

新型コロナウイルスを

追っ払おう

新型コロナウイルスが手強いわけ

新型コロナウイルス（以下、ウイルス）は、鼻の奥やのど、肺の細胞に入り込んで増殖し、かぜ症状や肺炎を起す病原体です。感染した人の約2割に重症状が出て、100人中数人が亡くなります。性質はインフルエンザウイルスと似ていますが、新しいタイプのウイルスであり、ワクチンや治療するためのお薬など、対抗手段を持っていないために一気に広がり、発生の報告があつてから、わずか3カ月で世界中で流行する状態（パンデミック）となりました。



重症になるのは高齢者や持病がある人が多いですが、持病などが無い健康な若者も亡くなっています。「自分は若いから大丈夫」というわけでもなさそうで、かなり手強い相手です。

さらに厄介なのは、このウイルスは、感染してから発症までに数日かかることや、感染しても症状が出ない人がいることから、自分も周りも気がつかないうちに、ウイルスを拡



散している可能性があるということです。

ウイルスはそこらへんにいる

ウイルスの特徴からすれば、感染者として報告されている人数とは別に、市中にはすでに多くの感染者がいることが予測されます。ということは、「自分は今日感染していません、明日どこかで感染するかも」「感染していないつもりでも、実は誰かにうつしているかも」という状況にあるということです。そして、この状態が続く、感染者が爆発的に増えると、医療機関がパンクして多くの命が失われることになり、ますので、なんとしてでも避けたいところです。

考えられる対抗手段は何か

なんとかできないか。常套手段は、①ウイルスを直接攻撃する薬剤を開発する、②身体の中にウイルスに対抗する物質（抗体）を作らせるワクチンを開発する、もしくは、③市民の多くが感染して集団全体として抵抗力がつくのを待つ、などです。



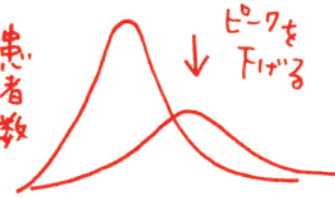
しかし、いずれもうまくいくかはわからず、うまくいったとしてもかなりの時間がかかります。そこで、感染者が爆発的に増えることを防いで、時間稼ぎをすることを考えます。

薬やワクチンがない状況でウイルスから人や生活を守るには

対策の一番は、とにかく、「新たに感染する人を出さないこと」。なので、ミッションは、「自分がうつらないようにする、人にうつさないようにする」ことです。

ウイルスは、人間の身体を自分の仲間を増やす道具として利用し、人から人にうつることで勢力を拡大しますので、それを邪魔してやれば、追っ払うことができます。また、人の身体を離れて物に付着したウイルスは、数時間は生きていますが、石けんやアルコール消毒で退治できます。ウイルスの外側は脂の成分でできていて、石けんやアルコールで壊れるからです。

患者数



ミッション「うつらない、うつさない」

ただし、このミッションは、みんなで一緒にやらないと効果が薄いので、共同作戦が必要です。どう行動すればよいかは、ウイルスの性質を知っていれば簡単です。基本的にはなるべく人と会わない、会うときは距離をとる、マスク・手洗いをする、などです。いずれもふだんやることではないので、めんどくさいのは確かです。また、仕事や活動ができなくて生活に支障が出る人も大勢いますので、支援が必要どころです。

作戦には多くの痛みや不利益も伴い、容易ではありません。しかし、なんとかしのいでウイルスを追っ払わないことには、その先の生活がありません。少しでも早い収束をめざして、まずはウイルスのウラをかき、拡大を阻止してやろうじゃないですか！

作戦がうまくいけば

- ・ ウイルスは勢力を拡大できず、追っ払える
- ・ 医療機関は、きちんと患者さんの治療ができる

- ・ 社会への影響をなるべく少なくしておく



ミッション「うつらない、うつさない」

作戦その1

人と会わない、会うときは距離

- ・ 人と会う機会を減らす、なるべく家で過ごす
- ・ 人と会う場合は、換気がよい場所で手が届かない距離を保つ

なんで？

- ・ ウイルスは、人と人を介して勢力を拡大する
- ・ 感染者は市中に大勢いる、誰もが感染している可能性あり
- ・ 症状がなくても感染しているかも、人にうつすかもしれない



作戦その3

手や、触る物を消毒

- ・ 外では、顔（特に、目、鼻、口）をさわらない
- ・ マメに手洗い。水、石けん、アルコールなんでもOK
- ・ ドアノブや、共用パソコンなどは消毒する
- ・ 一皿の料理をみんなで食べたりしない

なんで？

- ・ ウイルスがついた手で目・鼻・口を触れば、身体にはいる



作戦その2

マスクでつば飛び防止

- ・ 話をする時はマスク、食事中はしゃべらない

なんで？

- ・ ウイルスは、咳・くしゃみ・つば・呼気に出る



作戦その4

体力と気力を維持

- ・ きちんと食事、十分な睡眠、適度な運動。生活を楽しむ
- ・ 怒りや不安がわいたら、それに気づく。できれば手放す。

なんで？

- ・ 体力を保っておけばウイルスにやられにくい
- ・ 怒りや不安にはまると、自分もまわりもつまらんことに

