

「健康で心豊かに長生きをしましょう。」

令和4年2月25日

村山 章

新型コロナウイルス感染症がなかなか収束しません。第6波は感染力の強いオミクロン株のようです。2月3日の読売新聞に掲載されていた記事の内容をまとめると次のようになります。理化学研究所や神戸大などのチームが2日、理研のスーパーコンピューター「富岳」による新型コロナウイルスの変異株「オミクロン株」のリスクの計算結果を発表。マスクを着用しても、50 cm以内の近距離で会話すると感染の確率が高まることが分かったと言い、接触時間の短縮なども呼びかけているとのこと。また、マスクを着用した感染者と室内で15分間しても、1 m以上離れば感染確率はほぼゼロとも書かれていました。したがって、マスクを正しく着用して、1 m以上のソーシャルディスタンスをとって話せば感染しないこととなります。日々の業務では15分間話すことはあまりないでしょうし、会議の場合はほかの対策をとれば済みます。マスクがあつたら仕事にならないという職業は、歌手などごく一部に限られそうです。したがって、感染症対策の基本はマスクの着用と、データでも有効性が証明されるワクチン接種とよいでしょう。そのうえで肝心の社会経済活動を進めて行かなければいけません。社会経済活動の継続ができなくなれば、さまざまな業界のさまざまな人の間で悪循環がドンドン広がります。

仕事には大なり小なりストレスが伴います。居酒屋で同僚と飲みながら話をしたりしてストレスを発散することもあるでしょう。同じように、ファミリーレストランでストレス発散をしている方も多いと思います。居酒屋でもファミレスでも徹底した感染症対策実践しているようですが、マスクを外す、付けるという行為を飲食を行うごとに一回一回繰り返しながら話しているのは、逆にストレスになりかねません。車で移動している最中に、一人で思いきり大きな声を出して歌うとか、とりあえずは自分の趣味でストレスを発散していきましょう。