

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8月7日

北海道大学大学院医学研究院公衆衛生学 玉腰暁子

緊急事態宣言解除後しばらく落ち着いていた新型コロナウイルス新規感染者数は、人の往来が盛んになるのに比例するかのように全国的に増加し、最近では1日あたり1000人超、と宣言解除前より多くなりました。関東、関西、東海圏に比べると、現時点で北海道は、幸いそこまで患者が急増しているようには見えません。しかし、GO TO トラベルで道外からの旅行者が少しずつ増え、また明日から9連休という方もいらっしゃる中、お盆を迎えての帰省もあり、これからの増加が危惧されます。

新型コロナウイルス感染症対策の難しいところは、無症状あるいは軽症の方も多い中で、症状が出る前でも、人に感染させるということです。そしてその結果はおおよそ2週間経たないとわかりません。これは、人と人との接触が増えて感染が広がってきていても、それに気づけるのは約2週間後であることを意味し、逆に、効果的な対策がとれたとしても、その効果はすぐには表れないこととなります。また、感染した人のうち重症化するのは20%程度とされていますが、基礎疾患がある方や年齢の高い方でこの割合が高くなること、発症から重症化まで1週間から10日程度かかることがわかっています。したがって、人と人との接触が増える中、ウイルスが自覚症状のない方たちの間で伝播し、やがて重症化しやすい方たちへと広がっていけば、気づいたときには医療機関に大きな負担がかかっていること、また亡くなる方も出てくること懸念されます。

感染を疑っていない状況にあって、家庭内で予防策を講じ続けることは困難です。私たちにとって重要なことは、だれもが感染しうる、感染させうると考え行動すること、また家庭内に持ち込まないようにすることです。この数日、自分がどこに立ち寄ったか、誰と会ったか、覚えていらっしゃいますか。せっかくの夏休みシーズンではありますが、感染者が増えている地域やリスクの高い場所への移動・訪問はできるだけ止めるとともに、引き続き一人一人が感染予防を意識して行動していきましょう。

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、リスクを避ける行動をとられるよう、お願いいたします。

北海道の皆様へのお願い

- (1) 「換気の悪い密閉空間」、「人が密集している」、「近距離での会話や発声が行われる」ことが重なるような場は避けましょう
- (2) 体調が悪い時は外出を控えましょう
- (3) 手洗いの習慣を維持しましょう
- (4) 熱中症に注意しつつ、人混みが避けられない場所ではマスクをしましょう
- (5) 自分自身も感染者になりうると考えて行動しましょう