

<国内情勢>

緊急警報

「生命の危機」に備えよ！！ 新型肺炎から「身を守れ」

■ 「新型コロナウイルス肺炎」が日本襲来

中国湖北省の武漢市で最初の患者が見つかったのは昨年（2019年）12月8日だった。

その後、患者が相次いで出現、中国衛生局などはこれを「**コロナウイルスによる新型肺炎**」と断定した。報道されている通り、湖北省武漢市を中心に患者が拡大。

1月29日夕刻の情報では、中国全土に**5,974人**の患者が発生、**死者は132人**となっている。1月26日には**罹患者1,975人・死者56人**だったものが、僅か3日で3倍以上に拡大する現状を見ると、この数字は今月中には数倍に膨れ上がるだろう。

米フロリダ大と英ランカスター、グラスゴー大の共同研究チームは「**2月4日には武漢市だけで最大35万人になる**」と発表している。日本国内では、1月15日に武漢に旅行した中国籍の男性が「**日本初の新型肺炎患者**」と認定され、その後、中国武漢からやってきた旅行者計5名が新型肺炎患者であると判明した。28日には奈良県の60代男性（日本国籍）が新型肺炎と認定されている。この男性はバス運転手で、武漢からの団体旅行客のツアー運転手を2回やったという。新型肺炎の潜伏期間は1週間～2週間とされる。

「**進化途上のウイルス**」のようで潜伏期間も変化し、さらに強力なものになると推測されている。調査のために武漢に入った北京大学第一医院の王広発（おうこうはつ）医師は、1月24日、自らも罹患してしまった。王医師は結膜から感染する可能性を指摘、空気感染する恐れが高まっている。春節を迎えた中国人は世界中に飛び散り、武漢市からも既に500万人超が旅行に出ている。日本にも武漢市を初め、中国各地からの旅行者が多数やってきている。空気感染するとなると2月初旬に日本人患者が拡大することは、ほぼ決定的だ。

既に昨年から、オリンピックを前にパンデミックが出現することが危惧されていた。パンデミックとは「**世界流行の感染症**」を指し、ペスト（黒死病）や天然痘・エボラ出血熱などが知られる。インフルエンザもパンデミックの1つ。

今回の中国・武漢発の新型肺炎は、最近ではまれに見るほどの強力なパンデミックである。今後の対応により、どこまで拡大するかは不明だが、全世界規模の流行になることは間違いない。**うがいや手洗いが有効だが、空気感染で目から結膜に伝染するとなると、マスクだけではなくゴーグルも必要。**ウイルスの進化を考えると、完璧な防疫体制は難しい。

新型肺炎を伝染させない環境作りや努力は必要だが、ウイルスに冒される確率が高いことを認識すべきだ。これから先を考えると、何より免疫力を高めておく必要がある。

生命を守るために、**うがい・手洗い・マスクといった防疫体制だけではなく、自身の免疫力を高める努力**を今すぐ始めるべきだ。

■ 免疫力を高めるにはどうすべき

免疫とは「**疫（病気）**」から身を護り、逃れる生命体の能力である。すべての生命体はこの能力を持っている。個人の免疫力を高める方法はいろいろ考えられているが、絶対的なものはない。一般には発酵食品（味噌やヨーグルトなど）が有効とされるが、他にもいろいろ考えられる。今後に起きるパンデミック襲来だけでなく、地震や巨大災害などを考慮しても、サプリメント（健康補助食品）やクスリに頼ることなく、自力で免疫力を高めることが重要だ。免疫力を高めるには、まず「**体温の低下を防ぐ**」こと。

普段の体温を 36 度 5 分前後に保つことが大切だ。36 度を割り込むような低体温の方は、直ちに対策をとるべきだろう。「**規則正しい生活**」も重要だ。どんな場合でも、十分な睡眠と 3 度の食事は体調を取り戻すのに有効だ。特に「**早寝早起き**」をお勧めする。

小脳が作り出す **4 種の脳内ホルモン**（セロトニン・メラトニン・ドーパミン・ノルアドレナリン）は俗に「**若返りホルモン**」と呼ばれ、体を元気にする。

セロトニンは、午後 10 時から午前 2 時の深夜の睡眠時に、小脳で作られる。

メラトニンは、晴雨に関係なく、早朝の朝日を浴びることで作られる。

セロトニンもメラトニンも、赤身魚（マグロ）・赤身肉・良質の植物性タンパク質（大豆製品など）に含まれる素材だが、「**早寝早起き**」がポイントだ。

ドーパミンやノルアドレナリンは、感動した時や欲望が強く出た時に、生み出される。

雪景色や夕焼けなどの絶景に心を動かされた時…あるいは心の底から声を出して笑った時…ペットに愛情を注ぐ時…人を好きになったり…恋に落ちた時にも作り出される。

古神道の一つである「**伯家（はっけ）神道（白川神道）**」の基本的な鍛錬に「**呼吸法（腹式呼吸）**」がある。腹式呼吸で息を吐き切る動作だ。腹式呼吸とは腹を大きく動かす呼吸法だが、腹の膨らまし方を誤解している人も多い。腹式呼吸で動かすのは腹だが、空気が入る場所は肺である。息を吐くときには、肺を押し縮める。肺を圧迫するために、腹を膨らます。息を吸うときには肺を広げる必要があるから、腹をへこます。

吸うときに腹をへこまし、吐くときに腹を膨らますのが「腹式呼吸」である。

「呼吸」とは、意味深い熟語だ。文字の通り「呼（吐く）」が先で、息を吐き切ることが重要なのだ。伯家神道では基本の基本として、ゆっくり…糸のように細く息を全て吐き切る。吐き切った後に、ゆっくり息を吸う。これを繰り返すことで自律神経を調整し、免疫力を高める。歩きながらも…休憩中でも…通勤通学の電車の車内でも…勤務中でも…僅か数分でできる「腹式呼吸鍛錬法」をお勧めしたい。

■ 怪しい情報に惑わされるな

関東大震災時の第三人暴動情報とその後の朝鮮人虐殺事件、東日本大震災とその後の福島原発をめぐる風評被害からもわかる通り、危険が迫ると、人はパニック状態に陥りやすい。パニックに陥りそうになった状況下に必ず出てくるのが「ウソ八百の眉つば怪奇情報」である。今回の中国発・新型肺炎に関しても、発生直後から「いかにも本当らしいウソ八百情報」が乱れ飛んでいる。そうした怪情報の中には、「カナダの研究機関から中国人がコロナウイルスを盗み出し、それを生物兵器として研究した」などという話がある。

ネット上の情報としてご覧になった方がいるかもしれない。

「中国湖北省武漢には中国軍の秘密生物兵器研究所『BSL4』があり、ここで作られた生物兵器のウイルスが武漢の海鮮市場に送られた」という話もある。勿論、これも何一つ証拠のない創作ストーリーである。常識を働かせればわかるだろう。生化学兵器というものは、戦時中の緊急時を除いて、最初の作成時点で対処法が作られる。自分たちが対処できない生化学兵器は作らない。というか人工的な生化学兵器は作り上げる研究過程で、必然的に対処法が生まれてしまう。第一、常識的に考えて、なぜ中国人が中国でバラ撒くのか。

「中国人はバカだから、間違えて流しちゃったんだ」などと書かれたブログも見かけた。

これなどは、書く方がバカと言われる。一方で、「世界を震撼させる新型ウイルスを作り出す中国人」としながら、他方で「バカだから」と切り捨てる。発想の原点が陳腐すぎる。

他にも、事件のたびに顔を出す「ユダヤ陰謀論」もある。「電信柱が高いのも…郵便ポストが赤いのも…みんなユダヤが悪いのよ」といった物語だ。**〈新型肺炎のためのワクチンが作られた。〉**

これを世界中に売りさばくために、「世界経済フォーラム」（ダボス会議。2020年は1月23日開催）で新型肺炎のウイルスがバラまかれることが決まったなどという話が出回っている。ちなみに最初の新型肺炎患者の出現は1月19日のこと。

潜伏期間を考えてみても、この物語がデタラメであることは理解できるだろう。

新型肺炎には、エイズの特効薬が効果的という情報も流されている。

かつてサーズ (SARS) ウイルスにエイズ (HIV) が効いた例もあり、中国で試験的に使用されていることは事実だが、効果があるか否かは、まだ確定していない。

こうした怪しい情報に惑わされると、本質を見失ってしまう。

■ 武漢新型肺炎を世界に拡大させた習近平

新型肺炎は日本では「**新型コロナウイルス**」と呼ばれている。これが今のところ日本での正式名称である (厚生省の発表)。世界では一般に「**武漢コロナウイルス (Wuhan coronavirus)**」あるいは「**武漢海鮮市場肺炎ウイルス**」と呼ばれる。

湖北省武漢市で生まれた「**新型のコロナウイルス**」である。

武漢市には約 1100 万人が住んでいるが、その半数の 500 万人以上が武漢市から脱出し、中国各地どころか、世界中に飛び出している。日本の最初の罹患者は武漢に出かけた日本在住の中国人。その後、1月28日までに日本で発病した6人のうち5人までが武漢在住の中国人だった。

武漢の周先旺 (しゅうせんおう) 市長は、1月26日の記者会見で「**武漢市に住む 500 万人以上が既に武漢を離れた**」と発表している。

香港メディアの中には「**武漢には 300~400 万人しか残っていない**」という報道もある。

そうすると 700~800 万人が武漢を脱出したことになる。これは誇張が過ぎるとも思われるが、市長が言うように半分以上の 500 万人超が逃げ出したことは確かだろう。

だが、市民の半分以上がいなくなるなど異常である。

多くが感染したはずの武漢市民が世界に飛び散った理由は何か。

〈中国当局、特に習近平国家主席の意思が働いたと考えていだろう。〉

一体、どういうことなのか。武漢市人民政府は1月23日午前2時5分に「**疫病の蔓延を断固阻止**」するために武漢市民の脱出禁止令を発令した。

その内容は、「**2020年1月23日10時をもって、全市のバス、地下鉄、フェリーボート、長距離旅客輸送を含む公共交通を全て、暫定的に停止する。特殊な原因がない限り、市民は武漢を離れてはならない(以下略)**」というものだった。

武漢の住民を外に出さない処置をとったことは、賢明である。

だが「**脱出禁止令**」が出てから実際に、脱出を止めるまでに約8時間も経過している。

この8時間の間に、武漢の人々は脱出してしまったのだ。まるで「**早く逃げ出しなさい**」と煽 (あお) ったようなものだ。なぜこんな事態になったのか。

考えられることはただ1つ。WHO (世界保健機関) の緊急委員会だ。

中国・武漢発の新型肺炎が「**緊急事態に該当するか否か**」を協議する委員会が1月22日に開かれた。日本時間の午後8時、中国・武漢の時刻は午後7時からである。

このとき習近平は、マクロン仏首相やメルケル独首相と緊急電話会談を行い、中国が国際社会と協力して対策をとることを保証。このとき正に武漢市では「あと8時間後に市が封鎖される」と発表しているのだ。WHO 緊急委員会は長時間に及び、1月23日になってWHO アダノム事務局長は「緊急事態判断を保留する」と発表した。ちなみにアダノム事務局長の母国はエチオピアで、その最大投資国は中国。「緊急事態宣言」の決定権はアダノム事務局長の手にあり、習近平の要望に応えるのは必然の流れだろう。

昨年の香港騒動で手痛い敗北を喫し、台湾総統選では「反中国」の蔡英文に敗れた習近平・中国は今、米国との貿易戦争で苦しんでいる。昨年末にはトランプ大統領との間で「第一次合意」がなされたものの、中国経済は青息吐息状態。新型肺炎にWHOが「緊急事態宣言」を出したら、中国経済は崩壊、習近平政権が空中分解するかもしれない。自己保身のため、そして中国経済浮上のために習近平は外交力を総結集させて「WHO 緊急事態宣言」を回避させた。だがそれは、全世界を地獄に叩き落とす最悪の手になった可能性が高い。

■ 安倍政権の対中柔軟路線が「新型肺炎まん延」を招いた

シンガポールは、早くも1月23日には武漢への運航停止を決定。

シンガポールのチャンギ国際空港では、中国からの全ての旅客のサーモグラフィー体温検査を実施している。台湾は中国の全ての都市への団体旅行を禁止。フィリピンは1月24日に武漢から到着した全員（464人）を3便に分けて強制送還した。中国人に人気のタイでは、中国からの旅客の体温検査はやっているが、特に規制はない。

カンボジアやベトナム、インドネシアでは、目立った措置はとられていない。

アジア各国で新型肺炎に対する取り組みは異なっているが、日本はフィリピンや台湾に比べ「甘い」と評価する声が強い。本紙もまた、新型肺炎に対する日本政府の方針は、手ぬるいと強く感じている。いや、手ぬるいどころか「無策」といっていいだろう。

最近、日本国内では、安倍政権が中国に接近し過ぎているとの批判が出てきている。

米国国内にも「安倍の中国接近には警鐘を鳴らすべき」（米誌『ナショナル・インタレスト』）といった論評もある。確かに安倍政権はこのところ、対米従属だけではなく対中融和政策をとっているように思える。その点に関しては、本紙はある意味で評価をしている。

なぜか…近未来の東アジア激動を見越しているからだ。「近未来の東アジア激動」という話になると、その分析は膨大な紙幅を要するので、簡単に述べる。

近い将来…早ければ年内…遅くとも数年後に、朝鮮半島は大動乱を迎える。韓国で政変があるかもしれないし、北朝鮮にもまた政変の可能性が見える。金正恩が病気で退陣するかもしれないし、軍部が叛乱を起こすかもしれないのだ。

30年以上も国外追放状態にあった金平一（金正日の弟。駐チェコ大使）が昨年末に呼び戻されたこともそこに関係しているのだろう。さらに第二次朝鮮戦争も充分起こり得る状況にあり、いずれにしても近い将来、朝鮮半島は地獄に突き落とされる。

そんな状況下、政治・軍事・経済を考えたとき、東アジアで頼りになる国は中国しかない。中国が厳然として朝鮮半島を見張っていなければ、軍隊を持たない日本は滅茶苦茶になってしまう。半島を見据えた局面では、日本は中国と手を結ぶ必要がある。

トランプがツイッターで安倍の中国接近に触れないのは、トランプ自身が半島の近未来を理解しているためだ。ところが日本の一部では「**安倍政権の中国への接近は米国の方針と真逆だ**」との主張がなされることがある。多くは在日あるいは親韓国派、ときに北朝鮮シンパからの主張である。韓国や北朝鮮にとって、日本と中国が不仲なことは大歓迎である。

手を変え品を変え、日本と中国が敵対することを画策する。そんな在日・親韓・親北朝鮮の論評には乗らず、安倍政権が中国との距離を適度に取りながら接近することを、本紙は評価する。しかし、新型肺炎対策は別な話だ。

新型肺炎のまん延は、日本国民の生命に関わる重大問題である。習近平が何と言おうが、春節直前に中国人旅行者を締め出す覚悟が、なぜできなかったのか。

日本から武漢に大量のマスクが送られ、中国人が感謝しているというニュースも流されている。新型肺炎に苦しむ中国人を救う手立ては、いくらでも考えられる。

4月に国賓として日本にやってくる習近平が大感謝するような手立てがあれば、中国人旅行者を完全シャットアウトしても何の問題も起きなかったはずだ。第一段階は、残念ながら日本政府の無策の結果、新型肺炎の日本侵入、まん延を避けられなかった。

事態は第二段階へと進んでいく。安倍政権の起死回生となる大英断に期待したい。 ■