

# 元気予報

ほしの けい こ  
今市医師団幹事 星野レディスクリニック 星野 恵子

## レジオネラ症について

レジオネラ症は、レジオネラ菌が原因で起こる細菌感染症です。近年、入浴施設での集団発生が問題となっています。レジオネラ菌は、土の中や河川、湖沼など自然界に普通に生息しています。人の生活環境においては、空調の冷却塔水や、温泉などの共同浴場、噴水、家庭用24時間循環風呂などの中に侵入して増えます。

レジオネラ症は、そのレジオネラ菌を含んだ目に見えないほど細かい水滴や、水しぶきを吸い込むことによって感染します。人から人への感染は確認されていません。レジオネラ症には、予後が良好なポンティアック熱と、急激に重症になって死亡する場合もあるレジオネラ肺炎のふたつのタイプがあります。

ポンティアック熱は、発熱や筋肉痛がみられますが軽症で、数日で治ることが多いです。

レジオネラ肺炎は、レジオネラ菌に感染してから2〜10日後に症状が現れます。最初は全身の

倦怠感、頭痛、筋肉痛などの症状に始まり、乾いた咳、高熱、悪寒、胸痛が出現します。また幻覚や昏睡といった、神経系の症状が早い時期に現れることもひとつの特徴です。レジオネラ肺炎を起こした場合、致死率が比較的高く（5〜30%）、早期の診断、適切な抗菌薬による早期治療が大切です。高齢者や喫煙者、慢性肺疾患のある方、免疫力の低下する疾患（がん、糖尿病など）のある方は、レジオネラ肺炎に感染しやすいため、特に注意が必要です。

予防のためには、レジオネラ菌の発生源（入浴施設や家庭用の24時間循環風呂の浴槽、給湯設備、加湿器など）を適切に管理し、レジオネラ菌の増殖を防ぐことが最も大切です。一般家庭で24時間風呂などの循環式浴槽を使用する際は、取扱説明書をよく読み、お風呂のお湯は適宜入れ替え、浴槽の清掃を行うなどして、清潔を保ちましょう。

また、加湿器のタンクはこまめに清掃し、使用する際は常に新しい水を使い、使用後はタンク内の水を抜いて乾かしましょう。

## 市民文化

川柳

選者 大橋芳明

残雪と五月の風はパレットで

佐藤美貴子

それぞれの身の丈に合う幸福度

青木照雄

世の移り蛙の声は変わらない

吉原由美子

雨宿り傘が奇縁の初デート

佐藤忠介

春風虹を孫への置土産

宇賀神サク子

俳句

選者 須藤火珠男

十薬のような人なり句をよくす

白土武夫

柿若葉土蔵の家紋をしかと見る

大河原晴子

饒舌な語り口なる紫木蓮

沼尾紫朗

場所	開催日時	内容
地域子育て支援センター (ショッピングプラザ日光内) ☎22-2299 ★臨時休館日のお知らせ 7月9日(日)はお休みとなります	7月4日(火) 午前10時15分～11時45分	◎ママも一緒に楽しくダンス!! ～ハワイアンリトミック～ 講…インストラクター 弓野博子氏 <sup>ゆみのひろこ</sup> 定…親子20組(先着順) 申…7月3日(月)まで ※ハワイアンミュージックにあわせて楽しく体を動かしましょう!
	7月18日(火) 午後2時～3時30分	◎ママのミニ学習会「からだ編」～生活のリズム、おいしい・たのしい離乳食&食事～ 講…市保健師・栄養士 申…7月14日(金)まで ※お子さんを預かります
	7月19日(水) 午前10時30分～11時15分	◎親子ふれあい歌あそびを楽しもう! ※体操・ゲーム・パネルシアターなどをお楽しみください。お土産もあります
日光親子ふれあいひろば (日光福祉保健センター内) ☎54-3001	7月6日(木) 1回目:午前10時30分から 2回目:午後1時30分から	◎七夕まつり ※簡単な七夕の飾り作りやゲーム、おはなし会など、センター利用のおじいちゃん、おばあちゃんと一緒に楽しく遊びましょう
	7月12日(水) 午前11時15分～11時45分	◎音楽で楽しくあそぼう! 講…川出朋子氏 <sup>かわでともこ</sup> ※わらべうたや親子のふれあいあそび、簡単なリズムあそびなど、大人のひざの上や抱っこ、おんぶでも楽しめます ※年齢、月齢、障がいなどに関係なく参加できます
鬼怒川親子ふれあいひろば (藤原保健センター内) ☎76-0881 ★臨時休館日のお知らせ 7月5日(水)、10日(月)はお休みとなります	7月7日(金) 午前10時～正午	◎ひだまりサロン「七夕飾りを楽しもう!!」 講…オピニオンリーダー藤原支部 ¥…50円 ※七夕飾りを作りましょう
	7月14日(金) 午前10時～午後1時	◎調理教室「夏の離乳食・カミカミ～完了期」 講…市管理栄養士 ¥…500円 持…エプロン、手拭き 定…10名(先着順で定員になり次第締め切ります) ※アレルギーのある方は事前にお知らせください
	7月中 午前10時～午後2時	◎月間行事「うちわを作ろう!」 ※スタンプや絵を描いてうちわを作りましょう
足尾親子ふれあいひろば (日光福祉保健センター内) ☎54-3001	7月10日(月) 午前10時～正午	



階を一ツ登るや青蛙

斎藤靖彦

杉並木裾に大根の花敷いて

湯沢くに

## 短歌

選者 川田美佐男

擦り切れし軍手を脱いで湯呑み持つ節樽の手は吾が歩みなり  
阿久津年秀

脳裏には今なお残る幼き日くり石返す指の冷たさ  
宇賀神サク子

緑萌え空青くして風優し草笛ひとつ我は吹きたし  
植竹勝

亡き母の植えたる牡丹忘れずに赤きに咲きて皆をまもりぬ  
吉原由美子

採りたての筍届きあくをとる若葉風入る朝の厨辺  
狐塚昭子

## 作品を募集しています

氏名(ふりがな)、住所、電話番号を明記して、郵送またはFAX、メール(hishokouhou@city.nikko.lg.jp)で応募ください(二重投稿不可)。漢字には、必ずふりがなを明記してください。

応募先およびくわしくは

秘書広報課 広報広聴係

☎(21)5135・FAX(21)5109