

心地よい散歩 ～外出控え呼びかけの週末～

札幌医科大学医師会

浦澤 正三

2月26日の新聞紙上で、北海道知事・鈴木直道氏が、新型コロナウイルスの流行拡大阻止のため、27日から3月4日までの公立小中学校の臨時休校を要請したことに対し、各市町村は要請を受け入れ、札幌市も28日から休校に入る、と報道された。さらに28日、知事は道内の感染者が増え続けているとして「緊急事態宣言」(期間：3月19日までの3週間)を出し、週末の外出を控えるよう道民に呼びかけた。

私的なことで恐縮だが、上述の道知事の要請があったその日から、3年以上前に妻が脳梗塞で入院、最近の2年間は特養施設に入居中の妻の介助の傍ら付き添う毎日を送っていた私は、一切の施設への訪問を断られ、フラストレーションの溜まる日々となった。

大学時代、感染症の疫学を講義してきた立場からすると、知事の「緊急事態宣言」と週末の外出控えの呼びかけは、流行の拡大阻止の観点から一般論としては確かに理のあることである。しかし、特養の利用者の家族の立場にあって、期を一にして施設への訪問を禁止された現在の私の気持ちはやや異なる。

さて80歳を越えた私は、日頃の健康維持のため、散歩代わりに上記の特養への通いを含めて1日1万歩の歩行を自らに課していたが、終日在宅するようになってからの数日は、散歩のための散歩が日課となっている。実は今回、知事の週末の外出控えの呼びかけを知った私には、ある楽しみが生まれた。それは、来る日曜日には、「感染防御をしながら楽しく運動するという最高の条件が揃うだろう」という期待である。

その日、2020年3月1日の午後0時30分、私は心うきうき散歩に出発した。家を出ると、外は昨日来の雪も上がり、清々しく道路は歩きやすい。知事の呼び掛けの所為だろう、日曜日の真っ昼間というのに、歩行者の姿はほとんど見かけない。中島公園東側の道路をパークホテルの前を抜け、札幌駅前通を北に向かって歩く。ススキノ十字街に近づくとさすがにやや歩行者の数が増えるが、パラパラ程度でいつもとは全く違う。

ススキノで地下街ポールタウンに降りるが、地下歩道も地上同様ガラガラで、人影はやや多い程度。ほぼ閉鎖空間なのでマスクを取り出し着用する。地下街を三越デパートに近づくと、地下鉄の乗客も入りして人数はやや多くなるが、それでも歩く人と

人との間隔は平均数メートル以上あり触れ合うことはない。

札幌駅前通地下歩行空間に入ると道幅は広々として、いつもは両側に並ぶ出店は一切なく、歩行者もさらにまばらとなり、実に気分がいい。札幌駅に到着、改札口から折り返し大通地下広場まで戻る。万歩計はここまでで6,500歩。

地下街オーロラタウンを東に向かい、昼食をとるためUCC Café Plazaに入る。通りから奥へ向い平行した3区画ほどに分かれた、あの広い店全体、がらんとして客はわずか数人。あまりに気の毒なので、店に客が入ってくれるように、通りから2番目の区画で、かつ通行人から見える位置に席を取ってトーストとコーヒーを注文する。

ジャンパーの内懐から取り出した新聞を広げて読んでみると、注文の品が来る。トーストに付いてきたウェットティッシュの片面で両手指先を拭う。コーヒーを飲み、四角いプラスチックの籠に入ったナイフ、フォークを取り出しトーストを食べながら、新聞を読む。店内に流れる静かなピアノの背景音楽が心地よい。このように食事をし、新聞を読みながら1時間余を過ごしたが、この間私が席を取った区画に入ってきた客は僅か2人。全くの借り切り状態である。席を立つ前、先のウェットティッシュの反対面で両手指を拭い、支払いを済ませて店を出た。

さて…、と考える。この店内で私が感染する機会(ルート)がもしあったとすれば、それは食事の給仕をし、手持ち無沙汰のため3度もコップの水を取り替えてくれたサービス係りの店員だろう。しかし、それも互いに離れての数秒間のことで、人から人への感染は起こり得ないことだ。

店を出て、再びマスクを付け、人の少ないオーロラタウンからポールタウンの地下歩道を取って返し、ススキノで地上に出ると、またマスクを取って家まで歩いた。帰宅は午後3時30分。万歩計の数字は10,570歩。

食事時を除き、本日の全行程で、自分以外の何物かに触れたとすれば、ススキノで地下道の昇り降りに時おり触れた階段の手すりくらいか。手と顔を良く洗い、念のため嗽をする。

外出を控えるようにとの知事の呼びかけに反した行動だったが、期待に違わず、いつもの人ごみの中の散歩とは異なり、広い空間で人と接触なしの実に楽しい散歩と食事を満喫することができた。フラストレーションを解消した気持ちよい1日だった。