健康とくらし

第281号　2021年9月

発行責任者：大塚　研二
岐阜健康友の会
岐阜市北山1丁目13番11号
事務局／TEL（058）244－3522
FAX（058）215－7877
E-mail　tomonokai@gifu-min.gr.jp

2021年6月末日現在
会員数10,353人
基金合計4億4519万1千円

●会員変更は下記へ
ご連絡ください
☎058（241）2018
（洞田）

2021年度

秋の拡大強化月間

仲間とともに活動の輪を広げ、病院のリニューアルに弾みを！

新型コロナウイルス感染の再拡大が現実になってきている状況の中、私たちの活動は依然として困難に見舞われ、今年の岐阜健康友の会の総会も昨年に続き、文書総会としました。総会方針で述べているように、この困難な中でも、昨年秋の強化月間では、オンラインセミナーやヘルスアップチャレンジなどにこれまで活動に関わっていない会員や比較的若い会員が参加し、新たな展望を開いています。今年の秋の強化月間も昨年の経験を活かし、仲間の参加を広げ、病院のリニューアルに弾みをつける活動を展開しましょう。

共同組織活動ミニ交流集会を月間のスタート集会に

コロナ禍で延期した第15回共同組織活動交流集会in山梨は2022年に再延期になりましたが、各地での活動をオンラインで交流しようと、9月6日にウエブでプレ集会を開催します。テーマは、「コロナ禍を乗り越え、平和・いのち・人権のつながり強めるまちづくり～全国どこでも共同組織と民医連が力をあわせ～」です。全国各地の取り組みを学ぶこのプレ集会を秋の強化月間のスタート集会にします。

ぬり絵の企画

2024年春のみどり病院の新築移転の気運を高める企画の第1弾として、ぬり絵を企画します。新しい病院を自分の思い描く色で表現してもらいます。子どもから高齢者まで多くの人に参加を呼びかけましょう。参加者の作品は病院に掲示する予定です。

すべての仲間、ひとりひとりを大切に

コロナ禍で参加が困難になっている会員にも声をかけ、要求を聞きながら活動を工夫しましょう。健康維持と感染予防のため、屋外での散策や筋トレ、ロコモ体操などは好評です。各個人の要求に基づく絵手紙、ちぎり絵、編み物、卓球などのサークル活動は、楽しいことが大切です。未入会の人たちにも見える活動になり、仲間に加わる機会となっています。

仲間と「いつでも元気」の購読者を増やし、協力基金活動を広げよう

地域で見える活動を広げ、孤立しかねない人たちを仲間に誘いましょう。仲間を増やし共同組織を大きくすることは、安心してかかることができる病院を守り継続する力になります。また、創刊30周年となる「いつでも元気」の購読を勧めましょう。この月刊誌は、健康と医療の情報、全国各地の院所、共同組織の取り組みなどを丁寧に伝える、民医連と共同組織をつなぐ私たちの雑誌です。こういう取り組みの中で、病院リニューアルを推進するために協力基金の活動を広げましょう。

いのちとくらしを守る政治を

コロナ感染の拡大は、社会保障の脆弱さを浮き彫りにしました。公衆衛生と社会保障を軽視し、「いのち」よりもオリンピックを重視し、森友・加計問題、学術会議会員の任命拒否問題、河井夫妻の選挙買収などの国民の疑問と要求に応えず、開会を求めても国会を開かない国民不在の政治を変える機会が訪れます。私たち主権者が一票を大切に行使し大きな一揆の風を吹かせる「一票一揆」を合言葉に、「市民と野党の共闘」で「いのちと暮らしを守る政治」の実現（7・17岐阜総がかり行動～第20弾）を目指しましょう。

（岐阜健康友の会　事務局）

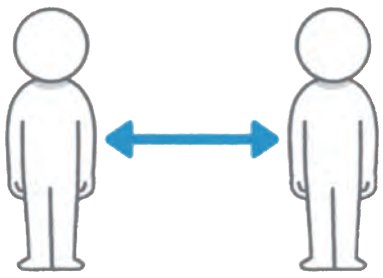
インフルエンザワクチンとコロナワクチン

みどり病院　薬剤部　今西　正人

日本とは季節が逆の南半球ですが、6月から冬の季節を迎えています。しかし季節性インフルエンザの流行が今年もおきていません。オーストラリア、ニュージーランド、チリ、アルゼンチン、南アフリカなどでは、インフルエンザ患者の報告がほとんどない状況です。これは新型コロナウイルスの流行により、国際的な人の移動が制限されていることや、感染対策が引き続き効を奏しているためと考えられています。

昨シーズン、日本国内ではインフルエンザが全く流行りませんでした。それまで国内では毎年のように最大1、000人／月の死者が出ていたインフルエンザが、なぜ流行らなかったのかというと、やはり皆が新型コロナウイルス対策として次のことを徹底してきたため、結果的にインフルエンザをほぼゼロにできたのだと考えられます。

◎飛沫感染対策：マスク常時着用、換気の徹底、密を避ける
◎接触感染対策：手洗い・手指消毒、密を避ける



例年南半球でのインフルエンザ流行状況をみて、北半球での流行具合を予測していますが、今年はまだわかりません。最も危惧しているのは、「新型コロナワクチンを接種し、安心（＝気が緩んだ）したところに、ちょうどインフルエンザシーズンがやってくる」点です。

新型コロナワクチン同様、インフルエンザワクチンも、接種することにより「かからなくなる」ではなく、「かかっても重症化しなくて済む」というものです。インフルエンザはワクチンも、検査薬も、治療薬（吸入薬、内服薬、注射薬）も揃っていますが、2019年1月のひと月で1、685人（54人／日）亡くなっています。決して侮ってはいけない感染症です。

昨年流行しなかった…ということは、皆が免疫を持っていないため、インフルエンザにかかりやすくなっている可能性も否定できません。前述した飛沫・接触感染対策は今後もしっかり継続しつつ、インフルエンザワクチンについて接種可能な時期になりましたら、ぜひ接種してほしいと思います。

2021年7月末現在、各国ではδ（デルタ）株が急速に拡大しています。新型コロナワクチン接種率が60％を超えている国でも新規陽性者数が急増しています。

これはあくまで予想ですが、δ株感染者の母数が増えると、ワクチンの感染予防効果が80％程度あっても「ワクチン接種者でも無症候性キャリアになる」可能性があります。主に発症する・重症化するのはワクチン未接種者ですが、そこから更に感染が広がるかもしれません。

「マスクなしの生活は困難」「3密回避必須」であることを、ワクチン接種が進んでいる各国が示してくれている気がします。自分の身・大切な人を守るために、飛沫・接触感染対策を「日常（普通）」にしていきましょう。

健康春秋

昔、小学三年生の頃、竹を使って口ボットを作るのだと、竹を鉈で割っていた時、手元がくるって、左手の人差し指の付け根のところを、鉈でしたたかに打ってしまい、何針かを縫う怪我をしたことがありました▼白い骨が見えていました。その頃は、まだ近くに個人医院があり、そこで処置してもらうことができました。今は、その医院も代が変わり日常的には開院してはいないようです▼また、もう四〇年以上も前のことですが、母がクモ膜下出血で倒れた時、叔父がその場にいて、先の個人医院に連絡、そのまま自宅での治療でしたが、一週間後息を引き取りました。もし叔父が救急車をよんでいたなら、そのまま手術となり、助かる可能性があったかもしれない、などと今でも思うことがあります。判断のむつかしさ▼ところで、鉈で怪我をして、その個人医院に治療に通うことになり、初めて一人で行って治療を終えた後、その帰路、ふと用水路の水の流れを見つめていた時、その用水路を見ている自分が、なぜ自分なのだろうという不思議な感覚に襲われたことがありました。その感覚はほんの一瞬だったのかもしれない▼その記憶がしっかりと残っていること、それが自我というものの最初の感覚だったのかもしれない、などと思い出すことがあります。

（k）