

マスク装着率 54%～日本人がマスクをつける目的とその背景



【小さい子どもでも付けられるような幼児用サイズもある】

冬から春にかけて、風邪・インフルエンザ・花粉症などの季節になると、街角のあちこちでマスク姿の人を多く見る。外国から日本へ来た人にとって、なぜこんなにもたくさんの方がマスクをつけるのかと不思議に思われることも多い。ウェザーニューズ社が行った調査によると、マスクをつけている人は約2人に1人の割合であった。昨今は中国国内でも、PM2.5やコロナウイルスによる新型肺炎などがあり、マスク需要が高まっているが、マスクの装着率で見るとまだまだ日本のほうが高い。日本人はなぜこれほどまでにマスクをつけるのだろうか。

日本でマスクが誕生したのは1900年代の大正時代だそう。当時は「工場マスク」と呼ばれ、主に工場で働く人たちが粉塵をよけるためにつけていたが、1919年頃にスペイン風邪（インフルエンザ）が大流行したため、一般の人の間においてもマスクをつけることが浸透した。このように、マスクをつける最も大きな理由には風邪やインフルエンザなどにかかることを予防するためがある。感染者ではない人がマスクを装着することで、感染を防ぐ、あるいは、少しでも感染を受ける可能性を下げることを目的としている。ところが、専門家によると、マスクを付けていてもウイルスなどの侵入を完全に防ぐことは難しいとのことであった。そして、正しくマスクを装着できていない人も多いため、正しい使い方を知ることも大事だという。



【マスクの正しい使い方】

また、ウイルス以外にも、花粉などの物質が体内への侵入するのを防ぐという理由でマスクをつける人も多くいます。日本人の約4割の人持っているというスギ花粉アレルギーの人たちは、スギ花粉が飛散する春の間はマスクをずっと装着することになります。

ウイルスや花粉が体内に入ってくるのを防ぐため以外にもマスクをつけている人がいます。既に風邪やインフルエンザなどの病気にかかり咳やくしゃみなどの症状がある人です。この場合は、周囲への更なる感染拡大を防ぐためにマスクをつけているということになります。インフルエンザなどの流行により、「咳エチケット」という言葉も広く知れ渡るようになりました。咳が出る人はマスクをつけること。そして、マスクがない場合は咳をするときにティッシュやハンカチで口を覆う、とっさのときは、袖で覆うことも推奨されています。何もせずに咳やくしゃみをしたり、手で押さえてしまうと、しぶきに含まれているウイルスが周囲へ飛び散ったり、ウイルスが付いた手でドアノブなどを触ってそこから他人へ移ることもあるので、注意が必要です。また、電車や職場、学校など人が多く集まる場所、密集している場所では感染拡大の防止のためにも特に「咳エチケット」が大切になってきます。



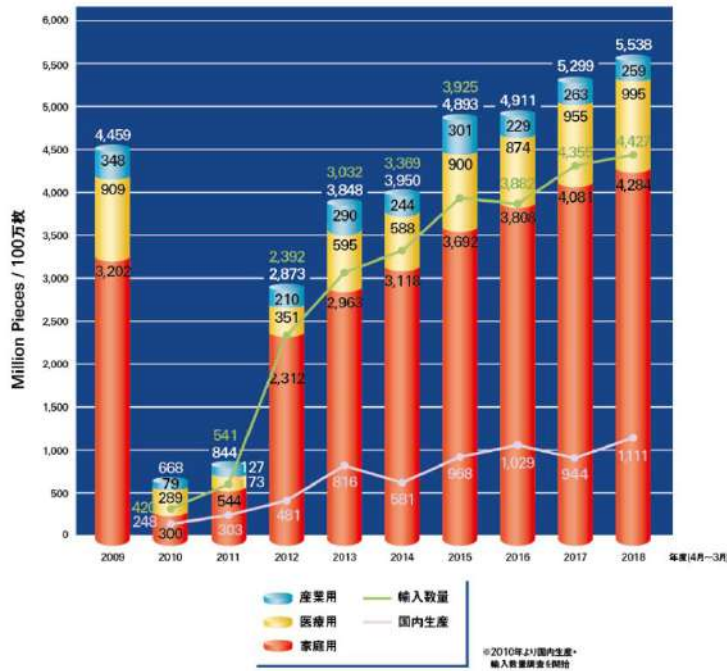
【咳エチケット】

実際、筆者の子どもが通う幼稚園では、毎年冬から春にかけての間、感染症予防のために全児童にマスクの装着令が発動されます。当初は、なぜ元気なのに毎日マスクを着けていなくてはならないのかと疑問に思うこともあったが、実際に装着してその時期を過ごしてみると、個人の感覚ではあるが、子どもが病気にかかる頻度が以前よりも減ったと感じたのです。

しかし、そうは言っても子どもは風邪を引いたり病気にかかったりしりやすいもの。そうなった際は、受診に行くのですが、筆者のかかりつけの小児科でも、咳やくしゃみの症状があって病院へ受診する際、必ずマスクを装着するよというルールがありました。家族に風邪をひいている人がいる間は、家族間でさらに広まらないように、家でも全員がマスクをつけることにしています。

マスクをつける目的が病気の予防、症状の軽減、感染の拡大防止ということはわかるが、近年では「だてマスク」という言葉もよく聞くようになった。これは、マスクを前述した本来の目的で使うのではなく、マスクをつけることで「保湿効果があって肌が潤う」「すっぴんを隠せる」「人目を気にしなくて済む」という目的で使うことです。そして、だてマスクをし続けることによって、次第にマスクをつけないと不安という気持ちになり、「マスク依存症」になるのです。

マスク生産(国内生産・輸入)数量 推移



(日本経済新聞)

【マスクの年間生産量】

日本衛生材料工業連合会の統計によると 2018 年のデータでは、家庭用マスク（グラムの赤色部分）の年間生産量は約 43 億枚であった。ここでのマスクは洗って繰り返し使う布製マスクではなく、使い捨ての不織布マスクである。外国と比べて日本人がマスクを積極的に付ける人が多く、かつ習慣化している。その理由を一言で言うと、「清潔を好む」「周囲に気を配る」という国民性の影響によるものが多いのではないだろうか。この国民性は幼少期から各家庭や幼稚園・学校などの環境において養われている。「

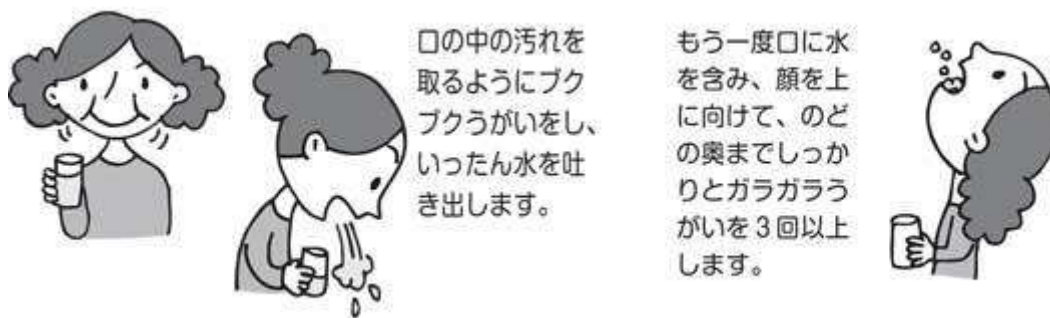
風邪予防には「手洗い・うがい・マスク」というフレーズはいたるところで聞かれるし、啓蒙するポスターも街中で常に見かけるように、これは誰もが知っている常識である。手洗いうがいに関しては、子どもが小さいうちからとても徹底して教育している。赤ちゃんのうちはまだ手を洗えないが、かわりに赤ちゃんにも使える消毒ジェルがあり、子どもを持つ親たちの必須品ともなっている。そして子どもが自分で手を洗えるようになってからは、外から帰ってきたとき、トイレの後、食事の前、など、一日のうちに何度も手洗いをするように教えていく。それと合わせて、うがいも風邪予防や体調管理をするうえで大事となる。幼稚園や学校に入ると本当に多く聞くこととなる。それくらい、日本では小さいうちから衛生教育に力を入れているのである。少し話題がずれるが、一年を通して毎日シャワーをして髪の毛と身体を洗って湯船につかることも清潔好きの日本人の習慣であり、衛生管理面においての当たり前とされている。



【正しい手洗い】



【手洗いジェルとアルコール消毒液】



【正しいうがい】

また、周囲に気を配るという国民性も、「周りの人には迷惑をかけない」「人の気持ちを考える」という考え方からくるものだろう。風邪は移したり移されたりとお互い様と思われることもあるが、仕事に真面目である日本人の考え方からすると、体調管理も仕事をする上でとても大切なことである。体調を壊して自分が休むことで、担当しているお客様はもちろん、同僚などにも迷惑をかけてしまうこととなるからである。人間だれしも体調を崩すことはあるので、組織間で誰かが欠けてしまったときは業務上に支障が出ないように周囲の人で協力してカバーすることは大事となる。そのようなことが自然とできる雰囲気も必要である。

体調は崩さないに越したことはない。仕事をするビジネスマンでも家庭を守る主婦でも、高齢の方でも、子どもでも、自分でできる防衛策を施し病気になることなく健康で過ごすことが大事ある。私が知っている中国は、食の養生という言葉もあるように、食べ物や食べ合わせなどにとっても気を遣い、健康を大事にしている国である。今後は、食事による健康管理以外にも、「感染拡大防止の咳エチケット」「予防のための手洗いうがいマスク」も意識を持ち、誰もがこれができるような世の中になってほしい。まずは、親世代や大人がこのことを認識し実行する。そして、ご家庭内や学校で子どもへ伝え習慣化する。健康な生活を送っていきましょう。

参考資料：

東松山市

http://www.city.higashimatsuyama.lg.jp/soshiki/kenkofukushibu/kenkosuishin/menu/infection/ks_26.html

日本衛生材料工業連合会 <http://www.jhpie.or.jp/data/data7.html>

手ピカジェル <https://www.tepika.net/info/handwashing.html>