



厚木中ロータリークラブ週報



2018~2019 第1965 2019.01.30 Vol.21

国際ロータリー第2780地区 第6グループ

会長：笹生 誠 幹事：五十嵐直樹 クラブ広報委員会 委員長：三平治憲

事務局 厚木市栄町 1-16-15 厚木商工会議所 4F TEL：046-222-5811 FAX：046-222-5821

Weekly
Report

よく使用されるインフルエンザの薬

タミフル 1日2回 5日間	ラピアクタ 1回	イナビル 1回	リレンザ 1日2回 5日間

＝ 本日のプログラム ＝

卓話例会

— 会長挨拶・報告 —



笹生誠会長

「新年あけましておめでとうございます。インフルエンザが世間で流行っています。十分気を付けてください。我が社でも部署によってはお休みが多くなってあります。」

- ・ガバナー事務所より 2月のロータリーレート
1\$=110円 (1月まで1\$=112円)

- ・山口会長エレクトより2019年、2020年度の地区補助金の申請の報告
- ・株式会社くまひらさんからすずりの78回がきております。
- ・インターアクトー泊研修ご案内
3/23.24 YMCA三浦 参加申し込みは2/13までです。

— 幹事報告 —

五十嵐直樹幹事

「日程報告です。2/10 IMがあります。今月は20日まで例会はありません。2/6、2/13はお休みです。くれぐれもお間違いないようお願いいたします。大和田園から日程変更です。2/8の例会を2/10のIMに振替。」

3/15夜間例会、点鐘18:30 翌29日トヨタミ例会ということで連絡がきています。IMは例会でございますので、ぜひ皆さん出席をお願いいたします。中野正義

AGより後程IMのお話がありますので、よろしく願いいたします。

今日は悲しいお知らせが一つございます。20年間にわたって会員でいらした吉川会員が退会をされるということで受理いたしました。会長の方からもう一度やめないでと止めるつもりですが、難しいのかなと思っております。あと山口会長エレクトを中心に次年度の新しい動きも始まっています。我々ができなかったことをお願いしたいと思っております。

中野会員

「2/10インターシティミーティングを開催します。点鐘14:00です。内容は1部~5部まであります。14:00~20:00です。特別講演にイシツキヒロシ先生に来ていただきます。そして4市10クラブの中から地域貢献事業を提出してもらいました。その中の大和中ロータリークラブ、大和ロータリークラブ、海老名ロータリークラブ、厚木中ロータリークラブの4クラブの代表の方にプレゼンテーションをしてもらいます。そしてプレゼンテーションの後にディスカッションをしてもらう流れになります。最後は閉会式をやりまして、そのあとで懇親会をやりまして、参加者は200名前後になります。みなさんお忙しいとは思いますが、ぜひご出席をよろしくお願いいたします。」

— 会計報告 —

佐藤光輝会員

「前年度幹事として報告いたします。遅くなって大変申し訳ございません。説明が必要な個所をお話します。一般会計収入の部で雑収入81万3,840円というのがあります。これは事務局に半期ごとに支払っていたものが事務局にプールされていたものです。今年の7月からは4クラブでやるということになっています。これまで3クラブでためた金はいったん白紙に戻しましょうとなりました。それぞれのクラブに戻ってきたお金がこのお金になります。あと去年のお金で特筆すべきは40周年の記念事業で大きくお金が出ています。厚木中ロータリークラブ予備費ですね。これは本厚木ロータリークラブに対して出演したお金も含まれているのでこのお

金になっています。最終的に総括表を見る通り、繰越金は318万残りました。この大きな事業で出費が多かった割には少なくおさまったと思います。」

— お祝い行事 —

小沢俊通会員

「事業所開設 2/1山崎隆夫会員2/17藤川孝幸
結婚記念日 2/6 斎藤達夫会員
誕生日はいません。」

— スマイル —

◆笹生会長・西副会長・山口エレクト・五十嵐幹事・石川副幹事

「今日は卓話例会です。黒木さんよろしく願いいたします。インフルエンザが大流行のようですから、皆様お身体十分ご自愛ください。山崎さん写真どうもありがとうございます」

◆斎藤会員

「山崎さん、いつも写真ありがとうございます。毎回お世話になります。まもなく50数回目の結婚記念日を迎えます。口喧嘩をしながら仲睦まじくしています。」

◆石川会員

「年末に左足のくるぶしを骨折してしまい、残念なお正月休みとなってしまいました。皆様にもご迷惑をおかけして申し訳ありません。無事にロータリーに復帰できたのでスマイルいたします」

◆飯田会員・藤川会員・小島会員・小沢会員

「われらがマドンナ石川会員、出所おめでとうございます。みんなとても寂しかったです。これからは気を付けてくださいね。お大事に。」

◆建部会員

「山崎さんいつも写真をありがとうございます。」

◆三平会員

「黒木先生、パソコンはうまく繋がりましたか？卓話頑張ってください。」

◆小沢会員

「本日もスマイルのご協力どうもありがとうございました。」

— ロータリーの友紹介 —

三平治憲会員



「ロータリーの友2月をご覧ください。2月というのはロータリーにとって記念すべき月であります。

お手元の5ページをご覧ください。古い写真があるとありますが、皆さんご

存知の通り2/23はロータリー創立記念日でございます。1905年2/23.この写真の左のポールハリスをはじめとする4名がロータリークラブを創立しました。4名で食事をしながら話し合ったということです。そして2月は平和と紛争予防。紛争解決月間と書いてあります。今回の2月号はこれを主に書かれています。特集に平和と紛争予防、難民を知る。という重たい演題が出ております。今難民は過去最高の6,850万人。日本の人口が約1億3千万人ですからだいたい半分。日本の人口の半分が難民、避難民となっています。そういう難民の方に対してロータリーは何をやっているのかということが冊子に書いてあります。読んでみて正直なところ、なにをやっているのかよくわかりませんでした。

これは私の感想です。11ページにロータリーの取り組みが載っているのですが、一つの例としてカナダのロータリークラブがシリアの難民救済に対して政府と連絡を取り資金を集めた。とか、青少年奉仕活動として難民支援の募集がありました。とか壮大な話があり、いったい何をやったのかな。と自問自答しておりました。ぜひお読みになってください。次にロータリーの日ということで39ページ。今ロータリークラ



ブがいくつあるのか。会員数はどのくらいなのか。私たちは2780地区ですね。横浜・川崎を除いた2780地区。クラブ数は68クラブです。一番多いときは80を超えていました。会員数は2,451名ということです。大変多い数ですが、一番多いときは3,000人を優に超えていましたので、やはり会員数は減少しているのかなと感じています。日本全体の会員は90,154人。次に俳壇です。20ページにあります。

“かわりゆく まちに雀の声はなく”

たしかに昔厚木は駅前が田んぼでしたね。大山を背に雀が鳴いていた。確かに最近は雀の数も減って街が変わってきたように思います。なんとなく厚木の昔を



思い出しました。それから

“あさひでも ころろはいつも 赤とんぼ”

朝方の話なのでしょうね。気持のよい歌だと思いました。赤とんぼという歌を作った作詞家は実は厚木にいた方です。名前は中村雨紅さん。旭町にいらっしゃったようです。野口雨情さんのお弟子さんです。厚木



東高校の先生だったそうです。これもよい歌ですね。あと2つご紹介させてください。

“恋せよと 老人会で 訓示する”

“歳の差を 考えないで 口説いている”

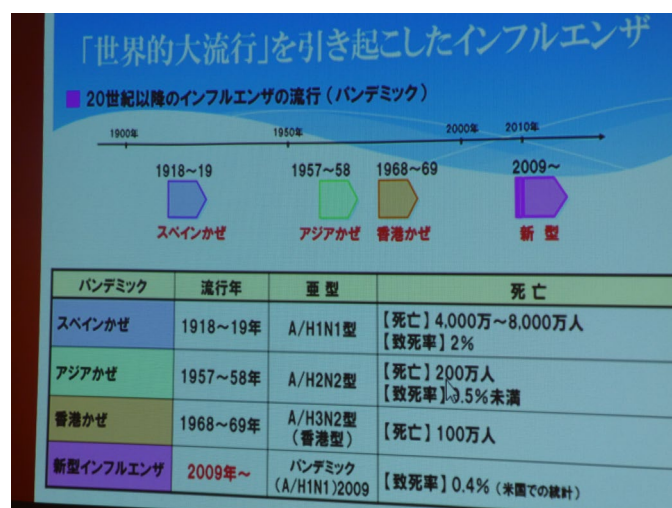
やはりロータリーは高齢者が多いのと、だけど頑張ろうという気持ちが伝わってきます。以上です。ありがとうございました。」

— 卓話 —

黒木則光会員

「今日は猛威をふるっているインフルエンザについてお話させていただきます。皆さんインフルエンザに罹った方はいらっしゃいますか。うちの病院も患者さんからうつって職員にもかなり広がっています。病院によっては職員のインフルエンザで救急の受け入れを断っているところもあります。インフルエンザになったら5日休まなくてははいけないので、職員がかかってしまうと病棟が回せなくなってしまいます。病院が感染源になってしまう可能性があるのです、今は病院に来ない方がよいですね。うちもドクターが2人インフルエンザにかかってしまい、マスクは着用してはいたのですがそれでも罹ってしまう。本当に気を付けないといけなと思っています。皆さん毎年インフルエンザの予防注射はしていますか。65歳以上でしたら毎年した方がよいですね。1歳以上の幼少児と65歳以上の方はインフルエンザになったときに重症化するので、医学的に認められていますが予防注射はした方がよいです。その間の年齢の方もうちの病院では予防注射を勧めています。どうしてインフルエンザは毎年かかるのでしょうか。風疹とハシカは一回罹ったら、もうなりませんよね。インフルエンザのウイルスは毎年変異しています。ですので、毎年罹るわけです。インフルエンザは水鳥の腸の中にあるウイルスなのです。鴨とかですね。ですので、水辺にいて鴨がたくさんいたら、そこにはインフルエンザウイルスもたくさんいるわけです。鴨の腸にいるウイルスで鴨には悪さはしません。このウイルスが人間にうつるとインフルエンザになるというわけです。鴨の腸にいる弱いウイルスが変異して人間にかかるとインフルエンザになります。インフルエンザにはA型B型C型があります。C型はあまり聞いたことないと思います。基本はA型B型です。A型が特に問題です。2009年にパンデミックを起こしたのですが、A型ウイルスは

人・豚・鳥・馬にいます。B型は主に人が多いです。C型は人にいるのですが、数が多くない。かかることはあまりありません。水鳥の腸にいる弱いウイルスが人にいたり、動物にいたりして感染していきます。A型ウイルスにはHAとNAというのがありまして、HAはヘマアグルチニン、NAはノイラミニダーゼですね。この組み合わせでたくさんの種類のウイルスがあります。インフルエンザウイルスはH何型、N何型と報道されていますが、Hだけで16種類。Nだけで9種類。全部合わせると144種類います。これだけいるので毎年少しずつ変異して人に感染します。ウイルスにもDNAウイルスとRNAウイルスというタイプがあります。インフルエンザウイルスはRNAウイルスです。RNAウイルスは変異をするウイルスです。DNAウイルスの方が重篤な病気になりますが、一回罹るともうかからない。変異をしないウイルスです。インフルエンザウイルスで皆さん気を付けているのが飛沫感染ですね。咳エチケットといって咳をしそうになったらハンカチで口を覆う。一番いいのがマスク。厄介なのが接触感染ですね。ドアノブとかにウイルスがいて触ってしまい、それを口に持っていき感染する。だから手洗いが大事なのです。マスクは当然ですが、こ



の時期は定期的に手洗いするのが効果的です。インフルエンザウイルスですが、これまで過去に大きく3つありまして、ひとつは1918年（大正7年）のスペイン風邪。世界の死亡者数が4000万~8000万。日本では40万人亡くなったそうです。次にアジア風邪。これが昭和32年。世界で200万人なくなっています。

次に香港風邪が1968年、昭和43年ですね。これが100万人くらい亡くなっています。最近では2009年ですね。パンデミックと言われました。今までのインフルエンザの形と違う。でも実はこの時のウイルスは強くなく弱毒で今まで使っていたワクチンで効いて、あとマスクミで広がったおかげでそこまで流行することなくおさまりました。致死率も低かったです。

インフルエンザが重篤するのが小さいお子さんと高齢者です。マスクとか手洗いとか予防はあるのですが、一番の予防が予防注射です。これが一番間違いない。だいたい2週間くらいで免疫がついて3.4か月効果があります。うちの病院は10月の後半から予防接種始めますが、一番のシーズンの1月2月を考えると10月1月に予防接種していただくとよいかと思います。2回打っても大丈夫です。13歳以下のお子様は2回打ちます。ブースター効果と言って1回目打った後、2.3週間後にまたうつ。そうするとさらに効果が増します。成人は1回で良いでしょう。インフルエンザの症状ですが、いきなり高熱がでます。しかし中には熱はでなくて食べられなくなるという症状もあります。そのあと2日3日後に高熱が出る。初めに胃腸の症状が出る人もいますが、一般的には早い段階で高熱が出て、倦怠感、関節痛が出ます。症状が出た場合はすぐに病院へ行ってください。ただ発熱から8時間以内に病院で検査をすると、結果がマイナスになる場合があります。ですので8時間経ってから病院へ行くのをお勧めします。だいたい一週間くらいで症状は治まってきます。そしてインフルエンザの場合、咳とか鼻水はあとから出てきます。あとインフルエンザの場合、高い熱が出てそのあとまた熱が出る場合があります。二度目の発熱は十分気を付けてください。特に高齢者の方は肺炎になることがあります。インフルエンザ後に細菌が肺に感染することがあるのです。その場合、入院で抗生剤の治療をしています。インフルエンザの恐ろしさは、ウイルスが一つ口に入ると8時間後に100個。16時間後に1万個。24時間後に100万個と、ものすごい勢いでふえていきます。よってすぐに高熱の症状が出るのです。これに対して今色々な薬がでていますが、一番はインフルエンザの予防が大事です。ワクチ

ンには生ワクチンと不活化ワクチンがありますが、今基本的に使用されているのは不活化ワクチンです。よってワクチンを打ったからといって、インフルエンザにかかることは絶対にありません。有効性としては1歳以上の幼児、65歳以上の方に対しては重症化を防ぐことができます。インフルエンザや一般的な風邪も罹ってしまったら高熱に苦しむことにはなりますが、それに対して一般的にはアセトアミノフェンというお薬を使って熱を下げます。これは市販でも売っています。このように熱を下げることによってだいたい人間は自分の回復力で治っていきます。たまにあの時インフルエンザだったのではないかと考えることがあるかもしれませんが、インフルエンザの薬を飲まないでインフルエンザは治らないわけではありません。薬を飲むと症状が軽くなるからお出ししているわけで飲まなくても治ります。ただし1歳以上の幼児や65歳以上の高齢者が罹った場合は重篤化する恐れがあります。お子さんの場合はインフルエンザ脳症といって意識障害とか痙攣、脳にダメージを受けて亡くなってしまふこともあります。高齢者は肺炎になるリスクが多いです。その間の人には自分で判断してください。予防注射の副作用は注射したところが赤くはれるくらいで大きな副作用は今のところ報告されていません。ただし卵アレルギーの人は問診で必ず聞いております。インフルエンザの注射は卵を使って作られています。鶏の卵にインフルエンザウイルスを入れて作っているので卵アレルギーの人は注意してください。インフルエンザになった場合、昔からあるタミフルという薬がありますね、1日2回飲んで5日間ですね。あとリレンザとイナビルがあります。これは吸入薬でして一回でよいです。非常に楽です。1日2日くらいで効率的に熱が下がります。しかしお子さんや寝たきりの高齢者ですとうまく吸えないことがあります。使い方が慣れている人だったら一回で非常に楽です。ラピアクタという薬は点滴です。たまに点滴を希望される方がいらっしゃるのでも使います。効果は同じです。あと昨年でてきたゾフルーザがあります。これも一回内服でおしまいです。非常に楽なので希望される方もたくさんいます。ただしこの薬は一長一短がありまして、ウイ

ルスの増殖を下げる効果がありますが、耐性菌ができやすいという報告が出てきています。タミフルでも十分なのでゾフルーザに飛びつく必要はないのではと思っています。タミフルは後発品が出てきて安くなっていますので、十分タミフルでよいと思います。インフルエンザのワクチンは毎年WHOが流行るとされるウイルスを調べて作っています。今年流行するといわれているのはシンガポールA型H1N1ですね。あと香港A型H3N2。B型はブーケットB型とビクトリア系B型です。この4種類が流行するだろうと推測して昨年の春からワクチンを作りだします。そしてみんなに供給されるわけです。一昨年でしたでしょうか、ワクチンを作っている途中でこのウイルス流行らないだろうという話になりまして、作り直したのですね。それでワクチンの供給が間に合わなくなって、病院にいても予防注射できないということが一昨年の10月11月にありました。このワクチンですが結構な確立であっています。うまくコントロールできていると思うのですが、予測が外れてしまったり、あるいは新しいウイルスが出てきてしまったりしてパンデミックを起こしてしまうと非常にこわいですね。厚木では新型インフルエンザが発生した場合には厚木市立病院に行く決まりになっています。新しく病院のフロント入口とは別に感染症外来があります。隔離されているのですね。そこで新型ウイルスの診断がされたら、また建物内の別のルートから感染隔離室に入院にな

ります。パンデミックが起きないようにと思っていますがこの時期はヒヤヒヤしています。インフルエンザで死亡者が出るとテレビで報道されますね。高齢者は結構な割合で亡くなります。それに対して点滴など治療はするのですが、それでも亡くなる方はいます。先日も高齢者施設でインフルエンザが流行り亡くなった方がいたと報道されていましたね。そのあとで施設に保健所が入り、結果、その施設は十分な予防と対策をしていたので問題ないと報道されていました。過去に徳洲会系列の病院でインフルエンザ患者さんが亡くなり院長が謝罪をすることがありました。本当にこの時期は入院患者さんが悪化しないようにできるだけのことをしたいと思っています。皆さんもインフルエンザにならないように手洗い・マスクを励行してもらい、健康に過ごしていただきたいと思います。またご家族の方とかですね、インフルエンザの症状かなと思えば病院を受診してもらおうなど対策を練っていただきたいと思います。あと私どもの病院は10月からインフルエンザ予防接種外来をします。火曜日午後と土曜日午前中ですね。企業検診も行っております。生産ラインなどで止められないところですね。そういったところには出向いて予防注射をしています。なにかございましたらお声がけして頂ければと思います。また、予防には朝起きて喉が渇いているときは乾燥している証拠ですから寝室に加湿器を置くことをお勧めします。」

まだまだ寒い日が続きます。皆様くれぐれもご自愛ください

一例会スケジュール 点鐘 12:30 会場 レンブラントホテル厚木 《出席率》

日時	内 容	担 当	会員数	欠席者数
2/10	第6グループ IM	厚木県央 RC (ホスト)	27	4
2/13	休会 (IM 振替休会)			
2/20	クラブ協議会	会 長	出席率	前々回修正出席率
2/27	卓話例会・2月度理事役員会	クラブ管理運営委員会	95.83 %	87.5 %
3/6	クラブ協議会	会 長		