

道民が一致団結すれば、感染コントロールと社会経済活動の両立が可能となる『北海道モデル』を提案します。

まず新型コロナウイルス感染症の3つのポイントを理解する必要があります。

- ①診断されていない無症状や軽症状の感染者から感染が広がっている。
- ②感染経路は主に飛沫感染と接触感染。
- ③マスクは感染者がつけたときに大きな効果を発揮する(飛沫防止に加え、感染者が鼻口に触れて手を汚す危険が激減するので接触感染も激減する)。

上記①②③から自然に導き出されるのが『全員マスク作戦』です。これは、特別な疾患・仕事の人や乳幼児を除く道民全員が約1ヶ月間マスクをする作戦です。結果的に無自覚の感染者も全員マスクをすることになります。

今までは、いくら外出時にマスクをして3密を避けていても、マスクをしていない人が傍に来て咳やくしゃみをしたり、しゃべったりすると、感染のリスクがありました。

つまり、外出先が安全かどうかは、人任せにならざるを得ませんでした。

しかし、『全員マスク作戦』を実行すれば、外出先での飛沫感染はほとんどなくなり、接触感染のリスクも相当減るはずで、あとは自分が適切なタイミングで正しく手洗いをすればよいのです。

マスクにはある程度自分の身を守る役割もありますが、もっと重要な役割は「周りの人や物をウイルスから守る」ことです。一人でもマスクをしていない人がいたらリスクが残りますが、全員がマスクをしたら、その場は飛沫感染に関して安全な空間に変わり、結果的に自分の身を守ることができます。「人を守れば自分も守れる」のです。

『北海道モデル』は『全員マスク作戦』をその中心に据えた出口戦略及び再流行対策です。

1. 全員マスクができる活動から自粛解除。
2. どうしてもマスクができない活動はしばらく(約1ヶ月)自粛となるので、必要に応じ援助。
3. 各団体・個人の「マスクをしていない人は御遠慮ください」の対応は期間限定で認める。
4. 約1ヶ月全員マスクをして、適切な手洗い等を行えば感染はほぼ収束するので、その後は段階的にマスク着用を解除し、マスクができない活動も自粛解除。
5. 感染が再度拡大する兆しが見えたら、『全員マスク作戦』で対応(マスクできない活動だけ自粛)。

これを基本とし、分野毎に調整、配慮すれば、感染コントロールと社会経済活動の両立は可能と思われます。

マスクがあれば、全国どこでも、世界どこでもこの方法が行えます。

一方、いくら感染が収束してきても、『全員マスク作戦』のない自粛解除はリスクを伴います。

いつマスクや手洗いをすべきかに関しては補足が必要で、企業やイベント運営者等にお問い合わせすべきことは別途ありますが(3密回避、換気、消毒)、『北海道モデル』の基本的な考え方は以上です。

国からのマスク配布が始まり、緊急事態解除が目前に迫った今が『北海道モデル』を打ち出すタイミングです。

参考資料:『北海道版 新型コロナウイルス対策』当クリニックで作成し掲示している道民向けのポスターです。北海道の感染収束に向けて自由に御利用いただけると幸いです。力を合わせて頑張りましょう。