

火曜

TUESDAY

すこやか

mail:bunka1@ma.kitanippon.co.jp

東京都内に住む女性(29)は、新型コロナウイルスの後遺症で大好きだったパートの美容部員の仕事を失った。体調の回復に、職場復帰も配置転換も認められず、いきなり「希望退職」を突きつけられた。「後遺症の深刻さについて、勤務先にも少し理解があれば違う結果になったのでは」とやりきれない気持ちでいっぱい。

新型コロナウイルスと診断されたのは昨年9月初旬。37度前後の発熱が8月下旬から断続的にあったものの、2回受けたPCR検査はいずれも陰性だった。3回目でもようやく陽性と判明した際は、薬を飲んで熱が下がらず、脱水症状もあって入院。肺炎も確認された。

コロナ後遺症

2

ただ、重症化はせず数日で退院したが、当初は10月の職場復帰を目指したが、その後も微熱とせきが続き、だるさもあった。立ちっぱなしの美容部員の仕事はできずともなく、断念。職場からも、せきがあれば店に出せないとして「完全に回復するまで来ないで」と言われた。

10月下旬には改善し始め、職場



美容部員の仕事を失った女性
4月、東京都内(写真の一部を画像加工しています)

復帰・配置転換 認められず

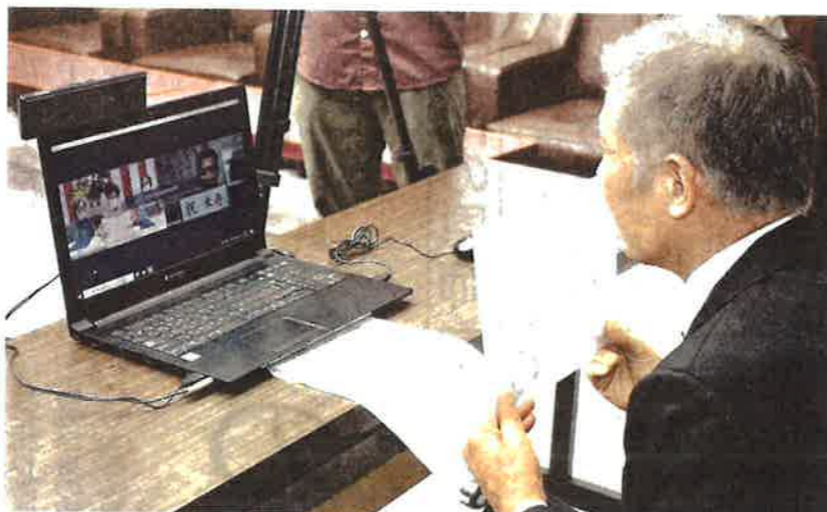
迷惑をかけた心苦しさに加え、退職金もなく解雇されるよりは、と申し込んだ。苦渋の決断だった。高校生の頃から憧れてきた仕事で、専門学校を卒業後に約10年間勤務。現場の責任者の仕事を覚え始めたところだった。

上司に送った別れのあいさつに対する返事も、事務的だった。復帰や体調に合わせた配置転換を認められなかった理由は、分からないままだ。「仕方ない」と思うしかないのだろうか。

感染さえしなければ、と思わない日はない。最近、感染予防に対する人々の意識が下がっているように感じる。「難なく回復したとしても、後遺症には苦しむかもしれない。自分は大丈夫だったとしても、感染させた人が苦しむかもしれない」と意識を持ってほしい」と訴えた。

(共同通信・秋田紗天子)

楽観性や希望を持つ



▲米寿の祝い画面越しにリモートで行う自治体もある
=2021年9月

主な悩み相談窓口(厚生労働省のホームページより)

- いのちの電話** (0570) 783556
午前10時～午後10時
- こころの健康相談 統一ダイヤル** (0120) 783556
午後4時～午後9時、毎月10日は午前8時～翌日午前8時
- よりそいホットライン** (0570) 064556
対応の曜日・時間は都道府県により異なる
- あなたのいばしょチャット相談** (0120) 279338
若手、宮城、福島各県からは(0120) 279226
24時間対応
- https://talkme.jp/**
24時間365日対応

コロナ禍のストレス

精神科医 藤本修

長期化する新型コロナウイルス禍のストレスにどう対処すれば良いか。精神科医の藤本修さんに寄稿してもらった。

新型コロナウイルス感染症は、いまだ収束への道のりが遠い状況だ。今、私たちは長期化するコロナ禍とともに、ロシアによるウクライナ侵略という「人災」にさらされている。日本では北海道・知床半島沖の観光船沈没事故も重なり、心はなかなか晴れない。この状況といかに向き合えば良いのか考えてみたい。

ウクライナ侵略では、人が人を簡単に殺す残酷さへの衝撃と、世界大戦や核戦争への不安が拡大した。プーチン大統領の非情さによって、誰もが漠然と抱いていた人間への信頼感や平和幻想は瞬く間に破壊された。

人間不信はコロナ禍における政府の対応でも深まったように思われる。政府は国民的に的確に

人と会話し不安軽減



ふじもと・おさむ 1951年大阪府生まれ。精神科医。大阪大学学部卒。おさかメンタルヘルスケア研究所代表理事・付属クリニック院長。著書に「こころの病気の誤解を正す」など。

情報伝えず、対応は絶えず手に戻った。東京オリンピックは開催ありきで強引に進められ、国民の思いや生命に十分な配慮がされたとはいえない。

一部で医療崩壊が起き、自宅療養者が急増した際にも具体的な対応はなされず、参院選までは医療体制の改善などで積極的な対策は行われないとメディアから伝わってくる。これでは政府の方針に人々は信頼を持てず、無力感が募るだけである。

人間にとって最も大きな恐怖は、発病や生命に関わる恐怖である。政府が明確な方向性を示し、真摯に向き合う姿勢や政策の説明をすれば、人々の不安は少し和らぐと思われるが、為政者は寄り添ってほしい。

また人と共感し合える場があることも大切である。コロナ禍で在宅勤務や遠隔授業が普及し、対面でのコミュニケーションが疎遠になったが、リモートでのコミュニケーションは随分簡単に利用できるようになってきている。対面での会話や難しい時でも、日々、友人や家族、同僚と少しでも話をするように心がければ不安は軽減できると思われる。

からだを守り口の健康

2019年に、全00人(各都道府県人ずつ)を対象にしたケアに関する意識調査。首都圏に住む214名が対象。口臭レベルの実態調査グループ「ブレザードプロジェクト」が行われました。

その結果は、なかなか深いものでした。口臭の原因物質が基準値以上だった割合は女性が17.9%、男性が8.3%と、圧力が多かった。さらに歯磨きを1日以上している人の割合は女性よりも男性が高いという結果も出てきた。口臭の問題はブラッシングだけでは改善されることが読み取れ、口の中で発生する口臭の中には揮発性



イラスト・カ