

健康とは！

2月に入り、暦の上では春を迎えて日に日に日脚は伸びてきていますが、寒さの解消には、もう少し掛かるようです。ご自分の体調管理は万全でしょうか？

今回はみなさんの健康について身近な話題を取り上げたいと思います。年末年始にかけて死者までも出してしまった「ノロウイルス」についてお話します。

ノロウイルスは冬場の食中毒と言われていますが、一年を通して発生が見られます。11月頃から増加して1～2月が発生のピークになる傾向があります。どのように感染していくかと言うと、汚染された貝類を、生あるいは十分に加熱調理しないで食べた場合、食品取扱者が感染しており、その者を介して汚染した食品を食べた場合、患者のふん便や吐ぶつから二次感染した場合、ヒト同士の接触する機会が多いところでヒトからヒトへ直接感染する場合 これらの感染した時の症状としては潜伏期間(感染から発症までの時間)



は24～48時間で主な症状は、嘔吐・下痢・腹痛であり、発熱は軽度です。通常これらの症状が1～2日続いた後、治癒し後遺症もありません。また感染しても、発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。どうしても高齢者や乳幼児は抵抗力が弱い為、重度になる可能性が高いと言われてます。予防策として考えられる 食品中のウイルスを失活化(食品の中心温度を85 以上1分以上の加熱が必要)、 手洗いの徹底(石鹸自体にはノロウイルスを直接失活化する効果はありませんが、手の脂肪等の汚れを落とす事により、ウイルスを手指から剥がれやすくする効果があります)、 調理器具等の殺菌(まな板・包丁・ふきん等は熱湯の85度以上で1分以上の加熱が有効)

みなさんは掛かりつけのお医者さんはいますか？何より、感染が疑われた場合や体調の不良を覚えた時には、速やかに掛かりつけの医師に診てもらいましょう。

建国記念の日

2月11日は建国記念の日です。戦前はこの日を紀元節と言いまして明治5年(1872)に政府が定めた神武天皇即位の日(紀元前660年)です。歴史的根拠はありませんが、天皇国家の正当性を示す祝日として定着しました。法制定されたのは昭和41年4月6日に追加された国民の祝日なのです。「建国記念日」ではなく「記念の日」なのは、史実に基づく建国の日とは関係なく、建国されたという事実そのものを記念する日であるという考えによるものです。この件につきまして思想・信条に差し支える方がおりましたらお許し下さい。ただ単に発行日の翌日が祝日だった為に説明したまでですので、ご了承ください。

御 礼

皆さんこんにちは。新年の挨拶では返送方法・時期等々も明示しないままお願いをしてしまい大変恐縮です。各種報道でご承知とは思いますが2月6日夜に累積署名数が500万を超え、次の動きへ進んでいます。うちの会社では今日現在18名の方より188名分の署名を頂きました。(〆切はありません、念の為) 大感謝を申し上げますと同時に私自身も引き続き活動して参りますので今後共宜しくお願い致します。

代表取締役 石井 敏彦