

# ロータリーは機会の扉を開く

## Rotary Opens Opportunities

2020-21年度 RI会長／ホルガー・クナーク  
 RI.D2590ガバナー／吉田 隆男  
 横浜旭RC会長／田川 富男

国際ロータリー第2590地区

### 横浜旭ロータリークラブ

事務所 横浜市旭区二俣川1-37-3 NUTS1階／〒241-0821  
 TEL.045-465-6702／FAX.045-465-6712  
 http://yokohamaasahirc.cho88.com  
 Email:asahirc@titan.ocn.ne.jp

例会場 横浜市旭区二俣川1-45-30工藤ビル  
 (榎岡田屋3階会議室)

例会日 毎週水曜日／12時30分～1時30分



横浜西部病院へフェイスシールド寄贈

鶴ヶ峰中学職業講話

旭ふれあい区民まつり

2021年4月7日 第2433回例会 VOL. 52 No. 13

■司 会 副SAA 目黒 恵一

■開会点鐘 会 長 田川 富男

#### ■出席報告

会員数	24名	本日の出席数	19名
本日の出席率	86.36%	修正出席率	

#### ■本日の欠席者

嶋崎、宋、福村

#### ■他クラブ出席者

北澤（地区オンライン）

#### ■ゲスト

岩室 紳也様

（ヘルスプロモーション推進センター代表医師）

#### ■1, 2, 3, 4月誕生記念祝



二宮 登会員（1.26）佐藤真吾会員（2.6）

田川富男会員（3.30）市川慎二会員（3.9）

佐藤利明会員（3.23）齋藤善孝会員（4.29）

#### ■ポールハリスフェロー表彰

二宮麻理子会員（PHF）太田勝典会員（PHF 6）

佐藤利明会員（PHF4）



#### ■ひな祭り



#### ■会長報告

久しぶりの例会で何から話しをしたらよいか、わかりません。みなさんはこの間どのように仕事や生活を送っていましたか？世間一般では緊急事態宣言の解除、成果と考えられ収束に向かっていると思いたいですが、油断禁物で第4波の危険性を同時に感じています。ワクチン接種でより高い効果を期待しております。

本来ならば昨年開催されるはずだったオリンピックも丸一年がすぎ、賛否両論はありますが、今年は開催される模様です。当クラブ

でも会員の皆さんが我慢をしていただきまして絆が維持していることに感謝申し上げます。

今日の卓話は目黒会員の紹介で岩室先生に新型コロナウイルス感染についてお話を伺いと思います。又、ガールスカウトとの共同活動であります万騎が原方面の清掃も計画中です。詳細は新川会員よりお願い致します。

今後につきましてはは5月末迄現況通り月2回、6月以降は感染拡大の状況をふまえながら週1回に戻したいと考えております。

### ■幹事報告

1) 例会臨時変更のお知らせ

○横浜瀬谷ロータリークラブ

日時 4月2・9・16・23日(金)時間短縮例会  
12:30～13:15 \*当分の間昼食なし

日時 4月30日(金)休会

○新横浜ロータリークラブ

日時 4月2・9・16・23日(金)通常例会

日時 4月30日(金)休会

○横浜保土ヶ谷ロータリークラブ

日時 4月27日、5月4日(火)休会

○大和ロータリークラブ

日時 5月5日(火)休会

日時 5月11日(火)→9日(日)家族会へ振替

日時 6月29日(火)休会

### ■退会挨拶

柳沢 哲也

皆さんこんにちは。私事で恐縮ですがこの度横浜銀行鶴ヶ峰支店より移動となりました。銀行に入って丁度30年になります。全部で10箇所勤めて参りまして、その内5箇所支店長をいたしました。ロータリーは泉ロータリーと横浜旭の2クラブで活動しました。鶴ヶ峰支店は3年おりましたが最後の一年コロナで、市場の方もそうですがロータリーの皆さんとお会いすることが少なくなり寂しいと思っております。次は銀行から離れ外部に出向という形になります。今度はスーパーの店舗開発に携わる予定です。



私は旭区住民で、以前にもお話ししましたが、少年野球で監督やって旭区内をウロウロしておりますので、今後もお世話になることもあ

るかと思えます。大変お世話になり、ありがとうございました。

### ■次年度会長、北澤会員より

例会終了後に次年度の理事会を開催いたします。次年度の組織票表を皆様にお送りさせていただきました。コロナ禍のため皆様と十分な打ち合わせを行うことが出来ず、ご希望に沿うカタチではないかもしれませんが、ご理解願います。

### ■青少年委員会

新川 尚

今週の10日土曜日10時から二俣川駅から大池公園まで、毎年のクリーン作戦を行います。昨年はコロナで行うことが出来ませんでした。今年を行いますので、ご出席の人数を確認したいので、名簿を回覧いたします。

### ■ロータリー財団委員会報告 増田嘉一郎

1月21日ロータリー財団のグローバル奨学金の応募がありました。グローバル奨学金というのは、ロータリーの6つの重点分野のいずれかで活動する大学院レベルの学生、研究者を対象とするものであり、応募者は「経済と地域社会の発展」という分野での応募でした。

2月10日にガバナー事務所を借りて、会長、幹事、新川会員と私で面接を行い地区へ推薦しました。しかし、3月15日に地区推薦基準に達しないということで地区の推薦は得られませんでした。地区の推薦者は4名、補欠候補者2名ということで、応募者の多さに驚かされたのですが、残念な結果となりましたことを報告いたします。

### ■雑誌委員会「友」紹介

五十嵐 正

友4月号を紹介する前に3月号の記事で皆さんに是非読んで頂きたい記事を紹介いたします。それは縦組みのスピーチの記事。企業による共助「業助」、災害に備えるために企業がすべきこと。この記事は長岡造形大学環境デザイン学科助教の福本壘先生の記事です。

ロータリアンの繋がりや取組を災害に備える地域コミュニティ形成への貢献が親睦や会員拡大へと繋がり、クラブにとって実に意味ある事とあります。内容は、東日本大震災を経て地元企業が、地域復興を牽引する役割の大切さ、その中で岩沼RCの活動を紹介しております。

また、今月の俳壇では吉原会員の

「薄髪の最後一すき冬帽子」

が第一席を飾っております。祝！

4月号では縦組みスピーチには、カーリング女子の本橋麻里さんの記事、0から1をつくるが目を引きます。又、現在SDGsが世界の目標として提唱されておりますが、表紙裏にあるロータリーの7つの重点目標をご存知でしょうか。今月横組みトップでは、その目標の一つ母子の健康、日本の母子に出来る事、性教育は生きていく力をつけることとして、宇部RCの産婦人科医金子さんの活動が紹介されております。またその次の記事、静岡大学教育連携講座として静岡RCの活動が紹介されております。我が旭でも地元フェリス連携した活動が出来ないものかと思いました。

最後にP 35で私達の行動計画、クラブに出来る事として、焦点を当てる→集める→伝える→力を注ぐ。我がクラブ活性化に繋がる指針ではないかと思いました。

■ニコニコBOX(会員敬称略)

田川 富男/皆さんにお会い出来たことだけで充分です。今後も絆を大切にしていきたいと思えます。岩室先生、本日はよろしくお願ひ致します。

二宮麻理子/お久しぶりです。皆様にお会いできて嬉しいです。ポールハリスフェローを頂きました。有難うございます。

佐藤 真吾/久しぶりの例会を祝して。皆様お元気そうで何よりです。岩室先生、コロナ禍の大変お忙しい所、当クラブにお越しくださり有り難うございます。又、誕生祝を頂き有り難うございます。

二宮 登/①皆様に3ヶ月ぶりにお会い出来、うれしいです。「コロナ」に打ち勝ちましょう。②86回目の誕生祝を頂き有難うございます。③岩室紳也先生の卓話、楽しみにしています。

吉原 則光/旭ロータリーの活動が一日も早く正常に戻ることを祈り、かつ会員各位のご健勝を！

北澤 正浩/①岩室様、卓話をよろしくお願ひ致します②妻にお花をいただき、ありがとうございます。

関口 友宏/お久しぶりです。皆さん、お変

わりありませんか。

新川 尚/例会再開を祝して。

岡田 隆/岩室様、本日の卓話、宜しくお願ひ致します。

目黒 恵一/岩室先生ようこそ！卓話宜しくお願ひ致します。

五十嵐 正/①皆さんお久しぶりです。久々の例会楽しみでした。②柳沢さん、お世話になりました。今後ともご活躍期待しております。

兵藤 哲夫/何度聞いても役に立つ。何度聞いても面白い。本日はよろしくお願ひします。

安藤 公一/①久しぶりの例会、宜しくお願ひします。妻への誕生祝のお花有り難うございました。②柳沢さん、お世話になりました。お元気で。平子さん、これから宜しくお願ひします。

柳沢 哲也/お世話になりました。旭区住民ですのでいろいろな所でお会いする事もあると思えますので、今後共よろしくお願ひ致します。

齋藤 善孝/皆さん、お久しぶりです。元気で過ごしてでしょうか。

市川 慎二/①誕生祝を有難うございます。②岩室先生、卓話宜しくお願ひします。

佐藤 利明/①お久しぶりです。誕生祝を頂きまして80才になりました。②岩室先生、卓話よろしくお願ひします。

■卓話/コロナ禍での私たちの暮らし

岩室 紳也様

【卓話者紹介】

1981年3月 自治医科大学医学部医学科卒業後、泌尿器科とエイズ診療を行う一方で公衆衛生、健康づくりを全国で展開中。1986年4月神奈川県立がんセンター泌尿器科に勤務時から二俣川に在住。東日本大震災の被災地、陸前高田市には震災直後から現在に至るまで現地で健康なまちづくり活動支援中。

2014年4月～、個人事務所ヘルスプロモーション推進センター(オフィスいわむろ)を設立。健康づくり前半の講演会を全国で実施。火曜日は厚木市立病院泌尿器科で診療。

コロナ禍以降、市民目線でコロナ予防の指導を夜の街や様々な店舗に出向いて展開。テレ朝「報道ステーション」「大下容子のワイドスクランブル」BS-TBS「報道1930」等に出演。



皆さんこんにちは、只今目黒さんに紹介して頂きました岩室でございます。

私は、感染症予防を主にやっております。何故予防かと申しますと、実は厚木市立病院でエイズの患者さんの診療もやっているのですが、何よりも大事なのが予防なんです。その観点で30分お話をさせていただきます。

私はコロナが出てから生活がなにも変わっておりません。変わっているとすれば目黒さんの所に飲みに行けなくらいです。病院には病原体がいっぱいおります。変わったのは、今迄マスクしなくても良かったのにしなくてはいけなくなりました。それも正直言って無駄なマスクをしています。

私は、世の中のいろんなものがウイルスで汚染されていると考えています。ですから病院から帰った時に私は先ず事務所にしている自分の部屋に物を持ち込みます。物を置いて直ぐに服を脱ぎ風呂に入ります。体についたウイルスを洗い落とします。風呂に入ってから食事をします。こういう事を徹底していれば、実はインフルエンザを発症したこともありません。ワクチンを打った事もあります。感染してないとは申し上げておりません、そこが難しいところです。無症状感染ということもあります。

### 新型コロナウイルスについて 気をつけたいのはどっち？

1. 人が大勢いる場所に行かない  
ウイルスをばらまいている人は  
行動(咳、会話、等)を見ればわかる、避けられる
2. 人が大勢いた場所に行かない  
ばらまかれたウイルスは見えない  
つい油断してしまう



皆さんの思いはどちらでしょうか。

- 1) とにかく感染したくない。
- 2) できれば感染したくない。

おそらく多くの方がとにかく感染したくないとお思いでしょうが、そういう方は、ずっと一人で閉じこもりましょう。それしかありません。今日皆さんには感染予防方法をしっかり勉強していただきたいと思います。

一方で、密密、と話がありますが、人が大勢いる場所の方が実は安全なんです。咳しているかどうか分かるんです。ばら撒かれたウイルスは見えないんです。是非何故とか根拠を考えて欲しいんです。何故マスクをするのか、何故手洗いをするのか、何故換気なのか。実は換気という言い方自体も問題だと思っています。三密には感染経路の表現が一つもありません。



ウイルスで大事なのは、ウイルスがどこからどこへどうやって行くかということです。例えば二人で対面した状態していると感染経路が繋がります。でも背中合わせであったらどうでしょう。全く問題ないんです。スーパーで前の人の頭の後ろしか見えてないのでどうして2m離れなくてはならないのでしょうか。全く非科学的です。熱をよく測りますが、実は無症状の人の方が13倍多いんです。ということはイベントをやる時、皆さん熱を測りますね、「いやー申し訳ないのですが、あなた帰って」と言った瞬間に無症状の感染力を持った人が13倍中にいると思わなくてはなりません。

コイントレーをよく使っていますが、皆さんはこれをどんなイメージで使っているのでしょうか。そこにコインを置くと吸着剤になると思っているのでしょうか。実は直接手渡しの方が絶対安全なんです。コイントレーには今迄使った人のウイルスが全部残って、それを付けたコインが渡されるのです。

## コイントレーは何のため？



予防のつもりでかえって危険なのは、例えば飛行機内でCAが予防の為手袋を着用しサービスをされますが、その手袋洗ってますか。私達医師は一人の患者さんを見たら手袋を全部替えます。それが常識です。

偉そうに言っている私ですが、昔の私はエイズの予防はノーセックスかコンドームとだよと言ってました。実はこの正解で傷つく人はどなたでしょうか。中学・高校でも講演していますが、私がこういう話をし、結果的に感染したら、その人は私の外来に来たいと思うのでしょうか。岩室さんに教えて頂いた正解を守れなかったから顔向け出来ないとなる訳です。是非皆さん正解依存症に注意してください。正解依存症というのは、自分なりの正解を見つけると、その正解を疑うことが出来ないばかりでなく、その正解を他の人にも押し付ける。自分なりの正解以外を受け付けない、考えられない病んだ状態をいいます。その最たるものがマスク警察です。子ども達にマスクを着けさせるというのは、私は凄く危険なことだと思います。

## ウイルスは

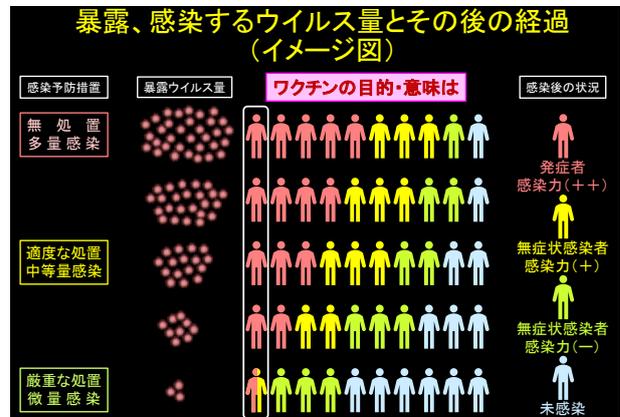
### どこからどこへ どうやって？



感染予防の基本は、ウイルスが何処から何処へ、どうやって移るのか。感染している人の体内のウイルスは喉・鼻・目の粘膜に付く。どうやって？→飛沫・エアロゾル・唾液。どうゆう方法？→吸入・キス・飲食・調理、そういう事で移る訳です。

感染経路というのは入る道筋なんです。何処から入るかといえば、コロナは明確で、目・鼻・喉の粘膜しかありません。胃の方には飲み込んでしまえば吸収されませんので大丈夫です。

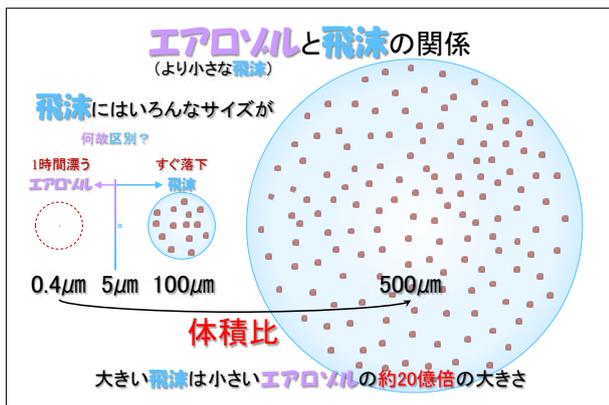
ウイルスは、感染した場合発症する方もいれば、または無症状の方もいらっしゃる。予防処置というのは、厳密にできる場合と適当にやる場合といういろいろあります。実は、この適当でも私はいいと思います。何故かと申しますと、入るウイルス量が減るんです。また、手をよく洗いましょうと言いますが、手で危ないのは指に付いたウイルスですから指先を洗えば十分です。あとは免疫力の問題です。同じようなウイルスをもらっても、発症する人から、滅茶苦茶体力のある人、免疫力のある人もいます。イメージで発症者(感染力++)・無症状感染者(感染力+)・無症状感染者(感染力-)・未感染者の4段階を想定してみます。実は私は昨日ワクチンの第1回目を打っていますが、ワクチンはどういう意味かと申しますと、ワクチンの効果は、この4段階のうち、1段階上のレベルに上がることを意味します。ですから感染しなくなるという意味ではありません。



コロナウイルスでご理解頂きたいのは、新型コロナウイルスは周りを水分で含まれた状態で存在します。その水分量で大きい飛沫(500 μm)から小さいエアロゾル(より小さな飛沫: 0.4 μm)まであります。体積比は何と20億倍違います。

という事は大きな飛沫は20億倍のウイルスとは言いませんが、滅茶苦茶ウイルス量が多い訳です。そこでエアロゾルと飛沫、普通の会話とかでも出てきますが、エアロゾルは非常に細かい、1時間、10mほどの範囲をさまよいます。飛沫は大きいので2m位で直ぐ落下してしまいます。

今皆さんは同じ方向を全員見てますので、マス



ク外しても大丈夫ですから、ちょっとマスクを外して頂いて口の前に手を持ってきてください。そこで、ハーと息を吐いてください。少し湿りますね、これがエアロゾルです。

飛沫というのは咳や大きな声で会話をすると出るとしますね、それだけ大きいのです。エアロゾル・飛沫は吸い込んで危ないです。飛沫より更に大きい唾液を貰うというのは、飲食の場合もありますが、一番多いのはキスです。エアロゾル・飛沫・唾液は全部落ちて、いろんな物に付く、接触、物を介した感染が起こります。飲食とかタバコとかで感染が起こります。調理されている方が注意することは当然あります。

富岳の映像をご覧ください。



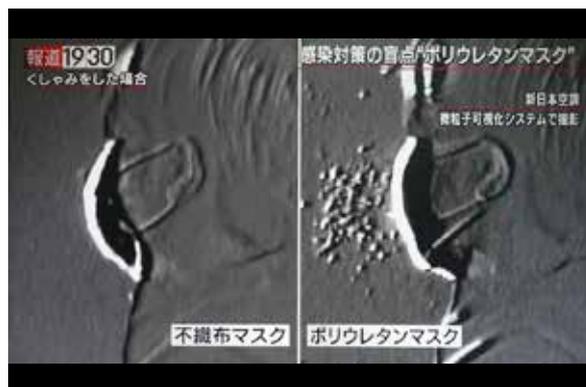
どういうイメージをお持ちになったのでしょうか？

私をはじめてこの映像を見た時、正面にいる方に移るんだと感じました。ただ、この映像の根拠になった論文を読みますとこういう事が書いてありました。大きな声で1から100まで10回数えた時に、大きい飛沫から小さいエアロゾルまで、全部カウントしてみると何とエアロゾル(空气中に彷徨っているもの)は体積比にすると総排出飛沫量の70万分の1なんです。咳をした場合は242万分の1なんです。改めてこれを小間切れでだしてい

くと、赤い大きな飛沫は500 μmで、これは直下に落ちるのです。その次の大きさ100 μm(黄色)は机の前に落下します。2m飛ぶ5 μm(水色)の飛沫は真っすぐ飛ぶのではなく放物線を描きながら机の周囲に落ちていきます。要するに前の人にかかってない事をご理解ください。対面の方の顔の周りには0.4 μm(青)のエアロゾルです。ウイルス1個は0.1 μmです。確かに映像の方の顔の周囲にあるものが危ないと分かるのですが、この中の何個をこの方が吸い込むと思いますか?とご理解いただきたい。エアロゾルで感染しないと言っているではありません。私が申し上げているのは岩室理論でも何でもなく、単にウイルスは「何処から何処へどうやって」を単に科学的に分解して説明しているだけです。

コロナが広がった時、次の実験をやりました。私が鏡に向かってハーと息を吹きかける。皆さん家でやってみてください。安倍のマスクを付けてやるとマスクなしの時よりむしろ曇るんです。それは何故でしょう。皆さん先ほどマスク外した時に凄く楽になりませんでしたか。要するにマスクをしているとハーハーハーと一生懸命呼吸するんです。ポリウレタンのマスクだとポツポツと飛沫も通すのですが、不織布マスクはあまりエアロゾルを通さないですが、眼鏡かけてる方、眼鏡曇りますよね。要するにマスクをしているとエアロゾルはかえって増えてしまいます。という事は、皆さん今この環境で真っすぐこちらを見ていて、エアロゾルを出したくないと思ったら、全員マスクを外した方がいいんです。ですがいきなりそれ言われて、そうだよ外そうとならないのが一年間皆さんに刷り込まれてきたいろんな情報です。

これは私が報道1930に出してもらってる時にやってもらった実験ですが、ポリウレタンのマスクをすると飛沫がマスクを通して飛び出しているのが



わかります。マウスシールドは危ないです。実際マウスシールド付けた状態で調理すると、料理にいっぱい飛沫がかかります。ところがこういった番組がいっぱいありますよね。いまだに減りません。こういう誤解がどんどん広がり、3月25日のニュースではポリウレタンマスクの方が堂々と取材を受けていました。この方が悪いのではなく、ポリウレタンの情報をちゃんとこの方に伝えていないので、ポリウレタンのマスクでいろいろされる訳です。手袋をつけていましたが、手袋は洗ってません。エアロゾル感染に対してマスクは全く無意味です。マスクと皮膚の隙間を通して排出されますから。マスクを装着してもエアロゾル対策にはならないことをご理解ください。エアロゾルというのは空気中を彷徨っています。そうすると出来ることは空気の流れを使って排気することです。換気ではありません。外に出す「排気」ということが大事です。今皆さんのお店やいろんな所で、テーブルにアクリル板等置いてありますが、アクリル板でもエアロゾルは横から回り込んでダメですし、空気の流れを作ろうと思っても、アクリル板があると空気の流れを阻害してしまいます。エアロゾル感染に対して唯一出来ることは、換気口や換気扇があれば、そこに向けてサーキュレーター等で空気の流れを作ることです。後付け換気扇など2万円くらいで取り付けられるものもありますので、こういうのも効果的だと思います。日本の経済を活性化する為に空気清浄機もいいですが、よく考えていただくと、空気を循環させているだけなので、排気ではないんです。ですからエアロゾルに対してやらなくてはいけない事がやれてないにご理解ください。ですからエアロゾル感染に関しては、空気の流れを作って排気することとマスクを外すこと。この2つしかありません。



飛沫はどうかと言いますと、マスクを着けているとそこで受け止められます。マスクはもちろん不織布マスクです。アクリル板とか透明ビニールシートもそれなりに効果はあります。ただご理解頂きたいのは、2m何故離れるかと言いますと、2mしか飛ばないからです。これを上から見ていただくと、横に向かってバーと広がる訳ではありません。さらに、ちょっと屈んだ状態で喋れば1m位しか飛ばないということにもなります。

カラオケ店等で横並びに唄うのはどうか、観劇とかスポーツ観戦は実は全く問題ないはずなんです。では何故カラオケで移るのかと申しますと、これは簡単です。カラオケで喋っている先に料理が置いてないでしょうか。飛沫は真っすぐ飛びますので、前後に並んで正面を向いている分は問題ないのです。

私は夜の街のホストクラブ等に指導に入っておりますが、そういうところでは、ちょっと角度をつけてお客を喋ってね、そうすると飛沫は真っすぐ飛ばないから大丈夫だよ。あと保健師さん達など訪問しなくてはならない方々、中々マスクを着けてくださらない認知症の方々と相対する時は、ちょっと角度をつけてください。これだけで飛沫感染予防ができます。他人の顔に飛沫をかけない、不織布マスク・アクリル板この辺りを徹底することが重要になります。

唾液はいろんな行為でもらいますが、一番はキスです。若い方、皆さんの従業員もいらっしゃると思いますが、こういう事は是非お伝えください。え、してはいけないのという話になってしまうと思いますが、勿論しないのが確実な予防ですが、キスの前後に、キスの前に水分を摂ると自分の唾液を口の中から胃の方に流しますから相手に渡しません。相手の唾液をもらった後は、自分の口の中に入ったウイルスは水分を摂り胃のほうに流せば感染リスクが減ります。こういうことを注意することが大事です。

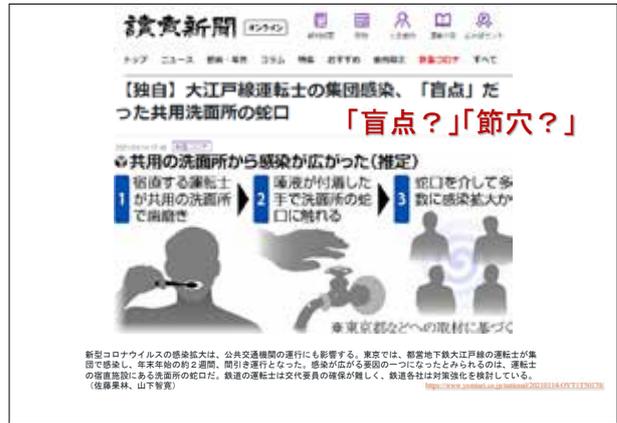
接触(媒介物)感染、例えば会食等で料理に飛沫をかけてしまう、これが危ないです。そこで掛かった物は相当量のウイルスを含んでいます。接触(媒介物)感染の原因の一つが咳を手で止めた場合、手が汚染され、その手がいろんな所を触ります。初期の頃はいろんな所を消毒しましょうという話がありましたが、私は逆に全てが汚染さ



れていると思っています。ですから非常に気が楽です。飲食の直前に手を洗えばいいのです。

この間うちの患者さんが感染しまして、話をよく聞きましたが、コンビニ等で買うおにぎりが感染源だったようです。おにぎりの包み紙にはウイルスが付着している可能性があります。このウイルスを付けない状態で海苔を持つことが出来るか実験してみてください。ウイルスの付いたカバーをめくった時ウイルスが付きます、そこで消毒ですがどうやって消毒しますか。海苔についたウイルスを口の中を含んだ時、喉で感染が起こります。フライドポテトも素手で食べますよね。あと蓋付き飲み物、私はコロナの前から蓋を外して飲んでいました。従業員の方が蓋を触る前に手を消毒しているか見てください。タバコを吸われる方はフィルターに気を付けてください。フィルターに触る直前に指を消毒する必要があります。この話を歌舞伎町のレズビアンの方で話したところ、2度目にお邪魔したところ、「岩室さんの話良かった、私達はタバコを回しのみするんです。何故ですかと聞いた処、間接キスになるじゃないですか」という、私も気づかない予防方法を教えてもらいました。そういう事を一つ一つ丁寧に潰していくのが感染症対策です。コンタクトレンズの方は、指を必ず洗ってからレンズを触ると思いますが、こういうことも感染につながりますし、入れ歯を入れる時も気を付けてください。要するに口・目・鼻に触れる直前に手洗い、手指衛生を確保する事が大事です。

ヤフーニュースでも紹介されましたが、共同の洗面所等で周りの人が蛇口の栓にウイルスを付けていたらどうなりますか。次の方が触るだけでも、手を汚してしまいます。地下鉄でもそういう事例がありました。それを盲点と言ってるのですが、私は、この問題を今年の4月頃からずっと言い続けてお

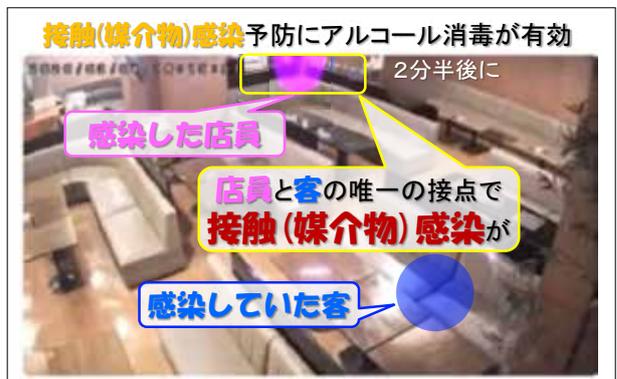


ります。何故私が出た頃から言い続けられるのかと申しますと、実はインフルエンザ対策で言ってきた事なのです。

ではどうすればいいか、蛇口は捻るタイプではなくレバー式にしてください。病院のように肘で開け閉めすれば大丈夫なんです。肘は汚れますが、肘は感染経路にならない訳ですから問題ありません。

子ども達が手を洗った後紙タオルで拭かせてください。幼稚園や保育園で紙タオルで手を拭くのを覚えて、家で紙タオルを要求されて困るという保護者が最近増えております。子ども達はマスクの表面を触りますね、マスクの表面を触るとそこに付いた飛沫を、息をすることで吸い込んでしまいます。

以前フィリピンパブで感染した話がありました。昨年3月、この時からこの事例をお話させて頂いておりますが、何が問題かと言えば接客していない店員さんが感染したのです。これは非常に勉強になります。



この店はお客が入店すると入口近くの待合ソファに一旦座ります。準備が出来たら席を変えて飲むわけですが、感染した客が最初のソファから席に移動した2分半後、要するに全く接点が

ない、そのソファーに来た店員さんがソファーに座り、感染しました。ソファー以外全く接点がありませんでした。エアロゾルではないかといろんな事が言われましたが、私が2分半も経てばそれなりに空気の流れも出来ているはずなので、むしろ危ないと思ったのは、この方（感染した客）翌日に亡くなりましたが、この方はマスクをしてません。肺炎を起こしてましたから咳をしながら、手にウイルスをいっぱい付けた状態で入店し、入口のソファーを触り、そこに店員さんが来てソファーから指にウイルスを付け、ウイルスを付けた指でタバコのフィルターに触って感染したのではないかと考えております。

でも店内に入って座った後アルコール消毒をママさんがやっています。その時接客した店員はいません。その後にマスクなしでカラオケまでやっています。店員の事も握っています。近い距離ですし、顔を見合わせることもあったでしょう、飛沫もかかったと思いますが店員さんは感染しませんでした。

手洗いはいつが大事かと言えば、口と目に物を入れる直前でいいわけです。マスクの表面は触らないでください。

会食の時何が大事かと言えば、楽しく会食するには会食のリスクを考えて欲しいのです。例えば会話や咳で料理に飛沫がかかるのは問題です。出来ることは何なのか、日本で感染が少ないのは例えば箸置き使いますね、それから採り箸、菜箸は当然使いますね。



お互いのお皿は遠くに置いてください。そうすると相手の飛沫が飛んでこないのです。大皿で出さないのがベストですが、出されたら直ぐ取り分け、直ぐ食べてください。

更に取り分けられないなら脇に置くことが重要になります。アクリル板で覆うことも考えられます。小分けで出してアクリル板を置けば飛沫感染は起りません。エアロゾルはありますが、これは排気の問題です。

こうすれば時短なしでも全然問題ないのかなと考えます。こうした事一つ一つを考えていく事が感染症対策に求められているのですが、なかなかそう丁寧に考えることは少なくなっています。

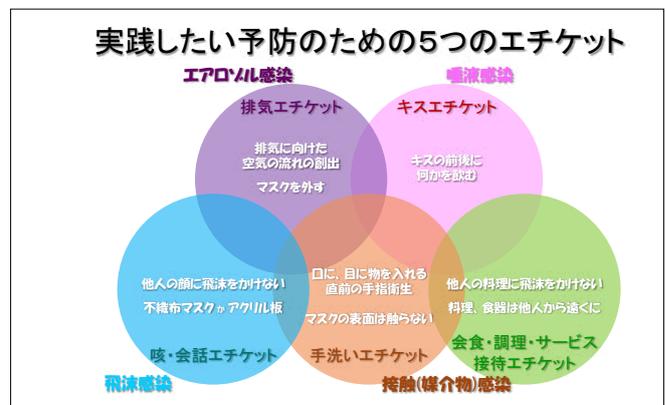
そこで何故こういった丁寧な対策が流れてこないのか、実は分科会の会長の尾身茂先生も、3密といった言葉を編み出した方も全員海外で活動していました。

海外の方に今日話したことを言っても全く通じません。私の外来で外国籍の方にウイルスの話をして、俺元気だから大丈夫、でおしまいです。

ついウツカリ、というのはあります。皆さん床に物置いてないでしょうか。滅茶苦茶危険です。一番飛沫が落ちる所です。

マスクに関しては、今子どもたち自殺が増えてます。何故でしょうか。マスクの効能は確かに感染予防効果はあります。でもマスクの弊害、是非考えてください。子ども達には2m離れてマスク外して話さないと言ってます。相手の表情を共有することが大事です。

更に咳をする場合は肘で止めればいいんです。こういうリスクを正しく理解してエチケットを積み重ねれば、例会是毎週行っていたとしても私は問題ないと思いますし、目黒さんのお店も夜遅くまで開けて頂ければと思います。ご清聴ありがとうございました。



## ■次週の卓話

5/12 (水)未定

週報担当 五十嵐正

2020年度12月出席率一覧表

員数	会 員 名	ホームクラブ	他クラブ	出席率	員数	会 員 名	ホームクラブ	他クラブ	出席率
1	安藤 公一	100	0	100	21	宋 謹衣	100	100	200
2	青木 邦弘	100	0	100	22	田川 富男	100	100	200
3	福村 正	50	0	0	23	内田 敏	-出席規定免除-		
4	兵藤 哲夫	-出席規定免除-			24	柳沢 哲也	100	0	100
5	市川 慎二	100	0	100	25	吉原則光	-出席規定免除-		
6	五十嵐 正	100	0	100	26				
7	北澤 正浩	100	50	150	27				
8	倉本 宏昭	-出席規定免除-			28				
9	増田 嘉一郎	100	0	100	29				
10	目黒 恵一	100	0	100	30				
11	新川 尚	100	0	100	31	高梨 昌芳	名 誉 会 員		
12	二宮 麻理子	50	50	100	32	矢田 昭一	名 誉 会 員		
13	二宮 登	100	0	100	33	岡田 清七	名 誉 会 員		
14	太田 勝典	-出席規定免除-			34				
15	岡田 隆	50	0	50	35				
16	齋藤 善孝	50	0	50	36				
17	佐藤 真吾	100	0	100	37				
18	佐藤 利明	-出席規定免除-			38				
19	嶋崎 宏幸	0	0	0	39				
20	関口 友宏	100	0	100	40				
例会日	2日		16日						平均
例会出席率	$\frac{20}{23}$	86.96%	$\frac{20}{23}$	86.96%					
修正出席率	$\frac{21}{23}$	91.30%	$\frac{20}{23}$	86.96%					89.13%