

北海道と北海道民を愛する皆さまへ

北海道内の新型コロナウイルス感染拡大を抑えるためのお願い

2020年4月28日

北海道大学医学研究院公衆衛生学 玉腰暁子

新型コロナウイルス感染症の広がりを受け、4月16日、それまで7都府県対象であった緊急事態宣言の対象が全国に拡大されました。感染拡大防止に向けて一人一人ができる対策として、専門家会議から「人との接触を8割減らす、10のポイント」が発表され、大型連休を迎える中、東京都では「ステイホーム週間」を設定するなど、様々な呼びかけがなされています。

北海道は、特に患者数、増え方のスピード、孤発例の割合から、他の12の都府県とともに特定警戒都道府県とされています。4月27日時点の累計患者数は650人、毎日の報告患者数に減少傾向がみられないこと、クラスターも発生していることから、まだ収束には程遠い状況です。

でも、私たちには、この危機に対応する力があるはずです。

皆さんの行動が、新しい感染を防ぎます。いつ、どこで、誰と会ったか、この数日間の自分の行動を振り返ってみてください。リスクの高い場ではありませんでしたか？ また、これまで会っていた人の数や外出機会を減らす方法を考え、できることから実行しましょう。一度にできなくても、一つずつ少しずつでも実施することが大切です。周囲の方とも意識を共有し、一緒に取り組みましょう。誰もが感染する可能性があります。感染が拡大し、医療機能が崩壊することで、救える命が救えなくなるような事態が生じることを皆さんの行動で阻止してください。

一方で、私たちの生活を支えるための食料や日用品の生産、運搬、販売に関わる方々、電気・ガス・水道といったライフラインの維持に関わる方々、生活の維持に必要な行政機関で働く方々、私たちの安全と暮らしを守る方々、医療機関で働く方々、保育や介護の現場を支える方々、その他多くの皆さまは、自身が感染リスクにさらされながら、日々の仕事に従事されています。その活動に心から感謝し、敬意を表したいと思います。

この取り組みは長期戦になるでしょう。効果を見つつ対策を緩和したり強化したりを繰り返すことになると考えられます。新型コロナウイルス感染症を私たちが克服できる頃には、人との交わり方を中心にこれまでとは異なる価値観を持つ社会が誕生しているかもしれません。それでも、健康がとても重要な財産であることには変わりがないと思います。30年以上前にまとめられたオタワ憲章では、健康の前提条件として「平和、住居、教育、食料、収入、安定した生態系、持続可能な資源、社会的公正と公平」が挙げられています。拡大防止に向けた外出自粛等が求められる中でも、将来に向けてこの前提条件が崩れることがないように、犠牲者が出ることのないよう、社会全体に目を向けた対策が適切なタイミングで進められることも重要です。

でも、まずはご自身の生活から。身体が弱らないよう、心が折れないよう、規則正しい生活を心がけ、毎日の生活にちょっとした喜び、楽しみを見つけていきましょう。

皆さまには、今後とも、ご自身と大切な方、そして北海道を守るため、デマに惑わされることなく、引き続きリスクを避ける行動をとられるよう、お願いいたします。