care-system/partners/health-authorities/regional-health-authorities> の地図をご参照ください。

●ユーコン準州保健社会局
<https://yukon.ca/en/department-health-social-services>

●外務省海外安全ホームページ
<https://www.anzen.mofa.go.jp/index.html>

●厚生労働省
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000164708_00001.html

●当館休館日：https://www.vancouver.ca.emb-japan.go.jp/itpr_ja/hours_holidays_j.html

●当館領事窓口時間変更のお知らせ：https://www.vancouver.ca.emb-japan.go.jp/itpr_ja/11_000001_00034.html

※このメールは在留届にて届けられたメールアドレス、メールマガジン及び「たびレジ」に登録されたメールアドレスに自動的に配信されています。

※「たびレジ」簡易登録をされた方でメールの配信を停止したい方は、以下のURLから停止手続きをお願いいたします。

<https://www.ezairyu.mofa.go.jp/tabireg/simple/delete>

令和3年4月30日

在バンクーバー日本国総領事館
電話：1-604-684-5868
メール：consul@vc.mofa.go.jp