

元氣予報

おかむら やすなり

今市医師団幹事 岡村整形外科 岡村 保成

冬に流行する感染症（RSウイルス、溶連菌感染症）

低温・低湿度を好むウイルスにとつて、冬は絶好の季節といえます。ウイルスの感染力が強くなるだけでなく、空気が乾燥することにより飛散しやすくなり、感染スピードが上がります。一方、人間の身体は体温が低下することにより代謝が下がり、ウイルスに対する抵抗力がダウンします。また、乾燥により鼻やのどの粘膜が痛み、感染しやすい状態になってしまいます。

RSウイルス感染症は、11月頃からピークを迎えるウイルス感染症の一つです。潜伏期は4〜5日程度で、主な症状は鼻汁、咳などの呼吸器症状です。2〜3歳の間にほぼ全ての子どもが感染するといわれており、特に6カ月未満の乳幼児が感染した場合、細気管支炎、肺炎など重篤化する可能性があります。大人が感染するので注意が必要です。大人がかかった場合には鼻かぜ程度の症状で改善することが多いですが、

乳幼児に感染させないように注意が必要です。治療は対症療法が中心となるので予防が大切で、マスクや手洗いを徹底することが大事です。

溶連菌感染症は多くの場合、発熱、咳、のどの痛みなどの症状で発症します。子どもに多くみられる感染症ですが、大人にも発症します。大人は無症状の感染者が多いのですが、発症すると重症化することも知られています。急性咽頭炎、扁桃炎、猩紅熱、急性糸球体腎炎、リウマチ熱など、さまざまな疾患を引き起こします。溶連菌感染症はウイルス性の風邪とは異なり自然に治ることはないのです。疑わしいときは受診が必要です。治療は抗生物質の服用で行い、何日かで症状が改善してきますが、自己判断で途中で抗生物質の服用を中止してしまうと感染が再燃してしまい、合併症を引き起こすこともあるので必ず医師の指示に従うようにしましょう。

インフルエンザやノロウイルス感染症、ロタウイルス感染症など、冬に流行する感染症は他にもたくさんあるので注意が必要です。

市民文化

川柳

鈴虫の鳴く声孫の子守唄

選者

大橋芳明

年寄りもちよつぱり欲しい恋の雨

深谷貞夫

コンバインよりも早いサルの稲こぎ

渡辺レイ

船のない港になった母の腕

安井貴子

こうろぎに一筆執れと誘われる

小川弘夫

俳句

選者

須藤火珠男

風戦ぐ野地にしよんぼり吾亦紅

池田三夫

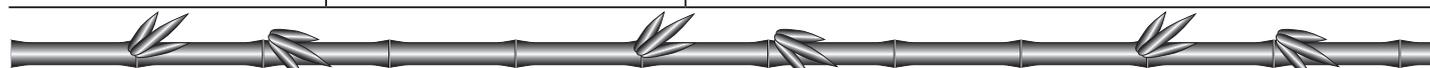
神橋で挙げる祝言秋日和

白土武夫

まだ暮れぬ空を見上げて花火待つ

湯沢くに

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	11月15日(金) 午前10時15分～11時45分	◎覚えよう！応急手当～おじいちゃんおばあちゃんも一緒に～ おじいちゃん、おばあちゃんや、お父さん、お母さん、お家の方 みんなで応急手当を学びましょう 講…市消防署員 申…11月 13日(水)まで ※お子さんを預かります
	11月19日(火) 午前10時15分～11時45分	◎ママのミニ学習会「ことば編」ことばを豊かにするために～子 どもの発達に合わせた語りかけ～ ことばを話し始める前や、話し始めの時期のことばかけや接し方 について学習します 講…高木亜紀氏(言語聴覚士) 申…11月 15日(金)まで ※お子さんを預かります
	12月3日(火) 午前10時30分～11時30分	◎ママのミニ学習会「子育て編」～親子リズムあそび～ 親子で一緒にできる簡単なリズムあそびです 講…手塚幸子氏(オ ピニオンリーダー) 定…親子20組(先着順) 申…11月22日(金) まで
日光親子ふれあいひろば (日光福祉保健センター内) ☎54-3001	11月15日(金) 午前10時30分～正午	◎ママトーク お子さんから少し離れて、お茶を飲みながらママ同士でおしゃべ りしませんか 講…親学習チーム日光 申…11月11日(月)まで ※お子さんを預かります(先着10名まで)
	11月18日(月) 午前10時30分～正午	◎リラックスヨガ ヨガで日頃の疲れをほぐして、ゆったり過ごしましょう！ 講… 筒井みさと氏 持…ヨガマットまたは大きめのバスタオル、飲み 物 申…11月14日(木)まで ※お子さんを預かります(先着10名 まで)
	11月20日(水) 午前11時15分～11時45分	◎音楽であそぼう！ 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 講…川出朋子 氏 ※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 (清流保育園内) ☎25-6413	11月8日(金) 午前10時～正午	◎オピニオンリーダーのひだまりサロン 簡単軽食作り 講…家庭教育オピニオンリーダー藤原支部 ¥… 200円(参加費) 申…エプロン ※お茶の用意があります
	11月12日(火) 午前10時～正午	◎ハーバリウムを作って飾りましょう 小さな瓶のハーバリウムを作ります 定…10名 ¥…1,000円 (材料費) 申…11月5日(火)まで ※ハーバリウムとはドライフ ラワーを瓶に入れ、専用のオイルを流し込む植物標本です
	11月29日(金) 午前11時～11時30分	◎英語であそぼう 親子でふれあいながら、英語あそび歌や読み聞かせを楽しみます 講…アンナ・グリーンロー(市国際交流員)
足尾親子ふれあいひろば ☎54-3001	11月11日(月) 午前10時～正午	足尾認定こども園の園庭で園児の皆さんとあそんだり、お部屋の 中でスタッフとあそんだりします。読み聞かせタイムもあります



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(nishokouhou@city.
niko.lg.jp)にて応募ください(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
〒321-1292 日光市今市本町1番地
☎(21)5135・FAX(21)5137

我が好み届けて来れしわれもこうすすきを添えて十
五夜の宵 金剛寺美智子

出穂の田に農薬撒けばつばくろも虫虻を追い啼きて
飛び交ふ 阿久津年秀

在りし日の母の笑顔のなつかしき月にうつして子ら
と語りぬ 北崎君

穂ばらみし田に秋風の吹き渡り稲穂は光りて大きく
波立つ 狐塚昭子

ほのぼのと心の円を描くようコキアの苑に潮風の吹
く 青木照雄



短歌

選者 川田美佐男

立秋と言えども酷暑容赦なく 宇賀神サク子

鯛雲眺めてをりし漁師かな 沼尾紫朗