

緊急特集

東京の新型コロナ感染者増が止まらない! 小池百合子都知事が示唆した「ロックダウン」へ向けて、極秘シミュレーションが進行

写真/アフロ

安倍内閣で協議中!

独居老人60万人に
忍び寄る

首都
東京
封鎖

命の危機

米や野菜が手に入らない!
経済活動停止で2.5兆円損失!

五輪延期決定後から急増している都内の感染者数。せきを切ったように「ロックダウン」を強調し始めた小池都知事だが、東京での実施は目前だとい。専門家語る「衝撃の未来予想図」とは――。



「ロックダウン」と聞くと、人が消えてしまった中国・武漢や、フランス・パリの街並みなどをイメージする人も多いと思いますが、そうした光景が東京にも現れる可能性が高まっているのです。そう語るのは、全国紙の政治部記者。

小池百合子東京都知事の3月25日の緊急会見以来、ロックダウン（都市封鎖）や首都封鎖という言葉が報道で頻出するようになっていく。この言葉について、菅義偉官房長官は「数週間、都市を封鎖したり、強制的な外出禁止や生活



感染拡大が止まらず中国を上回る死者数を記録したイタリア

必需品以外の店舗閉鎖などを行ったりする措置」と、説明した。だが、その法的根拠の説明は難しい。ニッセイ基礎研究所・保険研究部理事の松澤登さんは言う。「小池知事のおっしゃった「ロックダウン」ですが、会見を聞いていても具体的にどういう状況を指

戦慄の
これから

ずのか不明ですので、コメントは難しいところです。

小池都知事によるお花見の自粛要請には、法的根拠はありませんでした。しかし政府による緊急事態宣言が東京都を指定して出された場合は、都知事は外出自粛要請や興行場の利用停止や催しものの停止要請や指示ができるようになります（37ページの図を参照）

つまり「首都封鎖」は、安倍晋三首相と小池都知事が協力しない

首都東京封鎖 戦慄のこれから



ニューヨーク
ブロードウエーや映画館を閉鎖し、スーパーでは入場制限を実施中だ



パリ
ルーブル美術館は閉鎖され、許可証なしの外出には罰金が科される



ロンドン
電車やバスは間引き運行を実施し、不要不急の外出は禁じられている

と実現しないということになる。だが前出の政治部記者が続ける。「実は官邸と都知事の間で、すでに首都封鎖の実行計画は詳細に検討されており、期間は最大で3週間にも及ぶ可能性があるそうです。安倍首相は3月28日の会見で、「自治体との緊密な連携のもと、最悪の事態を想定しながら、感染拡大の防止に全力を尽くす」と、語っています。

また同じ日、東京都では新たに63人の感染者が確認されました。今後どこまで急増するかにもよりますが、「早ければ4月初旬に実行する。その場合は、発表から実施までの準備期間も短いので、外出禁止期間は5日間程度になるだろう」と、ひそかにもらしている関係者もいます。

首相と都知事では、決行に対しての温度差もあるという。「景気の悪化、ひいては自身の支持率ダウンを懸念している首相に対し、小池都知事のほうが積極的なようです。」

「危機感の薄い若者たちの意識を改革するためにも、そして感染爆発を防ぐためにも、ロックダウンが必要となるときが来る」と、周囲に語っていると聞いています。

封鎖中のNYではタクシーが消えた…

都道府県知事たちが「移動制限」のために行使できる権限も拡大している。

「3月26日に感染症法の政令などを一部改正することが閣議決定され、翌27日に発令されています。商業施設やビルなどで集団感染が確認され、消毒作業が追いつかず、まん延を防ぐために緊急の必要があると認められた場合に限り、都道府県知事は建物の封鎖や立ち入りの制限をできるようにしたのです。また建物に入れないよう周辺の道路などを最長で72時間遮断できます。」

ひそかに着々と準備が進められている首都・東京の封鎖計画。現時点では具体的にどこまで活動が

目次 女性自身 2907号

2020年4月14日号

生活実用企画	
カラー特集 やりすぎケアも削減できて若返る ゆらぎ肌の春こそ「コスメ断捨離」!	27
高齢者の「やせすぎ」はリスクだらけ! 死ぬリスクを減らす「ほつちやりなら」元気で長生き	93
皇室ゆかりの料理人がすすめる フライパンで「ごちそう和食」	159
女性自身百貨店NEWS モノクロ特集	165
受給額の下げ、積み立て…もうえる額を増やすには?	
書き込み式「年金ドリル」	67
特別付録 本人解説!! 氷川きよし最新コンサート衣装 カースP ラガーにゃん「目指せ! 猫リンピック」	

好評連載	
マンガ「エレクトラ!〜罪深き聖女たち」	77
社仁成「JINSEIのスパイス」	134
週刊「エンタメ自身」	135
マンガ「ラガーにゃん」	138
室井佑月「闘うお財布」	150
小林弘幸先生の「血流講座」	74
TIM-レッド吉田マンガ連載	101
今週の書評	102
読者投稿「ピンスタ!」	105
西洋占星術	108
プレゼント	110
「ハードナッツ」	116
アンケート	158
ヘルシー&ビューティ	119
持ち歩ける治療器ってどんなもの?	125
いざその瞬間「役立つ知識と備え」	128
イヌリンで大腸活	132

グラビア

朝ドラ「エール」が元気を届けー!
米倉涼子 ゲジ眉少女から視聴率女王への27年
振り返りグラビア 松雪泰子 美、開花
春ドラマ最前線! 続編vs豪華共演パティ
6P保存版 恋と男 僕らのアオハル
ジブリ美術館 めくるめくる大冒険!

話題&実用企画

もの忘れがスッキリ解消する! 「1分脳活」⑩ 58

寂聴「青空説法」小説が書けなくなったら… 140

「分煙ルール徹底」カフェ&レストランガイド 142

「桶回恵子」に学ぶ「ヨタハロ期」の生き方 144

武田砂鉄「テレビ磁石」妻の告発から逃げる権力者 146

1日5分「指鍼」で、見た目年齢マイナス10歳 147

シリーズ人間 60

3254で誕生した赤ちゃんはママ「9カ月と3日の育児日記」
奈乃羽ちゃん「ママ、産んでくれてありがとう」

スクープ&ニュース

中居正広 退所目前! ジャニーさんに「最後の恩返しを!」 40

米倉涼子 ケジメ退社で描く「外国人恋人との再出発」 42

志村けん 緊迫続く病状で「新朝ドラ」46
開始目前の大ピンチ!

嵐 活動延長へNHKが全力工作中! 「来年も五輪の顔として」 44
美智子の悲劇「敬愛44年がん死」親友から「お別れ電話」 48
新型コロナ禍「不安と涙の日々」アリア在佳ライター現地ルポ 50
代表選挙は? チケットは? 聖火は? 東京五輪延期でどうなる? ⑦ 52
東京2020協賛ジャンボ 今年の言方位「西南西」の売り場から億が出る 54
羽田新ルート「パイロットが緊急告発」着陸失敗の重大事故リスクが! 56
桂文枝 新婚さんいらっしゃい! 椅子からコケ続けた50年秘話 151
篠原博子「マネーエース」車は「持たず」に「使う」ほうが節約に! 154
小雪 3児ママの決断は「東京」憧れの北の国(新生活へ!) 155
綾小路きみまろ 事務所移転のカケに「驚」予兆「今年大災害か!」 156

首都封鎖までの流れ

安倍首相が諮問委員会に発令可否を諮問

諮問委員会が以下の発令条件を検討

- ・国民の生命や健康に著しく重大な被害を与える恐れ
- ・全国的かつ急速なまん延により、国民生活や国民経済に甚大な影響を与える恐れ

委員会が承認

安倍首相が緊急事態宣言を発令

実施期間と区域を指定

小池都知事が以下の措置を実施可能に

- ・住民に外出自粛を要請
- ・臨時医療施設を整備するための土地や建物の強制使用
- ・学校や福祉施設など人が集まる施設の使用停止要請や指示
- ・医療用品やマスク、食品の売り渡し要請、収用、保管命令
- ・音楽やスポーツなどのイベント開催制限の要請や指示
- ・運送事業者に緊急物資の輸送要請、指示

制限されるのかはまだ明らかにな
っていないが、すでにロックダウン
が実施されている海外の都市で
の例が参考になるかもしれない。
アメリカ・ニューヨークに住む
日本人ジャーナリストによれば、
「3月22日からは、薬局やスーパ
ーなどを含めた食料品店、銀行な
どが営業していません。
マスクも含めた日用品などは、
インターネットで注文することは
できません。でも服や靴などを自分
で試着してから買いたいという人
は不便かもしれませんね。
地下鉄は減便して動いています
が、外出する人も少ないので、ふ
だんはラッシュの時間でもガラガ
ラです。もう一つの、市民の足
であるタクシーは、まったく見か

けません」
ニューヨークでも一部の必要
不可欠な業種、以外の社員や従業
員は自宅勤務が義務付けられてい
るが、外出が許可されるケースは、
国の事情によって多少異なる。
ちなみにフランスでは以下のよう
なケースだけ。
①テレワークができない職業の
ための自宅と職場間の移動、②生
活必需品の買い出し、③通院、④
高齢者や障害者の介助、⑤子供の
保育のための移動、⑥個人での運
動やベットの散歩、など。
安倍首相も景気の悪化を懸念し
ているというが、果たして日本で
は首都封鎖により、どのような影
響があるのだろうか？ 各分野の
専門家に聞いた――。
まず関西大学特別任命教授の河
田恵昭さんは、
「東京では1日に食料品を2万
消費しています。」

東京五輪延期を上回る経済打撃が！

万が一何らかの支障が生じ、物
流が止まってしまつと、店頭で商
品が並ばなくなつてしまいます。
食料品を作るだけではなく、物
流を支える仕組みやマンパワーを
維持することに細心の注意を払う
必要があると思います」
経済評論家・加谷珪一氏は「羽
鳥慎一モーニングショー」で、北
関東からの野菜の入荷がストップ
し、店頭から品物がなくなる可能
性があるとも指摘している。
3月25日夜に小池都知事が週末
の外出を自粛するよう求めた直後、
東京都内の一部のスーパーで即座
に米が売り切れてしまったことは
記憶に新しい。
「3月28〜29日の週末より前に、
スーパーの棚から肉類もなくなつ
てしまいましたよね。パニックに
よつて加速度的に、品不足が生
じてしまう恐れがあります」
そう語る日本マネジメント総合
研究所理事長の戸村智憲さんと同
じように、今回取材した専門家の

多くが、パニックによる在庫不足
を懸念していた。それを未然に防
ぐためには小池都知事が都民に対
して丁寧な説明を心がける必要が
あるという。
作家で、現在は大阪府・市特別
顧問も務めている元東京都知事の
猪瀬直樹氏は、
「吉村洋文大阪府知事や鈴木直道
北海道知事に比べて、小池都知事
の対応は遅かったと言わざるをえ
ませんでした。
また、SNSなども駆使し、も
っと自分の言葉で、現在の東
京都が直面している危機について
訴えるべきだと思います。そうす
れば、なぜ外出を自粛すべきなの
か、買い占めの必要がないのか、
などを都民に理解してもらえると
思います。お役所言葉や聞きなれ
ないカタカナ文字では、人々の不
安も増すばかりです」
さらに関西大学名誉教授の宮本
勝浩さんは、日本経済への打撃
について語る。



25日の緊急会見後、都内のスーパーでは食料品が軒並み品切れ状態に

首都東京封鎖 戦慄のこれから

「日本では法律上、フランスなどの諸外国のように警察官が取り締まったり、罰則を与えたりすることはできません。しかし外出自粛の要請や、イベント休止の指示が長期間にわたると、小売業・飲食業・観光業などは、かなりの悪影響を受けることになります。」

たとえば外出の機会が激減するわけですから、外食の機会も減り、飲食店の売り上げも落ち込みます。1週間ほどであれば耐えることができますが、個人で経営する店や中規模の店舗であれば、倒産することもありえます」

野村総合研究所エグゼクティブ・エコノミスト・木内登英氏は3月26日に発表したレポートで、経済的打撃を試算している。

《仮に首都東京のロックダウンが1か月実施される場合、東京都の消費が55・5%減少するとすれば、それは日本全体の個人消費を2・49兆円減少させる。(中略) 1か月のロックダウンであっても、



高齢者たちの自宅ひきこもりによって認知症や死亡リスクが高まるという

それによって失われる需要は、東京五輪延期が2020年GDPに与える影響を上回る計算だ」

もちろん打撃は経済面だけにとどまらない。昭和大学医学部特任教授・二木芳人さんは自宅にこもりざるをえなくなる子供たちの精神的苦痛を憂慮しているという。

「3月28日時点で、東京都で確認された感染者数は約360人です。しかしそれが1千人を超えるような事態になればロックダウンを実施

高齢者の「ひきこもり」が招く死の危険

東京都には一人暮らしで75歳以上の人は60万人いるという。いわゆる「独居老人」たちにも命の危機が忍び寄っているのだ。

NPO法人「医療ガバナンス研究所」理事長の上昌弘さんは、「高齢者は孤立すると容易に健康を害します。東日本大震災が発生した後は、放射能の影響を避けるために多くの高齢者が自宅や屋内にひきこまりました。」

その結果、糖尿病が悪化したり、脳出血を起こしたりと、亡くなった方が急増したのです。コロナウイルスを怖がって病院に行っていない高齢者も増えてきていると思いますが、家にこもるという行動が命に関わることになるのです」

健康社会学者の河合薫さんも、

せざるをえなくなるでしょう。

当然、学校も休校が要請されますが、新学期が始まるこの時期に、登校できないという状況下で、お子さんたちはもちろん、親御さんたちもストレスをどんどんためていくことになっていきます。

また世界一の長寿国である日本ではお年寄りたちへのサポートももつと必要になってきます。感染が広がるなか、介護現場ではデイサービスなどの提供を休止する事業所が出ていますからね……」

「3月に入ってから、地域交流館（※自治体のデイケアサービスマス施設で、比較的健康な高齢者が利用している）が、感染防止のために次々とクローズされています。」

そのため、誰とも話すことができずに自宅にいる高齢者も増えており、運動能力や認知機能が著しく悪化していくことを心配してい

ます。親にコロナをうつしたくないから」と、実家を訪ねることを遠慮しているお子さんたちも多いようですが、電話で会話をしたり、体操や散歩を勧めたりを心がけていただきたいと思っています」

最後に前出の戸村智憲さんに首都封鎖を乗り切るための「心構え」を聞いた。

「毎日必ず換気をするなど、必要なことは多いですが、気をつけたいのは明るい気持ちを保ち、免疫力を下げないことです。」

たとえ職場や学校に行けない日々であっても、家族いっしょに楽しく過ごせる貴重な時間」と思うようにすると良いのではないのでしょうか」

東京都がロックダウンされたとき、その社会的・経済的影響は関東のみならず日本全国へも波及する。パニックにならず、不安に怯えず……、首都封鎖は私たち日本人にとって、心の強さが試される事態となる——。

緊急事態にあわてないための食料品備蓄チェックリスト!

緊急事態に備えるために欠かせないのが食料品のチェック。そこで役立つのが農林水産省発行の「緊急時に備えた家庭用食料品備蓄ガイド」だ。大規模災害や新型インフルエンザなどの感染症といった緊急時に備えて、食料品備蓄の観点から同省が作成したもの。

今回、同ガイドをもとに、家庭ですぐ使えるチェックリストを本誌が作成した。(左ページ参照)

備蓄に備えて前出の戸村氏はこんなアドバイスも。

「震災時と異なり、水道の供給までは止めないと思うので、慌てて水を購入する必要はありません。ガスコンロやボンベなども今回は特に必要ではないと思います」

リストを活用して、いざというときにあわてないようにしよう。

農水省が作成した緊急事態のための備蓄食料品チェックリスト(大人2人、1週間分の場合)

備蓄しておきたいもの		必要備蓄量	商品名	わが家の備蓄量					
				年 月		日現在	年 月		日現在
				備蓄量	判定	賞味期限	備蓄量	判定	賞味期限
必需品	水	42リットル			/ /			/ /	
	カセットコンロなどの熱源				/ /			/ /	
	カセットボンベなどの燃料	12本			/ /			/ /	
主食	精米または無洗米	42食分 (1日3食× 7日分× 2人分)			/ /			/ /	
	レトルトご飯、アルファ米				/ /			/ /	
	小麦粉				/ /			/ /	
	パン				/ /			/ /	
	もち				/ /			/ /	
	乾麺(うどん、そば、パスタ)				/ /			/ /	
	即席麺、カップ麺、乾パン				/ /			/ /	
	など				/ /			/ /	
計									
主菜	肉・魚・豆などの缶詰	42食分 (1日3食× 7日分× 2人分)			/ /			/ /	
	レトルト食品				/ /			/ /	
	豆腐(充填)				/ /			/ /	
	乾物(かつお節、桜エビなど)				/ /			/ /	
	ロングライフ牛乳				/ /			/ /	
など			/ /			/ /			
計									
副菜	野菜・山菜・海藻類など	適宜							
	梅干し のり、乾燥ワカメ、乾燥ヒジキ 日持ちする野菜類(たまねぎ、じゃがいも、 乾燥野菜、漬物など) 缶詰(トマト水煮など) 野菜ジュース など								
	汁物		適宜						
果物類	缶詰(桃、みかんなど)	適宜							
	果汁ジュース 日持ちする果物(バナナ、りんごなど) など								
必需品	調味料(塩、みそ、しょうゆ、酢、砂糖など)	適宜							
	嗜好品(緑茶、紅茶、コーヒー、ココアなど)								
	菓子類(チョコレート、飴、ビスケット、せんべいなど)								
	日常使いしている食品(食物アレルギー 対応食品など) その他(ふりかけ、ジャム、はちみつなど) など								
調理器具	<input type="checkbox"/> 鍋 <input type="checkbox"/> 箸、スプーン、フォーク <input type="checkbox"/> 缶切り <input type="checkbox"/> プラスチック食器 <input type="checkbox"/> 紙皿、紙コップ <input type="checkbox"/> 食品包装用ラップ、アルミホイル <input type="checkbox"/> ビニール袋・強化ポリエチレン袋 <input type="checkbox"/> ポリ容器(給水用) <input type="checkbox"/> マッチ・ライター <input type="checkbox"/> ウエットティッシュ <input type="checkbox"/> 使い切り手袋 <input type="checkbox"/> 除菌スプレーなど ※介護などに必要なものは別途用意してください								

※判定は、わが家の必要備蓄量を備蓄量が上回れば「○」、下回れば「×」を記入しましょう

※主食および主菜については、1人あたり1週間の場合は21食分以上となるよう心がけてください

※「×」がついた項目は、新たに買い足しをするなど「○」になるよう努めましょう

※主菜の乾物(かつお節など)やその他(調味料、嗜好品、菓子類など)は、現在使用中のほかに買い置きがある場合には「○」を、なければ「×」を記入しましょう

※上記、必要備蓄量は一例です。各家庭ごとに適宜調整をしてください

※賞味期限がいちばん早く切れるものの日付を記入してください

※農林水産省の「緊急時に備えた家庭用食料品備蓄ガイド」をもとに本誌が作成しました

切り取ってお使いください

首都封鎖

安倍内閣で協議中

独居老人60万人に「命の危機」
米も野菜も手に入らない!!
経済停止 損失は2.5兆円超...

農水省が作成! 緊急時を生き抜く家庭用食料品備蓄リスト

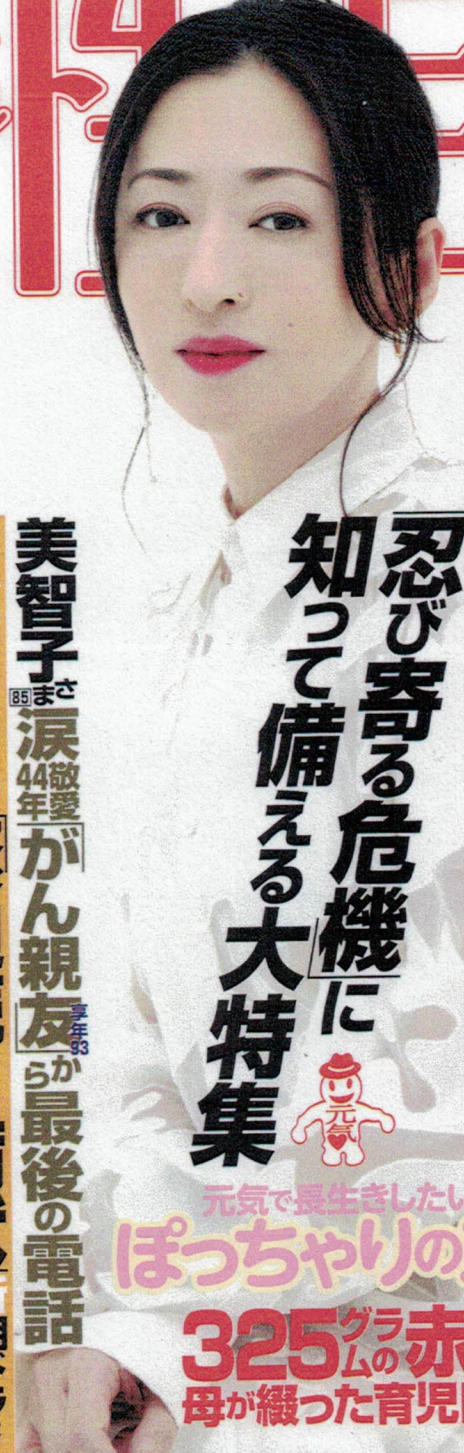
感染者9万人超! イタリアでい起きている悪夢の事態 現地ルポ

東京五輪1年延期の追加費用3000億円 日本国民が全負担!

4月14日号 定価420円 光文社

中居正広
「ジャニーズ」最後の恩返し
秘行動

NHKが全力工作
嵐五輪の顔として活動延長へ



松雪泰子「新しい恋を」

7P 特集
年金が増えるドリル

億を呼ぶ2020 ジャンボの法則

認知機能UPする1分脳活

元JAL機長が警告
羽田空港で事故危機

「半沢直樹」「ハケンの品格」...
4月ドラマ 見るべきガイド

なにわ男子 6F 特写
10歳若返る指鍼ケア 1日5分

特別付録
氷川きよし 最新ツアー衣装スタイルBOOK

忍び寄る危機に
知って備える大特集



元気で長生きしたいなら...
ぽっちゃりのススメ
325グラムの赤ちゃん
母が綴った育児日誌9カ月

美智子 85 涙ま 44歳 敬愛が親友 享年53 から最後の電話

志村けん 70 緊迫続く病状 新朝ドラは大ピンチ

米倉涼子 44 退社で描く恋人との再出発

