



「心のワクチン」運動 マスク警察にならないために



前ページで特集した今年度の「はがきキャンペーン」(エッセイコンテスト)応募作品の中に、「マウスシールド」を着けて電車に乗っていた筆者が、見知らぬ人に「不織布マスクを着けろ!」と怒鳴られたというエピソードがありました。いわゆる「マスク警察」と呼ばれる人たちは、なぜ攻撃的になってしまうのでしょうか。また、私たちが今できることは何か考えてみました。

正しい知識で 相手を思いやる対応を

「マスク警察」の根底には、感染に対する過剰な恐怖・不安があるのだと思います。マスクなどの感染予防効果は「不織布マスク」が高いことが分かっていますので、マスクをしていなかったり、不織布マスク以外のものを着けている人に対し、不安を感じるのでしょうか。

また、新型コロナウイルスは口・鼻から出る飛沫による感染と、主に手指についたウイルスを口や鼻に運んでしまう接触感染ですので、鼻の上まで隙間ができないようにマスクをして、十分な距離を取り、会話をしなければ過剰に恐れる必要はないのですが、自分がしっかり対策をし、制限のある生活をしているのに、そうではない人を見て、“怒り”を感じるのかもしれませんが。

そしてこれは、現状に抑圧や閉塞感を覚える誰もが、少なからず抱いてしまう感情ではないでしょうか。

しかし例えば、2歳未満の子どもは、窒息や熱中症のリスクがあるため、マスク着用が推奨されていないほか、肌が弱いなど、持病により不織布マスクが着けられない人もいます。「正しくマスクを着けていない!」とイライラを募らせるのではなく、まずは相手の事情を少し、想像してみることも大切です。

もし、マスクもつけずに大声で騒いでいる人がいたら、注意する必要があるかもしれませんが、相手がいか

【マスクやフェイスシールドの効果】

対策方法	吐き出し 飛沫量	吸い込み 飛沫量
不織布マスク	20%	30%
布マスク	18-34%	55-65%
ウレタンマスク	50%	60-70%
フェイスシールド	80%	小さな飛沫に対しては効果なし(エアロゾルは防げない)
マウスシールド	90%	

(スーパーコンピューター「富岳」によるシミュレーション結果及び豊橋技術科学大学の実験値より)

に感染リスクの高い行動をしているかをわかってもらうためには、それを冷静に、相手の心情にも立ちながら伝える必要があります。お互いが過剰に反応しないために、一番大事なことは一人ひとりが感染症についての正しい知識を持つこと。情報が不足している人には、相手の目線や知識に合わせて伝えていくことが改めて求められているのではないのでしょうか。

感染予防は一人ひとりができる 「小さな親切」

コロナ禍の今、人と触れ合う機会は減っていますが、人の不安に寄り添い、気遣うことはできます。人との距離が近くなる場所での不織布マスクの着用、こまめな消毒・手洗いなど、一人ひとりが基本の感染対策を改めて徹底すること。可能であればワクチンを打ち、日頃から体調管理につとめること。他者の事情を想像する心のゆとりを持つこと。それらが今、自分や周りの人を感染から守ると同時に、お互いが安心して生活するための「小さな親切」。

再び感染爆発を起こさないためにも、思いやりの心を持って、この冬を乗り切りましょう。