

☆☆☆コロナとわたしたち①☆☆☆

緊急事態宣言が解除され、一か月以上が過ぎました。自粛緩和で一息ついているところです。ただし、元の生活に戻ったわけではなく、感染予防のための、あらたなルールや制限のある生活は続いています。今、私たちが直面する課題を、下に記してみました。ご参考にしていただけましたら幸いです。

2020年7月 青塚 徹

1. 「目に見えないがやり続けなければならない」

生物としての人間は、目の前に迫る危険に対しては、即座に反応し危険を避ける行動をとります。一方、確実にあるけれども、目には見えず、今すぐ身に迫る可能性が低い危険に対しては、危険回避の本能が働きにくい面があるようです。

マスクの着用、消毒、人との距離に気をつけるなどといった感染予防の行動は、「コロナウイルスへの感染」という危険を避けるために行っています。しかし、ウイルスは目に見えず、感染の可能性はすぐではないため、危険回避の本能が働きにくく、行動を続ける切迫した気持ちは持ちにくいのかもかもしれません。さらに、感染予防の一つ一つの効果ははっきり目に見えません。このため、行動を続けることへのモチベーションを、保ちにくいとも言えます。しかし一方、やり続けなければ、感染の可能性は確実に高まっていき、自分や他人が危険にさらされることとなります。

今のところは、「目に見えないがやり続けなければならない」ことだと自分に言い聞かせ、しんどいですが続けていくしかありません。

2. 「確率は低いが下げ続けなければならない」

もし仮に、今この1時間だけマスクをしなくても、ウイルスに感染したり、人に感染させたりする確率は、それほど高くはないのかもかもしれません。しかし、1日マスクをしないでいれば、その確率は少し高くなり、1週間マスクをしないでいれば、その確率はまた少し高くなり、1か月マスクをしないでいれば、さらにまたその確率は高くなっていくのでしょう。

今から1時間後にウイルスに感染している確率は低いのかもかもしれません。しかし、1か月後の確率は、誰にも分かりません。

私たちは、日々の生活を続けていくのに精一杯で、今起こる確率が低いことに対しては、あまり労力を割く余裕がありません。しかし、感染予防とは、自分や他人の感染の確率を下げていくことです。余裕がない中ですが、「確率は低いが下げ続けなければならない」と自分に言い聞かせ、当面は感染予防を生活の一部としていくしかありません。