



1. 青空に向かって咲くポピー（つきだて花工房）/2. 藤棚の下で休憩（二野袋公園）/3. 水ぬるむ阿武隈川と猿跳岩 /4. 可憐に咲く芝桜

「いつもの春を探して」

新型コロナウイルスによる外出自粛で、身近な花や新緑でさえ見る機会がなかった人もいたかもしれません。伊達市の野山では、いつもの通り緑が芽吹き、花が咲き、いつのまにかすっかり緑が深くなってきました。来年は穏やかな気持ちで花の季節を迎えられるよう、カメラを向けながら祈らずにはられませんでした。

市長コラム



第22回 感染症予防は基本が大切

新型コロナウイルスの緊急事態宣言解除に伴い政府は、感染拡大を防止するための「新しい生活様式」を示しました。そのすべてが重要な対策ですが、中でも基本とされているのが、①身体的距離の確保（ソーシャル・ディスタンス）、②マスクの着用、③手洗いの3つです。

外出時に皆さんは、マスクをつけ、お互いの距離も少し空けていると思いますが、意外と帰宅してからの“手洗い”がおろそかになっていませんか。ウイルスはくしゃみや咳などの飛沫感染もありますが、手を介しての接触感染が一番多いといわれています。外出時にさわった手すりやドアノブ、電車のつり革などからウイルスが手に付着し、その手で鼻や口のまわりを無意識に触れることで感染が起きます（マスク着用は鼻や口に直接触れないという大きな効果もあります）。

私自身、最近は、こまめに手洗いをするようにしています。外から帰ったら手洗い、食事の前には手洗い、時間をかけて石けんで丁寧に洗うようにしています。そのおかげでしょうか、いつも季節の変わり目に引いていた風邪に今年はかかっていません。まさに手洗い効果だと思っています。

風邪の8～9割はウイルスが原因といわれています。風邪予防として日本で昔からいわれている“手洗い、うがい、マスク”に“ソーシャル・ディスタンス”を加えた4つで新型コロナウイルスは相当程度予防できると思います。誰でも・いつでも・どこでもできるこれら基本4対策で自らの健康をしっかり守っていきましょう。

Endo Hiroshi