



Review 4  
新しい生活様式における、  
新たな独自サービスの構築を

社会福祉法人「虹のかけはし」 理事長 辻田純三氏



未知のウイルスとの闘い  
“人対人”の感染防止が鍵

関西におけるスポーツ医学のパイオニア的存在である辻田純三氏は、兵庫医科大学生理学講座および健康スポーツ科学講座（現非営利）として、長く医療教育にかかわってきた。現在は、社会福祉法人「虹のかけはし」理事長として第一線で活躍している。医療・福祉とスポーツ・フィットネスの両面に精通している同氏に、まず新コロナにおける懸念点や影響について聞いた。

「ウイルス感染という、100年前のスペイン風邪が引き合いに出されますが、今回の新型コロナウイルスは、人類が経験したことのない未知のウイルスですね。特に、時が経つにつれて変化していることは、感染により抗体ができても新たに感染する可能性が大きい点に厄介です。

MRSA（メチシリン耐性黄色ブドウ球菌）の治療に用いられる抗生物質であるバイコマイシンに対し、耐性を獲得した菌株VREで感染をしているわけですが、それ以上に感染力が高いので厄介です。さらに感染後も、急速に重症化する場合があり、欧米では致死率の高さもこれまでにないものとなっています。ただ、日本では海外に比べて感染者数が抑えられているのは、手洗いやうがいの励行、マスク装着が子ども時代より浸透しているからでしょう。高齢者や既往歴のある方の致死率が高い一方で、一般の感染者が重症化しない原因としては、インフルエンザなどの予防接種の経験が奏功している可能性はあると思います。また、無症状での感染と回復により、抗体産生が早期に定着することを期待しています。これにより市民の間でウイルス抗体が定着すれば、今後、検査後

に陽性になる割合は減ってくることでしょう。

今は、ワクチンおよび治療薬の早期開発が鍵であることを期待するばかりです。私は日本では大きな第2波、第3波は来ないと考えています。なぜなら第2波が起こればとあるといわれた北九州や東京のクラスターは医療施設や介護施設など重症感染者が存在するところが中心で、それ以外は解放された飲食現場が中心となっていますから、少なくとも感染原因は飲食を伴う会話での飛沫感染（エアロゾル感染も含めて）だと思います。できれば、三密状態といえる地下鉄や電車で起こらないのが不思議ですが、これはほぼ全員が必ずマスクを着用し、手洗いや消毒を徹底しているからだと考えます」

辻田氏は続けて、今後について予測・推測されること、また懸念点について、次の点を挙げた。

「恐れているのは、“人対人感染”の脆弱性の欠如です。新型コロナウイルスは人から人に感染します。一人ひとりがこのことの重要性をより理解し、接触を避ける努力をすることです。日本人は比較的常識と良識があり感染予防策が守られています。世界中、特に開発途上国や衛生環境の悪い地域では、パンデミックが起っています。加えて、世界を巻き込んでの経済活動の崩壊や倒産が起ってくるでしょう。今後、一番心配されるのは、国民の自覚が薄れたり政府の対応が遅く後手に回ることです」

規律を守りやすい日本人の国民性にあっても、自粛生活が長引けば気の緩みや反動が起きやすくなる。それによって再び感染が拡大し、医療崩壊や再び経済が停滞するようなことは避けなければならない。そのためにも、人々は感染予防として求められている行動を守ることが重要であり、国は病院や商業の危機を避けるために資金の確保と人件費や賃料負担などの経済政策を打つこと、そして大学や製薬会社そのほか研究機関はワクチンおよび治療薬の開発に努めることが必要だと辻田氏は考えている。

個人の活動自粛や企業の営業休止が長引くほど企業の経営は危うくなる。実際、フィットネス業界でもゴールドジムの米原本社が倒産した。これからは、経済活動を動かしつつ、感染予防に努めるという難しい両面をいかに乗り越えていくかが課題となる。なお、各地域がその対応策を模索するなか、大阪府の吉村知事はいち早く「大阪モデル」を打ち出していた（図2、3）。辻田氏も含め地元の人々はこのように捉えたのだろうか。

りも政府に先駆けて発信したことは大きく評価しています。基準としても間違っていないと思いますが、一時、感染者が増加しているにもかかわらずアラートを出さなかったことには不満を感じています。政治的判断からも、れませんが、科学としての根拠が確らいてはどうしようもありません。一方で、大阪府の『まかせてんか！』『やっつろうやないか！』的なノリで、大阪は一気にとまどまりを解きました。マスクや交付金などで推進した政府の政策と違い、吉村知事の若いリーダーシップ

は、日本の政治に一筋の光明が差した気がします」

長く医療教育に携わってきた辻田氏は、現在の人々の行動を見るに、感染を予防するにあたって少し過剰反応と思われる部分もあると感じている。

「ドイツではブンデスリーガが休みになりましたが、徹底して選手PCR検査がなされているようです。そのような選手がハイタッチを禁止されるのはやや合点がいきません。今や全国民が感染源であると考えべきだと思いますから、飛沫接触があるよ

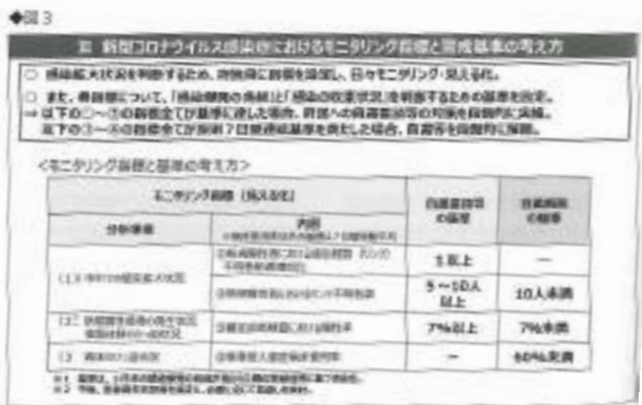


図2・3は「大阪モデル」(大阪府のHPより)

うな状況は避けるべきだと思いますが、屋外でのジョギングなどでも十分なソーシャルディスタンスがあれば問題はないと思います」

一時は医療崩壊が懸念されるなど、病院、さらに介護施設などは大変な状況に陥っていた。辻田氏の社会福祉法人などの施設でも、入館者には必ず体温測定（サーモグラフ、間接型体温計）を義務付けたほか、全職員が出勤時には体温測定を行い、記載することとした。ただの確認で終わらせなかったのは、記載することによって意識も高まるからだ。当日の体温が37.5度以上であれば出勤禁止となり、再び出勤できるのは体温が下がって48時間が経過してからとした。入り口をはじめトイレや至る所に消毒液を設置したほか、受付にはアクリル板を設置し、訪問者と直接接触することがないようにした。さらに、スタッフが利用者や患者と対峙するときにはマスクとフェイスシールドの着用を義務付け、利用者がいなくなった後の館内の清掃も徹底することとした。

このような感染予防を徹底しながら取り組むこととなるポストコロナ

のフィットネス経営について、辻田氏はどのように考えているのだろうか。

「生き残るためにも、新たなサービスを構築することが重要でしょうね。フィットネス参加率の向上や体力づくりも大切ですが、私が今、必要と思うことは「健康教育」です。テレビでも健康番組が目白押しです。併せて「コミュニティづくり」も大切でしょう。個人主義が当たり前になってきた昨今ですが、今回の新コロナはライフスタイルの再構築には恰好のチャンスだと思います。イベントを企画するなど昔のフィットネスクラブの再生です。一方で、オンライントレーニングなどを広めるのも今がチャンスでしょう。ただ、オンラインでのサービスが広がることで、個人主義が助長されることには反対ですが、私は個人的には、昔のアメリカのビジネスクラブのような活動がしたいと考えています」

最後に辻田氏はフィットネス業界の関係者に向けて、次のようにメッセージを送った。

「これからはより健康づくり、健康維持の重要性の啓発活動を行うこと

が重要だと思います。感染対策には免疫力を高めることが重要であり、それには運動が効果的ですが、運動はやりすぎても免疫力を低下させてしまいます。フィットネスクラブは免疫力向上にどのようなプログラムを構築するのがいいのか、慎重に検討すべきだと思います。メンタルヘルスに向けてプログラム提供も求められてくることでしょう。

ライフスタイルの再構築に対するサポートも重要です。新しい生活様式が話題になっていますが、私はマイライフファーストには反対です。今こそ共存共栄を図るべきではないでしょうか。また、医療分野でも導入が広がる、若者に人気のVR（仮想現実）やAR（拡張現実）は、人とのつながりを希薄にし、人間性を損なうことが懸念されます。このような観点からも、新しい生活様式では、運動やフィットネスクラブがより組み込まれるようにしなければいけないと思います。運動やスポーツ、フィットネスの重要性を今後、業界関係者がいかにアピールするか、アイデア力が問われるでしょう」