

2025



12・1月  
発行

12月に入り、急な寒さと初雪にびっくりでした。

今年の冬は「冬らしい寒さ」の日が多くなる見込みのようです。気温は平年並みとのことですが、12月早めの寒気の南下により厳しい寒さが感じられるようです。

★☆☆インフルエンザが早くから流行しているようです★☆☆

手洗いとマスクで感染予防して、年末年始体調を崩さないように気をつけて下さいね。

先日、知人の子どもが小学校の修学旅行に行き、体調を悪くする子どもが続出。うち9人がインフルエンザと判明。保護者は福岡まで迎えに行ったそうです。



## 《ヒートショック》

寒くなると気をつけたいのがヒートショック。

暖かい部屋から寒い部屋へ移動するなど、急激な温度変化によって血圧が大きく変動し、心臓や血管に負担がかかって起こる健康被害のことです。

- \*暖かい室内（血圧が安定）
- \*寒い脱衣場（血管が縮んで血圧上昇）
- \*浴室も寒い（血圧がさらに上昇）
- \*熱めの浴槽内（血管が広がり血圧低下）



## ～安佐地区に9条の碑の建立を～

安佐南区、安佐北区の安佐地区に、戦争の放棄をうたう憲法9条の碑を建立しようという運動が広がっています。

憲法9条の条文を刻んだ9条の碑は全国に50ヶ所以上あります。沖縄から北海道まで反戦の思いを次世代へつないでいきます。場所とデザインは未定ですが、募金目標は300万円です。

憲法9条があったから、日本は、戦後80年戦争はありませんでした。戦争はノー、平和をつくるためにも成功させたいですね。新年の希望です。

## 検査室だより 【インフルエンザA型 感染者急増中】

インフルエンザウイルスの流行は12月下旬から本格化するイメージでしたが、今シーズンは、11月から増え始めました。発熱等でインフルエンザを疑い診断するために鼻咽頭から採取した検体で検査します。10月は284人検査し10人（3.5%）が陽性、11月は396人検査し115人（29%）が陽性に。12/1～12/10の10日間で205人検査し90人（44%）が陽性になりました。12月は約600人以上検査する予測となります。今シーズン流行しているインフルエンザは「変異株 サブグレードK」、症状は、「鼻水、咳、発熱」、流行が早く、若者に多く、ワクチンの型は少しズレているとの報告があります。たとえワクチンの株が完璧にマッチしていなくてもワクチンを打っておけば重症化リスクを下げる効果は期待できます。65歳以上の方は1月31日までは補助があり1600円でインフルエンザワクチン接種ができます。

## 《お問い合わせ》

伊豆野 ☎878-6678 植田 ☎872-2935  
田中 ☎872-1395 玉井 ☎878-1453  
勝丸 ☎878-6561  
健康まちづくりセンター  
栗秋 ☎879-8124