



新型コロナウイルスが2月末より蔓延し始めて、我々の生活環境は激変してしまいました。感染の恐怖に怯えながらの生活です。私たちも200人余りの入所者や外来患者さんの健康、命を守るために感染防御に対して有効な手段を重ねてきました。幸い当施設では感染者は出ておりません。しかし見通しのつかない状況での不安は計り知れないものがあります。しかし私たちは生き続けなくてはならない。特にご高齢者は運動をしないと体力の低下も著しいです。健幸塾の取り組みも少しでも皆さんを勇気づけたいと思つての取り組みです。感染者数も減少しつつありますが。その中で、濃厚接触という概念を理解しておきましょう。感染者と1m以上の距離を置いて、15分以上の話をしなければ、濃厚接触にはなりません。この安全域を理解して生活をしていれば感染する可能性は低いという事です。感染者数が減少してきている今、濃厚接触を回避しつつ、外にも足を延ばしていきましょう。

武蔵台病院 理事長 河野義彦

