

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

北海道大学医学研究院公衆衛生学 玉腰暁子

現在の北海道の感染状況と今後

推定される発症者数は、日毎に急速に増加しています。しかし、今からすぐ、この1-2週間の間、人と人との接触を可能な限り控えるなど、積極的な対応を行えば、感染拡大を急速に収束させられると考えられています。しかし、そうした対策を実施しないと、急速に北海道全体に感染者が拡大し、一定の潜伏期間後に発症者が急増、医療機関の能力を超えた患者が発生する恐れがあります。こうなってしまうと、新型コロナ肺炎患者だけでなく、医療を必要とする他の疾患にも多大な影響を与えます。北海道大学では、構成員への通知、ならびにHPで、蔓延を防ぐためのお願いをしています (<https://www.hokudai.ac.jp/news/2020/01/post-622.html>)。

現在わかっていること（新型コロナウイルス厚生労働省対策本部クラスター対策班の分析より）

（1）症状の軽い人からの感染拡大：症状の軽い人も、気がつかないうちに、感染拡大に重要な役割を果たしてしまっています。なかでも、若年層は重症化する割合が非常に低く、感染拡大の状況が見えないため、結果として多くの中高年層に感染が及んでいると考えられます。

（2）一定条件を満たす場所からの感染拡大：これまでに国内で感染が確認された方のうち重症・軽症に関わらず約80%の方は、他の人に感染させていません。一方で、一定条件を満たす場所において、一人の感染者が複数人に感染させた事例が報告されています。具体的には、ライブハウス、スポーツジム、屋形船、ビュッフェスタイルの会食、雀荘、スキーのゲストハウス、密閉された仮設テント等です。このことから、屋内の閉鎖的な空間で、人と人とが至近距離で、一定時間以上交わることによって、患者集団（クラスター）が発生すると考えられています。

北海道の皆様へのお願い

（1）換気が少ない閉鎖空間で複数人が一定時間、手を伸ばせば触れる距離間で会話をするような機会を避けること（例えば、カラオケボックス、クラブ、懇親会、食事会、合宿、自宅での大人数での飲み会など）。ただし、症状のない方にとって、屋外での活動や、人との接触が少ない活動をする（例えば、散歩、ジョギング、買い物、美術鑑賞など）、手を伸ばして相手に届かない程度の距離をとって会話をするなどことは、感染のリスクが低い活動です。

（2）国内旅行（実家への帰省含む）や海外旅行、不要不急な国内・国外への出張については、北海道内で感染リスクがあることから、当面の間控えることが望まれています。海外や全国への感染を広げることにつながる行動は避けてください。

（3）軽い風邪症状（のどの痛みだけ、咳だけ、発熱だけなど）でも外出を控えてください。

皆さんが、人が集まる風通しが悪い場所を避けるだけで、多くの人々の重症化を食い止め、命を救えます。