

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3月21日

北海道大学医学研究院公衆衛生学 玉腰暁子

鈴木北海道知事は、2月28日より出されていた緊急事態宣言を3月19日に終了すると発表しました。この間、3回の週末を外出、特に風通しの悪く人が大勢集まるような場所を避けて過ごされた方が多いと思います。ご予約のある中、リスクを避ける行動をとってくださいましたことに、感謝申し上げます。

北海道では「爆発的な感染拡大と医療崩壊は回避された」との判断がなされました。しかし、世界に目を向けると、この1-2週間、驚くようなスピードで感染が拡大し、医療機能が追いつかない国も出てきました。また、国内でも感染は続き、道内でも感染がなくなったわけではありません。

残念ですが、新型コロナウイルスに感染するリスクを0にすることはできません。しかし、皆さま一人一人が感染リスクを避ける行動をとられたことで、最悪のシナリオを避けられることが示されました。もちろん、今も多くの方は感受性がある（まだ新型コロナウイルスに対する免疫を持っていない）ため、感染が散発することは避けられないでしょう。ただ、感染が拡大し、医療機能が崩壊することで、救える命も救えなくなるような事態が生じないようにしたいものです。しばらくは、感染状況を注意深く監視しながら、状況に合わせて必要な措置が取られていくものと考えられます。

なにも症状のない方については、外出そのものを控える必要はないと考えられます。家に閉じこもりがちな生活は、体力の低下や気力の消失につながります。暖かくなってきましたので、公園に出かけたり、散歩したりもお勧めです。ただ、感染がおこりやすいことがわかっている「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」は引き続き避けていただければと思います。

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、改めてお願いいたします。

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